

IV
Congreso
Internacional

Observatorio de la Alimentación
& Fundación Alícia

Barcelona / 9 - 12 junio / 2015

OTRAS
MANERAS
DE COMER

elecciones / convicciones / restricciones



ISBN: 978-84-606-6842-8

COMPORTAMENTO ALIMENTAR EM ESTUDANTES DE NUTRIÇÃO: COMPARAÇÃO COM ESTUDANTES DE OUTROS CURSOS

Rui Poínhos (1,*), Diogo Alves (2), Elisée Vieira (2), Sílvia Pinhão (1,3), Bruno
MPM Oliveira (1,4), Flora Correia (1,3,5)

(1) Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação, Universidade do Porto,
Porto, Portugal; (2) Investigador Independente; (3) Centro Hospitalar de São
João, E.P.E., Porto, Portugal; (4) Laboratório de Inteligência Artificial e Apoio à
Decisão, Instituto de Engenharia de Sistemas e Computadores – Tecnologia e
Ciência, Porto, Portugal; (5) Unidade de Investigação e Desenvolvimento de
Nefrologia, Faculdade de Medicina, Universidade do Porto, Porto, Portugal; (*)

ruipoinhos@fcna.up.pt

1. Introdução

O comportamento alimentar é um constructo multidimensional que se refere a aspectos quantitativos e qualitativos relacionados com a selecção e decisão sobre os alimentos a consumir (Viana, 2002). O papel dos profissionais da área da Nutrição e Dietética é de grande importância quer para o estudo quer para as intervenções destinadas a promover escolhas alimentares adequadas e informadas pelas pessoas, grupos e populações. No entanto, e apesar do reconhecimento da sua importância (Drummond & Hare, 2012; Houston *et al.*, 2008; Korinth *et al.*, 2009), os trabalhos que abordam o comportamento alimentar em estudantes e profissionais da área das Ciências da Nutrição estudam sobretudo a prevalência ou risco de perturbações do comportamento alimentar, sendo que poucos avaliam as dimensões do comportamento alimentar.

Diversos estudos sugerem que as perturbações do comportamento alimentar ou o risco de as desenvolver sejam mais prevalentes em estudantes de Dietética ou Nutrição, quando comparados com estudantes de outros cursos (Drake, 1989; Fiates & Salles, 2001; Gonidakis

et al., 2009; Kolka & Abayomi, 2012; Laus *et al.*, 2009; Reinstein *et al.*, 1992; Worobey & Schoenfeld, 1999). No entanto, os resultados de outros estudos sugerem que estudantes de Nutrição ou Dietética não diferem dos de outros cursos em termos de perturbações do comportamento alimentar (Johnston & Christopher, 1991; Kiziltan & Karabudak, 2008; Mealha *et al.*, 2013; Swezda & Thorne, 2002; Torresani, 2003).

Dadas as discrepâncias nos resultados da investigação prévia e a falta de trabalhos que estudem dimensões do comportamento alimentar em estudantes de Nutrição *vs.* de outros cursos, o principal objectivo deste trabalho foi comparar as dimensões do comportamento alimentar em estudo entre estudantes do ensino superior a frequentar o curso de Ciências da Nutrição com os de outros cursos. Na sub-amostra feminina, estudou-se simultaneamente o efeito do ano frequentado. Uma descrição mais detalhada do trabalho em que esta comunicação se baseia pode ser consultada em Poínhos *et al.* (2015).

2. Amostra e metodologia

Este trabalho foi realizado em duas amostras de composta por estudantes de ensino superior. Uma das amostras era composta por estudantes da Licenciatura em Ciências da Nutrição e a outra por estudantes de outras áreas. Os critérios de inclusão em ambas as amostras incluíam uma idade entre os 18 e os 27 anos.

As taxas de participação foram, respectivamente, de 98,6% e de 91,9%. Um total de 344 (95,0%) dos estudantes de outros cursos encontravam-se a frequentar um dos primeiros quatro anos do respectivo curso, pelo que foram incluídos na análise (a Licenciatura em Ciências da Nutrição tem duração de 4 anos, pelo que se excluíram os estudantes em anos superiores). Devido ao preenchimento incompleto de questionários, não foram analisados os dados de 58 (27,4%) participantes da amostra de estudantes de Ciências da Nutrição e de 81 (23,5%) estudantes de outros cursos. Assim, analisaram-se dados de 154 estudantes da Licenciatura em Ciências da Nutrição e de 263 estudantes de outros cursos. A média de idades na amostra de estudantes de Ciências da Nutrição, respectivamente no sexo feminino e no sexo feminino, foi de 20,4 anos ($dp = 2,0$) e 19,7 anos ($dp = 0,9$). Na amostra de outros cursos a média de idades foi de 20,3 anos ($dp = 1,7$) no sexo feminino e 21,0 anos ($dp = 2,0$) no sexo masculino.

A ingestão emocional e a ingestão externa foram medidas utilizando o Questionário Holandês do Comportamento Alimentar (Viana & Sinde, 2003). O controlo flexível e o controlo rígido do comportamento alimentar foram avaliados com as sub-escalas propostas por Westenhoefer *et al.* (1999; Poínhos, Rowcliffe *et al.*, 2013). Para avaliar a ingestão compulsiva foi utilizada a versão portuguesa da Escala de Ingestão Compulsiva (Freitas *et al.*, 2001). A auto-eficácia alimentar foi medida através da Escala de Auto-Eficácia Alimentar Global (Poínhos, Canelas *et al.*, 2013). Em todos os instrumentos descritos, a pontuações superiores corresponde maior grau dos respectivos constructos.

Nas sub-amostras femininas, cada dimensão do comportamento alimentar foi comparada em função da amostra (estudantes de Ciências da Nutrição *vs.* Outros cursos) e do ano frequentado (1.^º *vs.* 2.^º *vs.* 3.^º/4.^º). Devido à reduzida frequência de estudantes do sexo masculino na amostra de Ciências da Nutrição, nos homens as comparações apenas foram feitas entre cursos. Em ambos os sexos utilizou-se a ANOVA univariada, incluindo o IMC como covariável. Sempre que aplicável, foi aplicada a correcção de Bonferroni. Foi usado o eta quadrado parcial (η_p^2) para quantificar o tamanho dos efeitos, que se classificaram como pequenos ($\eta_p^2 < 0,035$), médios ($0,035 \leq \eta_p^2 < 0,100$) ou grandes ($\eta_p^2 \geq 0,100$; Cohen, 1988).

3. Resultados

Os resultados que comparam cada dimensão do comportamento alimentar nas sub-amostras femininas são apresentados no Quadro 1. As estudantes de Ciências da Nutrição apresentaram níveis mais elevados de ambos os tipos de restrição alimentar e de ingestão compulsiva; o efeito na ingestão compulsiva foi pequeno, enquanto que os efeitos nos níveis de restrição foram médios, sendo o efeito no controlo rígido o maior. Não se encontrou efeito principal do ano em qualquer dimensão, bem como qualquer interacção significativa.

Os estudantes de Ciências da Nutrição do sexo masculino apresentaram níveis superiores de controlo flexível e controlo rígido do comportamento alimentar quando comparados com os estudantes de outros cursos. Ambos os efeitos foram médios, mas o efeito correspondente ao controlo rígido foi maior. O Quadro 2 mostra os resultados que comparam as dimensões do comportamento alimentar entre as sub-amostras masculinas.

*Quadro 1. Comparação do comportamento alimentar entre cursos e anos (sub-amostras femininas)**

	Ciências da Nutrição			Outros cursos			Curso	Ano	Curso*Ano			
	1.º ano	2.º ano	3.º/4.º ano	1.º ano	2.º ano	3.º/4.º ano						
	(n = 36)	(n = 49)	(n = 50)	(n = 54)	(n = 78)	(n = 41)						
	<i>Média (dp)</i>	<i>Média (dp)</i>	<i>Média (dp)</i>	<i>Média (dp)</i>	<i>Média (dp)</i>	<i>Média (dp)</i>	<i>p</i>	η_p^2	<i>p</i>	η_p^2	<i>p</i>	η_p^2
Ingestão emocional	1,94 (0,82)	2,30 (0,73)	2,10 (0,78)	2,16 (0,81)	1,98 (0,78)	2,17 (0,94)	0,535	0,001	0,687	0,002	0,090	0,016
Ingestão externa	2,68 (0,51)	2,92 (0,56)	2,80 (0,54)	2,76 (0,71)	2,78 (0,62)	2,71 (0,56)	0,493	0,002	0,263	0,009	0,410	0,006
Controlo flexível	6,14 (2,70)	6,20 (2,44)	6,38 (2,55)	4,96 (2,95)	5,54 (2,95)	5,61 (2,29)	0,001	0,036	0,521	0,004	0,46	0,005
Controlo rígido	5,92 (3,17)	6,47 (2,64)	6,14 (2,39)	5,07 (3,23)	4,77 (3,04)	5,54 (3,07)	< 0,001	0,059	0,692	0,002	0,42	0,006
Ingestão compulsiva	5,26 (1,00)	5,74 (0,87)	3,57 (1,20)	4,23 (1,55)	3,88 (1,14)	4,13 (1,52)	0,026	0,016	0,227	0,010	0,100	0,015
Auto-eficácia alimentar	12,78 (3,06)	12,45 (2,95)	13,76 (3,07)	11,76 (4,25)	12,51 (3,50)	13,00 (3,81)	0,490	0,002	0,065	0,018	0,750	0,002

*Adaptado de Poinhos *et al.* (2015).

Quadro 2. Comparação do comportamento alimentar entre cursos (sub-amostras masculinas)*

	Ciências da Nutrição (n = 19)	Outros cursos (n = 90)		
			p	η_p^2
	Média (dp)	Média (dp)		
Ingestão emocional	1,76 (0,67)	1,56 (0,65)	0,267	0,012
Ingestão externa	2,56 (0,56)	2,77 (0,63)	0,203	0,015
Controlo flexível	5,53 (2,09)	4,10 (2,53)	0,043	0,038
Controlo rígido	5,89 (2,31)	3,88 (2,91)	0,012	0,058
Ingestão compulsiva	4,84 (1,11)	3,29 (1,21)	0,157	0,019
Auto-eficácia alimentar	14,42 (3,19)	13,76 (3,76)	0,390	0,007

* Adaptado de Poinhos *et al.* (2015).

4. Discussão

O objectivo principal deste trabalho foi comparar dimensões do comportamento alimentar em estudantes da Licenciatura em Ciências da Nutrição com estudantes de outros cursos. Os principais resultados encontrados foram o nível mais elevado de ambos os tipos de restrição alimentar nos estudantes de Ciências da Nutrição. Verificámos também que as estudantes de Nutrição apresentavam níveis de ingestão compulsiva superiores. Estes resultados encontrados podem ter implicações clínicas, dado que o desempenho profissional dos nutricionistas pode ser influenciado pelo seu próprio comportamento alimentar.

Relativamente à restrição alimentar, numa amostra de estudantes de ambos os sexos Korinth *et al.* (2009) encontraram resultados similares, com os estudantes de Nutrição a apresentar níveis mais elevados de ambos os tipos de controlo do comportamento alimentar do que colegas de outros cursos. Kinzl *et al.* (2006) reportaram níveis de restrição elevados em mais de 40% de uma amostra de dietistas do sexo feminino. É de notar que, em ambos os sexos, os efeitos que encontrámos foram maiores para o controlo rígido. Como o controlo rígido está associado a maior desinibição alimentar (Viana, 2002; Westenhofer *et al.*, 1994), isto pode levar a piores resultados relacionados com o peso corporal nos estudantes de Nutrição, apesar do seu maior conhecimento sobre nutrição, alimentação e emagrecimento.

Os níveis mais elevados de ingestão compulsiva encontrados nas estudantes de Nutrição são concordantes com os resultados de Reinstein *et al.* (1992). Este efeito não foi significativo para as sub-amostras masculinas, possivelmente pelo reduzido número de estudantes do sexo masculino a frequentar o curso de Nutrição, dado que o tamanho do efeito nos homens foi semelhante ao encontrado nas mulheres.

Relativamente às outras dimensões, não foram encontradas diferenças significativas entre os estudantes de Ciências da Nutrição e os de outros cursos. Se, por um lado, a escassez de estudos que avaliem dimensões do comportamento alimentar em estudantes da área da Nutrição tornam estes resultados de difícil discussão, por outro lado demonstra a sua relevância. De facto, desconhecemos a existência de outro trabalho que tenha avaliado todas as dimensões do comportamento alimentar consideradas no presente estudo em estudantes de Nutrição.

Não se encontrou efeito principal do ano ou interacção significativa entre ano e curso para qualquer dimensão. Os trabalhos de Costa, Teixeira, Afonso *et al.* (2007) e de Costa, Teixeira, Oliveira *et al.* (2007) denotam a importância de diferenciar as conclusões derivadas de estudos transversais ou longitudinais. Assim, em trabalhos futuros, pretendemos repetir a análise efectuada usando um desenho longitudinal, o que poderá identificar efeitos do ano frequentado não revelados no presente estudo. Em particular, Costa, Teixeira, Oliveira *et al.* (2007) reportaram diferenças em termos de desinibição mas não de restrição entre estudantes no 1.º e 3.º anos da licenciatura em Nutrição. Interpretados conjuntamente com os maiores efeitos encontrados no nosso estudo para o controlo rígido, esses resultados podem indicar diferenças entre os estudantes de Nutrição e os de outros cursos especificamente em termos de controlo rígido.

5. Financiamento

Este trabalho foi parcialmente financiado pelo *ERDF – European Regional Development Fund* através do programa *COMPETE* (programa operacional para a competitividade) e pela FCT – Fundação para a Ciência e a Tecnologia no âmbito dos projectos PTDC/MAT/121107/2010, FCOMP – 01-0124-FEDER-022701 e FCOMP – 01-0124-FEDER-022701.

6. Referências

- Cohen, J. (1988) *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. 2nd edition. Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates.
- Costa, C.; Teixeira, V.; Afonso, C.; de Almeida, M. D. V. & Moreira, P. (2007) “Caracterização do comportamento alimentar e avaliação da ingestão alimentar em estudantes de Ciências da Nutrição”, *Alimentação Humana*, 13: 33.
- Costa, C.; Teixeira, V.; Oliveira, B.; Rodrigues, S.; Afonso, C.; Moreira, P. & de Almeida MDV. (2007) “Comportamento e ingestão alimentar em estudantes de Ciências da Nutrição”, *Alimentação Humana*, 13: 32.
- Drake, M. A. (1989) “Symptoms of anorexia nervosa in female university dietetic majors”, *Journal of the American Dietetic Association*, 89: 97-98.
- Drummond, D. & Hare, M. S. (2012) “Dietitians and eating disorders: An international issue”, *Canadian Journal of Dietetic Practice and Research*, 73: 86-90.
- Fiates, G. M. R. & Salles, R. K. (2001) “Fatores de risco para o desenvolvimento de distúrbios alimentares: Um estudo em universitárias”, *Revista Nutrire*, 14: 3-6.
- Freitas, S. R.; Lopes, C. S.; Coutinho, W. & Appolinario, J. C. (2001) “Tradução e adaptação para o português da Escala de Compulsão Alimentar Periódica”, *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 23: 215-220.
- Gonidakis, F.; Sigala, A.; Varsou, E. & Papadimitriou, G. (2009) “A study of eating attitudes and related factors in a sample of first-year female Nutrition and Dietetics students of Harokopion University in Athens, Greece”, *Eating and Weight Disorders*, 14: e121-e127.
- Houston, C. A.; Bassler, E. & Anderson, J. (2008) “Eating disorders among dietetics students: An educator’s dilemma”, *Journal of the American Dietetic Association*, 108: 722-724.

Johnston, C. & Christopher, E. (1991) “Anorexic-like behaviours in dietetic major and other student populations”, *Journal of Nutrition Education*, 23: 148-153.

Kinzl, J. F.; Hauer, K.; Traweger, C. & Kiefer, I. (2006) “Orthorexia nervosa in Dieticians”, *Psychotherapy and Psychosomatics*, 75: 395-396.

Kiziltan, G. & Karabudak, E. (2008) “Risk of abnormal eating attitudes among Turkish dietetic students”, *Adolescence*, 43: 681-690.

Kolka, M. & Abayomi, J. (2012) “Body image dissatisfaction among food-related degree students” *Nutrition & Food Science*, 42: 139-147.

Korinth, A.; Schiess, S. & Westenhofer, J. (2009) “Eating behaviour and eating disorders in students of nutrition sciences” *Public Health Nutrition*, 13: 32-37.

Laus, M. F.; Moreira, R. C. M. & Costa, T. M. B. (2009) “Diferenças na percepção da imagem corporal, no comportamento alimentar e no estado nutricional de universitárias das áreas de saúde e humanas”, *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*, 31: 192-196.

Mealha, V.; Ferreira, C.; Guerra, I. & Ravasco, P. (2013) “Students of dietetics & nutrition; A high risk group for eating disorders?” *Nutrición Hospitalaria*, 28: 1558-1566.

Poínhos, R.; Alves, D.; Vieira, E.; Pinhão, S.; Oliveira B. M. P. M. & Correia, F. (2015) “Eating behaviour among undergraduate students. Comparing nutrition students with other courses”, *Appetite*, 84, 28-33.

Poínhos, R.; Canelas, H.; Oliveira, B. M. P. M. & Correia, F. (2013) “Desenvolvimento e validação de uma escala de auto-eficácia alimentar”, *Alimentação Humana*, 19: 65-72.

Poínhos, R.; Oliveira, B. M. P. M. & Correia, F. (2015) “Eating behaviour in Portuguese higher education students: The effect of social desirability”, *Nutrition*, 31: 310-314.

Poínhos, R.; Rowcliffe, P.; Marques, A. R.; Viana, V.; Oliveira, B. M. P. M. & Correia, F. (2013) “Adaptação e validação das sub-escalas de controlo flexível e rígido do comportamento alimentar”; *Alimentação Humana*, 19: 82-92.

Reinstein, N.; Koszewski, W. M.; Chamberlin, B. & Smith-Johnson, C. (1992) “Prevalence of eating disorders among dietetic students: Does nutrition education make a difference?”, *Journal of the American Dietetic Association*, 92: 949-953.

Swezda, S. & Thorne, P. (2002) “The prevalence of eating disorders in female health care students”, *Occupational Medicine*, 52: 113-119.

Torresani, M. E. (2003) “Conductas alimentarias y prevalencia del riesgo de padecer trastornos alimentarios en estudiantes de nutrición”, *Revista Española de Nutrición Comunitaria*, 9, 30-33.

Viana, V. (2002) “Psicologia, saúde e nutrição: Contributo para o estudo do comportamento alimentar”, *Análise Psicológica*, 4: 611-624.

Viana, V. & Sinde, S. (2003) “Estilo alimentar: Adaptação e validação do Questionário Holandês do Comportamento Alimentar”, *Psicologia: Teoria, Investigação e Prática*, 1: 59-71.

Westenhoefer, J.; Broeckmann, P.; Mumch, A. & Pudel, V. (1994) “Cognitive control of eating behaviour and the disinhibition effect”, *Appetite*, 23: 27-41.

Westenhoefer, J.; Stunkard, A. J. & Pudel V. (1999) “Validation of the flexible and rigid control dimensions of dietary restraint”, *International Journal of Eating Disorders*, 26: 53-64.

Worobey, J. & Schoenfeld, D. (1999) “Eating disordered behavior in dietetics students and students in other majors”, *Journal of the American Dietetic Association*, 99, 1100-1102.