

# PADRÕES DE COMPORTAMENTO ALIMENTAR E IMC EM ESTUDANTES DO ENSINO SUPERIOR

Póinhos R<sup>I</sup>, Oliveira BMPM<sup>II</sup>, Correia F<sup>III,IV</sup>

Comunicação oral 21

## INTRODUÇÃO E OBJECTIVO

O comportamento alimentar refere-se a aspectos quantitativos e qualitativos relacionados com a selecção e consumo de alimentos e o estilo alimentar consiste no padrão de comportamentos alimentares. Várias dimensões do comportamento alimentar têm demonstrado relevância clínica e na investigação. Foi objectivo deste trabalho determinar padrões de comportamento alimentar em estudantes do ensino superior, e relacionar esses padrões com o IMC.

## AMOSTRA E METODOLOGIA

Estudaram-se 280 estudantes do ensino superior (63,2% do sexo feminino) com idades entre os 18 e os 27 anos. Analisaram-se diversas dimensões do comportamento alimentar (ingestão emocional e externa, restrição flexível e rígida, ingestão compulsiva e auto-eficácia alimentar), e os estilos alimentares foram obtidos por análise de clusters. Calcularam-se os IMC para os pesos actual, desejado e máximo auto-reportados e as diferenças entre estes IMC.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

As mulheres apresentavam níveis superiores de ingestão emocional e restrição, e inferiores de auto-eficácia alimentar. Os homens tinham IMC actual, desejado e máximo mais elevados. A análise de clusters revelou três estilos alimentares em ambas as sub-amostras (feminina e masculina): “Ingestão excessiva” (elevada ingestão emocional, externa e compulsiva), “Elevada auto-eficácia” e “Elevada restrição” (controlo flexível e rígido). As mulheres com elevada auto-eficácia apresentavam valores de IMC inferiores às restantes, e as restritivas tinham maior IMC perdido. Os homens com elevada auto-eficácia apresentavam menor IMC desejado do que os com ingestão excessiva, e valores inferiores de IMC máximo e perdido do que os restritivos. Mulheres e homens com níveis elevados de restrição diferem em aspectos importantes do comportamento alimentar, o que pode estar na origem das diferenças nas associações com o IMC. A auto-eficácia alimentar parece uma variável central a influenciar as relações entre outras dimensões do comportamento alimentar e o IMC.

<sup>I</sup> Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação, Universidade do Porto.

<sup>II</sup> Laboratório de Inteligência Artificial e Apoio à Decisão, Instituto de Engenharia de Sistemas e Computadores do Porto – Tecnologia e Ciência.

<sup>III</sup> Centro Hospitalar de São João, E.P.E.

<sup>IV</sup> Unidade de Investigação e Desenvolvimento de Nefrologia, Faculdade de Medicina, Universidade do Porto.