

CAPÍTULO 13

PERCEPÇÃO E INSATISFAÇÃO CORPORAL EM ESTUDANTES DA SAÚDE: INTERFACES COM O ESTADO NUTRICIONAL E TRANSTORNOS ALIMENTARES



<https://doi.org/10.22533/at.ed.0191225280413>

Data de submissão: 16/09/2025

Data de aceite: 18/09/2025

Sarah Ângelo Diniz Melo

Universidade Federal do Piauí | Teresina,
Piauí
<https://lattes.cnpq.br/4447633648664850>

Gisele Rocha da Silva

Universidade Federal do Piauí | Teresina,
Piauí
<http://lattes.cnpq.br/1880878261627534>

Bianca Mickaela Santos Chaves

Universidade Federal do Piauí | Teresina,
Piauí
<http://lattes.cnpq.br/2010877424188123>

Thayanne Gabryelle Visgueira de Sousa
Universidade Federal do Piauí | Teresina,
Piauí
<http://lattes.cnpq.br/3708856146619288>

Cintya Regina Nunes Sousa

Universidade Federal do Piauí | Teresina,
Piauí
<http://lattes.cnpq.br/4577787665450948>

Paulo César Rodrigues Damacena

Universidade Federal do Piauí | Teresina,
Piauí
<http://lattes.cnpq.br/2454267694945135>

Emyle Horrana Serafim de Oliveira

Universidade Federal do Piauí (UFPI) |
Teresina, Piauí
<http://lattes.cnpq.br/9106429512372409>

RESUMO : OBJETIVO: Avaliar a importância da percepção da imagem corporal em estudantes universitários da área da saúde, considerando sua associação com o estado nutricional e o risco de desenvolvimento de transtornos alimentares. **MÉTODOS:** Trata-se de uma revisão narrativa com base na literatura, com abordagem qualitativa, de natureza básica e com objetivo descritivo e explicativo, realizada nas bases de dados: PubMed/Medline, Web of Science e Scopus, utilizando as seguintes chaves de busca, em todas as bases: (“body image” OR “body dissatisfaction”) AND (“healthcare students” OR “university students”) AND (“nutritional status” OR “BMI”) AND (“eating disorders” OR “anorexia nervosa” OR “bulimia nervosa” OR “orthorexia”). Foram adotados como critérios de inclusão: estudos originais, com texto completo disponível online, trabalhos que envolveram estudantes universitários da área da saúde, pesquisas que abordam a percepção da imagem corporal, estado

nutricional, transtornos ou hábitos alimentares. Ao total, identificou-se 170 artigos na literatura a partir da busca com os descritores mencionados e com base nos critérios de elegibilidade restaram 28 estudos para embasar a presente revisão. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Os estudos selecionados utilizaram métodos antropométricos como IMC para verificar que o estado nutricional de universitários está associado a riscos metabólicos como obesidade, diabetes mellitus tipo 2 e doenças cardiovasculares. Os discentes da área da saúde apresentam alta insatisfação com a autoimagem corporal mesmo em eutrofia, em virtude de padrões estéticos veiculados pela mídia e indústria da moda. Tais comportamentos favorecem condutas alimentares inadequadas e, consequentemente contribuem para o desenvolvimento de transtornos alimentares, como anorexia, bulimia nervosa e compulsão alimentar, especialmente no grupo feminino. **CONCLUSÃO:** A percepção da imagem corporal entre estudantes da área da saúde pode ser fator determinante para o desenvolvimento de transtornos alimentares. Além disso, verificou-se que a rotina acadêmica, padrões estéticos idealizados e a adoção de hábitos alimentares inadequados contribuem para maior insatisfação corporal e comportamentos alimentares disfuncionais, comprometendo a saúde física e mental dessa população.

PALAVRAS-CHAVE: Avaliação nutricional; Estado nutricional; Imagem corporal; Insatisfação corporal.

BODY PERCEPTION AND DISSATISFACTION IN HEALTH STUDENTS: INTERFACES WITH NUTRITIONAL STATUS AND EATING DISORDERS

ABSTRACT: OBJECTIVE: To assess the importance of body image perception in university students in the health field, considering its association with nutritional status and the risk of developing eating disorders. **METHODS:** This is a narrative review based on the literature, with a qualitative approach, of a basic nature and with a descriptive and explanatory objective, carried out in the following databases: PubMed/Medline, Web of Science and Scopus, using the following search keys in all databases: (“body image” OR “body dissatisfaction”) AND (“healthcare students” OR “university students”) AND (“nutritional status” OR “BMI”) AND (“eating disorders” OR “anorexia nervosa” OR “bulimia nervosa” OR “orthorexia”). The following inclusion criteria were adopted: original studies with full text available online, studies involving university students in the health field, and research addressing body image perception, nutritional status, eating disorders or habits. A total of 170 articles were identified in the literature from the search using the aforementioned descriptors, and based on the eligibility criteria, 28 studies remained to support this review. **RESULTS AND DISCUSSION:** The selected studies used anthropometric methods such as BMI to verify that the nutritional status of university students is associated with metabolic risks such as obesity, type 2 diabetes mellitus, and cardiovascular diseases. Health students show high dissatisfaction with their body image even when they are of normal weight, due to aesthetic standards promoted by the media and fashion industry. Such behaviours encourage inappropriate eating habits and consequently contribute to the development of eating disorders such as anorexia, bulimia nervosa and binge eating, especially among female students. **CONCLUSION:** Body image perception among health students can be a determining factor in the development of eating disorders. In addition, it has been found that academic routine, idealised aesthetic standards and the adoption of inappropriate eating habits contribute to greater body dissatisfaction

and dysfunctional eating behaviours, compromising the physical and mental health of this population.

KEYWORDS: Nutrition Assessment; Nutritional Status; Body Image; Body Dissatisfaction.

INTRODUÇÃO

A imagem corporal (IC) refere-se ao conjunto constituído pela integração de medidas antropométricas, contornos e forma corporal, aspectos motores, cognitivos, ambientais, socioculturais, bem como a representação mental que o indivíduo constrói sobre a própria aparência física, sendo esta resultante da percepção visual de seu corpo aliada às experiências subjetivas (Justino; Enes; Nucci, 2020; Mota *et al.*, 2020). Nesse contexto, a literatura aponta que fatores como a mídia, os grupos sociais e o ambiente exercem influência significativa na percepção da imagem corporal. Esses elementos podem contribuir para a insatisfação corporal ao impor padrões estéticos que valorizam corpos magros, musculosos e definidos, associando-os a atributos como beleza, sucesso e visibilidade social (Gomes *et al.*, 2023).

Diante disso, destaca-se que a insatisfação corporal é mais prevalente entre jovens, especialmente entre estudantes universitários, em particular aqueles da área da saúde. Estudos têm demonstrado que essa maior vulnerabilidade decorre da intensa pressão e cobrança relacionadas à aparência e à boa forma física, aspectos frequentemente associados ao sucesso profissional. Entretanto, tais exigências configuraram-se também como fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos do comportamento alimentar, os quais podem comprometer a qualidade de vida a longo prazo (Cardoso *et al.*, 2020).

Nesse aspecto, é relevante destacar que o ingresso no meio acadêmico implica mudanças significativas na vida dos universitários, expondo-os a novos contextos socioculturais que podem impactar diretamente a satisfação com a imagem corporal. A vida acadêmica, por sua vez, caracteriza-se como um período marcado por influências sociais e culturais intensas, bem como por instabilidades psicossociais, o que torna esse grupo mais suscetível às imposições da sociedade moderna quanto aos padrões de corpo e beleza, favorecendo, assim, o desenvolvimento da insatisfação corporal (Kessler; Poll, 2018; Belarmino *et al.*, 2023).

A insatisfação corporal pode, em alguns casos, motivar comportamentos benéficos à saúde, como a adoção de uma alimentação mais equilibrada. No entanto, quando atinge graus mais elevados, tende a favorecer práticas inadequadas de controle de peso, excesso de exercício físico e hábitos alimentares disfuncionais, os quais podem evoluir para transtornos alimentares graves, a exemplo da anorexia e bulimia nervosa (Carvalho *et al.*, 2021).

Portanto, torna-se fundamental avaliar a percepção da imagem corporal em universitários, uma vez que esse público frequentemente associa o corpo a signos

de poder, beleza, mobilidade social e sucesso profissional. Essa avaliação possibilita identificar e quantificar possíveis distorções na forma como os estudantes percebem sua própria imagem corporal.

MÉTODOS

Trata-se de uma revisão da literatura, com abordagem qualitativa, de natureza básica e com objetivo descritivo e explicativo, desenvolvida a partir da seguinte pergunta norteadora: “Qual a importância de se avaliar a percepção da imagem corporal em estudantes universitários da área da saúde?”. A revisão foi conduzida entre os meses de agosto e setembro de 2025. A estruturação da pergunta norteadora foi baseada na estratégia PECO (População, Exposição, Comparação e Resultados), com a seguinte estrutura:

- P (População): estudantes universitários da área da saúde;
- E (Exposição): percepção da imagem corporal;
- C (Comparação): não aplicável, já que não se utiliza um grupo comparativo específico;
- O (Resultados): relação entre a percepção da imagem corporal e o risco de desenvolvimento de transtornos alimentares, além da influência sobre o comportamento alimentar e a saúde mental.

As buscas foram realizadas por meio das bases de dados PubMed/Medline, Web of Science e Scopus, utilizando as seguintes chaves de busca, em todas as bases: (“body image” OR “body dissatisfaction”) AND (“healthcare students” OR “university students”) AND (“nutritional status” OR “BMI”) AND (“eating disorders” OR “anorexia nervosa” OR “bulimia nervosa” OR “orthorexia”). A pesquisa foi conduzida sem restrição de ano de publicação ou idioma, com o objetivo de garantir uma revisão abrangente da literatura publicada. Foram adotados como critérios de inclusão: (1) estudos originais, com texto completo disponível online; (2) trabalhos que envolveram estudantes universitários da área da saúde (nutrição, medicina, enfermagem, educação física); (3) pesquisas que abordam a percepção da imagem corporal, estado nutricional, transtornos ou hábitos alimentares. Foram excluídos estudos: (1) não relacionados à temática; (2) com população não universitária; (3) revisões de literatura; (4) capítulos de livro e (5) incompletos; (6) duplicados.

A coleta de dados foi realizada a partir da leitura dos títulos e resumos dos estudos recuperados das bases de dados. Os artigos elegíveis foram selecionados para leitura completa. Para organizar a análise e comparação posterior dos estudos, foi utilizado o software EndNote Web, que permitiu a exclusão automática de duplicatas e a organização das referências. A seleção dos artigos seguiu critérios rigorosos, garantindo que apenas os estudos mais relevantes fossem incluídos.

A análise dos estudos foi conduzida de forma crítica, com a análise dos trabalhos sendo feita de maneira descritiva, integrando as conclusões dos estudos selecionados e comparando-os com outras evidências da literatura. Buscou-se identificar tendências nas respostas à questão de pesquisa, analisar os fatores que influenciam a percepção da imagem corporal e os riscos associados ao desenvolvimento de transtornos alimentares.

A pesquisa nas bases de dados recuperou um total de 170 referências. Foram avaliados os títulos e resumos das referências, resultando na exclusão de 93 estudos e seleção de 77 artigos que foram lidos na íntegra para verificar se atendiam aos critérios de inclusão desta revisão. A avaliação da elegibilidade resultou no total de 53 artigos. Assim, desses 53 artigos, 28 foram selecionados para compor a revisão.

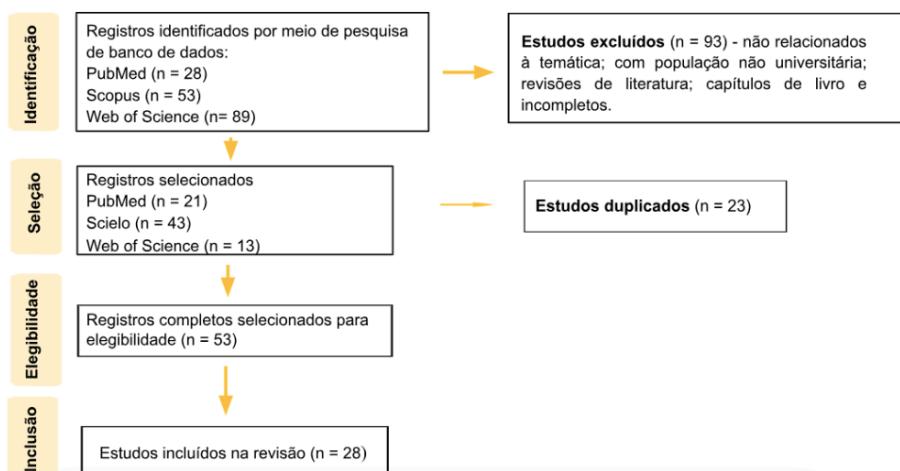


Figura 1: Fluxograma da seleção dos estudos para compor a revisão.

Fonte: Autores, 2025.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Estado Nutricional e sua repercussão na saúde

O estado nutricional de indivíduos ou coletividades pode ser avaliado por meio de métodos antropométricos, os quais são diretos, convencionais e objetivos. Como o nome sugere, esses métodos referem-se às medidas corporais, capazes de refletir o crescimento e o padrão de desenvolvimento de um indivíduo (Nolan; Eshleman, 2024).

Nesse contexto, o Índice de Massa Corporal (IMC) apresenta relevante utilidade como indicador do estado nutricional em estudos epidemiológicos, embora não permita avaliar diretamente a composição corporal. Reconhecido como o parâmetro antropométrico mais utilizado mundialmente, é baseado na razão entre peso e altura ao quadrado e tem

sido razão para classificar a condição física em diferentes populações. Sua validade como ferramenta de avaliação apresenta algumas vantagens como a baixa interferência da estatura em seu cálculo, a associação com a quantidade total de tecido adiposo e indicador de risco para o desenvolvimento de distúrbios metabólicos como doenças cardiovasculares, diabetes mellitus tipo 2, neoplasias colorretais, entre outros (Mohamed; Idress, 2023; Nolan; Eshleman, 2024).

Segundo estudos que tiveram como amostra um grupo de universitários, destacou-se três variáveis mais utilizadas: a insatisfação corporal, o estado nutricional e o comportamento alimentar inadequados (Domingo *et al.*, 2025). Sobre essa temática, evidências demonstram que o peso corporal constitui fator relevante para o desenvolvimento de transtornos alimentares, ao passo que outros estudos também revelaram correlação positiva entre o aumento do IMC e a maior insatisfação corporal nessa população. Esses achados sugerem que tais variáveis são indicadores importantes para a detecção precoce de transtornos alimentares, assim como na percepção negativa da autoimagem em universitários (Escolar-Llamazares *et al.*, 2023; Hao *et al.*, 2022; Kessler; Poll, 2018).

Tal relação torna-se ainda mais crítica pela rotina acadêmica que, na maioria das vezes, compromete diretamente a qualidade da alimentação de universitários. Nesse sentido, estudos demonstram que muitos universitários ao realizarem suas refeições fora de casa apresentam uma maior dependência de estabelecimentos comerciais, os quais priorizam a venda de produtos alimentícios práticos, porém pobres nutricionalmente. Além disso, essa rotina desregulada favorece o ganho de peso corporal desses estudantes que, por sua vez, contribui para a maior insatisfação desse grupo com a própria imagem e o risco de desenvolvimento de transtornos alimentares (Nolan; Eshleman, 2024; Hao *et al.*, 2022).

Outro fator responsável pela mudança na percepção da imagem corporal em universitários é a transição para o ambiente universitário responsável por possibilitar novas dinâmicas das relações interpessoais nesse contexto. A literatura ressalta que o ingresso no ensino superior apresenta um período de mudanças psicossociais, caracterizado pela necessidade do jovem em adquirir novas redes de relacionamento, maior demanda cognitiva e conciliar atividades laborais e acadêmicas. Esse conjunto de adaptações psicossociais favorece a adoção de padrões alimentares inadequados, uma vez que estudantes universitários tendem a priorizar a praticidade de consumo em detrimento do valor nutricional alimentício, reduzindo significativamente o tempo para o preparo de refeições balanceadas (Castelao-Naval *et al.*, 2019; Ruiz-Bravo *et al.*, 2025; Li *et al.*, 2024).

Além disso, vale ressaltar que o emprego de hábitos alimentares saudáveis, como o consumo de dietas ricas em vegetais, frutas e cereais estão associados diretamente ao menor desenvolvimento de distúrbios metabólicos como diabetes mellitus tipo 2, hipertensão arterial, obesidade, entre outras, denominadas doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). Assim, é importante considerar a influência dos hábitos alimentares não só na percepção da imagem corporal, como também no desenvolvimento de DCNT (Li *et al.*, 2024).

Em seu estudo Escolar-Llamazares *et al.* (2025), observou que estudantes de enfermagem com IMC acima da média relataram maior risco de distorção da imagem corporal e insatisfação com o corpo. De modo semelhante, Hao *et al.* (2022) identificaram associação positiva e direta entre excesso de peso e maior risco de comportamentos alimentares disfuncionais em universitários chineses. Já Ruiz-Bravo *et al.* (2025) mostraram que estudantes de medicina apresentaram prevalência elevada de sobre peso, vinculada a hábitos alimentares inadequados durante a rotina acadêmica. Esses dados corroboram a noção de que o estado nutricional exerce papel central na percepção corporal e na vulnerabilidade para transtornos alimentares.

Além das evidências já discutidas, estudos recentes ampliam a compreensão sobre a relação entre o estado nutricional e o risco metabólico. Sobre esse aspecto, os autores Cruz, Rizzato e Sampaio (2024) identificaram em seu estudo que estudantes de nutrição apresentam distúrbios alimentares relacionados ao excesso de peso e buscam por dietas restritivas, mesmo em eutrofia. Tais achados corroboram com os de Prado, Adami e Bruch-Bertani (2022) que demonstraram que o perfil antropométrico inadequado influencia diretamente a insatisfação corporal e a adoção de padrões alimentares poucos saudáveis. Diante disso, esses achados complementam a correlação já estabelecida entre IMC e percepção negativa da imagem corporal, indicando a necessidade de maior acompanhamento nutricional nesse público.

Percepção da imagem corporal

A imagem corporal refere-se ao modo como um indivíduo percebe, sente e pensa sobre o próprio corpo. Essa representação não se limita apenas ao que o indivíduo vê no espelho ou a sua aparência física, mas também inclui componentes subjetivos, como desejos e as aspirações acerca de si mesmo. Nesse contexto, a imagem corporal está sujeita a mudanças constantes que respondem às novas experiências e transformações ocorridas ao longo da vida, as quais podem ser influenciadas por fatores físicos, psicológicos, ambientais, culturais, com destaque para os meios de comunicação, crenças e valores (Mohamed; Idress, 2023; Radwan *et al.*, 2018).

Ademais, a imagem corporal pode ser moldada por influência de pressões externas, sendo constituída por processos históricos e culturais. Em sociedades ocidentalizadas contemporâneas, observa-se que boa parte da indústria cultural, como a do cinema e televisão, bem como o mercado da moda, estereotipam corpos ideais, privilegiando a magreza e/ou físicos atléticos. Ainda, esses padrões estéticos irreais vêm sendo normalizados, o que favorece o descontentamento e insatisfação da imagem corporal, em especial, em jovens universitários (Radwan *et al.*, 2018; Radwan *et al.*, 2019; Din *et al.*, 2019).

Sobre a percepção da imagem corporal em jovens universitários, as mulheres demonstram maior preocupação em adequar-se aos padrões estéticos idealizados.

Na busca por esses ideais, muitos adolescentes adotam comportamentos negativos, a exemplo dietas excessivamente restritivas, exercício físico exacerbado, uso indiscriminado de diuréticos, laxantes, anabolizantes, além de recorrer a cirurgias plásticas dispensáveis. Essas práticas podem desencadear transtornos alimentares, como anorexia nervosa, bulimia e compulsão alimentar, as quais comprometem, gravemente, a saúde física e mental dos jovens, assim como foi ilustrado na Figura 2 (Li *et al.*, 2024; Nolan; Eshleman, 2024; Ruiz-Bravo *et al.*, 2025).

Em sua pesquisa Escolar-Llamazares *et al.* (2023) observaram que estudantes universitárias espanholas de cursos da saúde apresentaram altos índices de insatisfação corporal, mesmo entre aquelas em eutrofia, evidenciando a influência de padrões culturais e estéticos sobre a imagem corporal. De modo semelhante, Domingo *et al.* (2025) identificaram que estudantes de nutrição relataram maior percepção negativa do corpo quando comparados a outras áreas da saúde, demonstrando que a proximidade com conhecimentos nutricionais não garante uma relação positiva com a própria imagem.

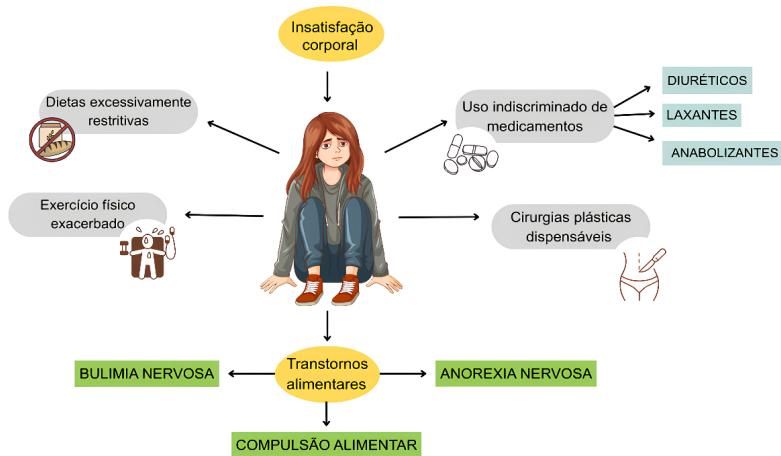


Figura 2: Fatores Que Influenciam o Desenvolvimento de Transtornos Alimentares em Jovens Universitários

Fonte: Autores, 2025.

No que se refere à concordância entre a imagem corporal e o estado nutricional, essa associação tem sido investigada por meio de estudos epidemiológicos que consideraram o aumento observado da prevalência de insatisfação ou distorções na imagem corporal, mesmo em condição de eutrofia. Sobre essas pesquisas, alguns resultados evidenciam uma maior insatisfação entre pessoas com excesso de peso, enquanto outros sugeriram que mesmo naquelas com massa corporal adequada existe alta prevalência de insatisfação (Radwan *et al.*, 2019; Tayfur; Evrensel, 2020).

A literatura demonstra que o estado de insatisfação contínua do corpo pode causar profunda angústia levando a uma condição mental estressante e inibitória que supera a da causa original. Nesse contexto, conclusões negativas sobre o corpo podem contribuir para o desenvolvimento de comportamentos autodestrutivos para alcançar uma imagem adequada e ser mais bem aceita por um grupo social. Percebe-se que, indivíduos que não estão dentro dos ditos padrões de beleza podem passar por episódios de frustração e discriminação, o que pode acarretar sérias distorções da sua imagem corporal (Li *et al.*, 2024; Kessler; Polli, 2018; Mohamed; Idress, 2023).

A estima corporal e a insatisfação corporal são consideradas por alguns autores como os dois componentes constituintes da imagem corporal. A primeira inclui aspectos gerais da pessoa, como cabelo, rosto, pernas, peso e forma do corpo, ou seja, se refere ao aspecto global do corpo. Já a insatisfação corporal está diretamente associada a preocupações com o peso, biotipo e gordura corporal. A insatisfação pode afetar aspectos da vida do indivíduo no que diz respeito ao seu comportamento alimentar, autoestima e desempenhos psicossocial, físico e cognitivo (Radwan *et al.*, 2019; Din *et al.*, 2019).

Novos estudos reforçam a influência dos padrões socioculturais sobre o aumento da insatisfação corporal. Sampaio, Manso e Evangelista (2022) identificaram que estudantes da área da saúde vivenciam elevados níveis de pressão estética, o que intensifica o risco de desenvolver transtornos alimentares como estratégia de controle da aparência. De forma complementar, Canali, Fin e Hartmann (2021) evidenciaram alta prevalência de distúrbios da imagem corporal entre universitários da saúde, especialmente entre mulheres. Esses achados convergem com os resultados de Gusmão, Silva e Porti (2017) e de Kessler e Poll (2018), apontando que a distorção da autoimagem permanece como um fator de risco transversal nesse público.

Tais achados corroboram com o estudo de Hao *et al.* (2022) que reforçam universitários chineses com maior IMC tendem a relatar distorções mais significativas na percepção da imagem corporal, mesmo em faixas classificadas como sobrepeso leve. E ainda, com Li *et al.* (2024) que destacaram que mulheres universitárias apresentaram maior discrepância entre a percepção do corpo e a realidade do estado nutricional, sugerindo que o gênero desempenha papel determinante na construção da imagem corporal.

Transtornos alimentares

Os transtornos alimentares (TA) são condições psiquiátricas graves que devem ser diagnosticadas com base em sinais e sintomas bem definidos, uma vez que podem acarretar sérias complicações de saúde. Além disso, é importante compreender que certos comportamentos alimentares disfuncionais, como distorção da imagem corporal, vômitos autoinduzidos, dietas restritivas para perda de peso, episódios de compulsão alimentar, jejum prolongado e prática excessiva de exercícios físicos, podem estar relacionados aos

transtornos alimentares. No entanto, esses comportamentos devem ser avaliados em conjunto, uma vez que os transtornos alimentares são doenças complexas, associadas a fatores psicológicos, sociais e biológicos. Por exemplo, existem diversas classificações para esses transtornos, sendo as mais prevalentes a anorexia nervosa, a bulimia nervosa e o transtorno de compulsão alimentar (Castejón Martínez; Berengüí; Garcés de Los Fayos, 2016; Ruiz-Bravo *et al.*, 2025).

Nesse sentido, a insatisfação gerada pela aparência, por muitas vezes, torna-se significativa na tomada de decisões do sujeito, sobretudo àquelas que podem prejudicar o estado de saúde desse indivíduo, na tentativa de alcançar resultados de modo imediatista e não natural. A exemplo, o destaque para os (TA), anorexia nervosa (AN) e bulimia nervosa (BN), transtornos alimentares comportamentais cuja aparência e desenvolvimento têm um componente crucial, e são caracterizados por uma luta física e mental para alcançar um ideal de magreza (Escolar-Llamazares *et al.*, 2023; Gonidakis, 2022)

Enquanto isso, a anorexia nervosa é caracterizada por uma grave restrição da ingestão alimentar, uma busca intensa pela magreza e distorção da imagem corporal. Por outro lado, a bulimia nervosa caracteriza-se por episódios recorrentes de uma ingestão copiosa de alimentos em um curto período associada a uma sensação de perda de controle que busca saciar a fome excessiva e atender aos estados emocionais e às situações de estresse e, posteriormente, desencadeando episódios compensatórios como laxantes, vômitos ou restrição alimentar (Aidar *et al.*, 2020).

Além disso, outro transtorno presente é o transtorno de compulsão alimentar periódica (TCAP), segundo a American Psychiatric Association (2014), o transtorno alimentar compulsivo é caracterizado por episódios recorrentes de compulsão alimentar aliados à sensação de falta de controle sobre a ingestão durante o episódio. Os episódios de compulsão alimentar estão associados a três (ou mais) aspectos: comer muito rápido; comer até sentir-se dolorosamente cheio; comer muito na ausência de fome; comer sozinho por vergonha do quanto se está comendo; e sentir-se deprimido ou muito culpado em seguida.

Nesse viés, a ortorexia nervosa é o termo que designa indivíduos excessivamente preocupados com o consumo de alimentos saudáveis. Esse quadro se inicia de maneira sutil, a partir do desejo de corrigir hábitos alimentares entendidos como ruins ou de melhorar a saúde como um todo, mas acaba por conduzir a pessoa a desenvolver características comportamentais associadas à obsessão pela pureza da alimentação, lutando repetidamente contra o consumo de alimentos com substâncias consideradas impuras (Lorenzon; Minossi; Pegolo, 2020). No Brasil, para segmentos específicos, estudos realizados com estudantes do curso de Nutrição, reconhecidos como grupo de risco, constataram percentuais de 88,7% e 87,2% de universitários com comportamento alimentar indicativo do referido quadro. Cabe destacar que até o momento a ortorexia não está incluída no *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais* (Lorenzon; Minossi; Pegolo, 2020; Plichta; Zychowicz, 2020).

Frequentemente, distúrbios alimentares ocorrem em conjunto com outros transtornos psiquiátricos como ansiedade, depressão, pânico, transtorno obsessivo-compulsivo (TOC) e problemas de abuso de álcool e drogas (Escolar-Llamazares *et al.*, 2023). Nesse sentido, a prevalência de transtornos de conduta alimentar varia dependendo do grupo estudado, sendo importante a encontrada nos graduandos da área da saúde, que parece ser maior em comparação a outros grupos acadêmicos. Fato que pode ser justificado pelas cobranças que os mesmos sofrem ao longo da graduação (Hoteit *et al.*, 2022).

No que diz respeito ao aumento do sofrimento psíquico em estudantes universitários ao se inserirem nesse meio, assim como o desenvolvimento de transtornos mentais e casos de suicídio, representam um grande desafio para as políticas internas das instituições e suas ações preventivas e terapêuticas. Os transtornos alimentares (TA) também fazem parte dessa discussão, considerando que essa população apresenta risco elevado para o desenvolvimento do quadro psiquiátrico, mas também desfechos de saúde negativos, como o comprometimento do rendimento escolar, isolamento social e agravo em parâmetros clínicos que alguns comportamentos de risco para TA podem trazer (Oliveira; Figueiredo; Cordás, 2019).

Somado a isso, a exposição midiática de corpos denominados “perfeitos” e a pressão por atingir a magreza e/ou corpo idealizado são caracterizados como fatores para o desenvolvimento de comportamentos de risco para TA. Tais comportamentos parecem ser manifestados diante de emoções negativas, cobranças e insatisfação corporal (Santos; Fernandes; Masquio, 2023). Além disso, o aumento crescente de insatisfação corporal é fator preocupante, atingindo, principalmente, adolescentes do sexo feminino. Análogo a isso, estudos destacam que os TA atingem cerca de 20% das mulheres e aumenta para 35% em estudantes de nutrição, por ser um curso que está particularmente ligado a aspectos físicos (Ruiz-Bravo *et al.*, 2025)

Embora haja um número significativo de publicações acerca de TA, nos últimos tempos, a AN e a BN em homens ainda são pouco compreendidas. Os TA no sexo masculino foram historicamente negligenciados, em particular devido ao desconhecimento de profissionais de saúde sobre suas particularidades clínico. Esse cenário favorece para o diagnóstico e tratamento precoce e, consequentemente, contribui para o surgimento de complicações em indivíduos com TA do sexo masculino (Pina *et al.*, 2018).

Domingo *et al.* (2025) apontam que a insatisfação corporal foi um dos principais fatores preditores de risco para transtornos alimentares em universitários espanhóis da área da saúde, especialmente entre estudantes de nutrição. Já Ruiz-Bravo *et al.* (2025) identificaram associação entre sobrepeso, estresse acadêmico e maior risco de anorexia e bulimia em estudantes de medicina. Além disso, Hao *et al.* (2022) relataram prevalência elevada de comportamentos de compulsão alimentar em universitários chineses com IMC elevado, destacando a relação entre estado nutricional e risco de TA.

Já Ruiz e Quiles (2021) destacaram a alta prevalência de ortorexia nervosa entre universitários espanhóis, relacionada à insatisfação corporal e à rigidez em hábitos alimentares. Esse dado dialoga com a literatura acerca da anorexia e bulimia, ampliando o espectro para novos distúrbios emergentes. Canali, Fin, Hartmann (2021) reforçaram que a presença de distúrbios alimentares em universitários da saúde está relacionada a fatores psicossociais e ao excesso de cobrança estética. Em conjunto, esses achados complementam os estudos já integrados, apontando que a população universitária da saúde permanece como grupo de risco elevado para diversos transtornos alimentares

CONCLUSÃO

A partir dos resultados do presente estudo, pôde-se concluir que a percepção da imagem corporal entre estudantes da área da saúde pode ser fator determinante para o desenvolvimento de transtornos alimentares. Além disso, verificou-se que a rotina acadêmica, padrões estéticos idealizados e a adoção de hábitos alimentares inadequados contribuem para maior insatisfação corporal e comportamentos alimentares disfuncionais, comprometendo a saúde física e mental dessa população. Desse modo, a implementação de estratégias como educação nutricional, apoio psicológico e campanhas de conscientização acerca dos padrões estéticos irreais, tornam-se indispensáveis no contexto universitário.

REFERÊNCIAS

- AIDAR, M. O. I. et al. Fatores Associados à Suscetibilidade para o Desenvolvimento de Transtornos Alimentares em Estudantes Internos de um Curso de Medicina. **Rev. bras. educ. med.**, Brasília, v. 44, n. 3, e097, 2020.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5.** 5. ed. Porto Alegre: Artmed. 2014.
- BELARMINO, V. et al. Insatisfação com a imagem corporal em universitários do extremo sul do Brasil. **Saúde Desenvolv. Hum.**, v.11, n.2, p.1-14, 2023.
- CANALI, P. et al. Body image disorder and food disorders in health university students. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo, v. 15, n. 93, p. 244-250, 2021.
- CARDOSO, L. et al. Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em estudantes universitários. **J. bras. psiquiatr.**, Rio de Janeiro, v. 69, n. 3, p. 156- 164, jul. 2020.
- CARVALHO, G. X. et al. Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em adolescentes. **C&SC**, v. 25, p. 2769-2782, 2020.
- CARVALHO, M.J.L.N. et al. Percepção do peso corporal acima do ideal, perfil antropométrico e estilo de vida em adolescentes de Recife, PE, Brasil. **C&SC**. v. 26, p. 4823-4834, 2021.

CASTEJÓN MARTÍNEZ, M. Á.; BERENGÜÍ, R.; GARCÉS DE LOS FAYOS, E. Relación del índice de masa corporal, percepción de peso y variables relacionadas con los trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes universitarios. **Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria**, v. 36, 2016.

CASTELAO-NAVAL, O. et al. Estilo de vida y riesgo de trastorno alimentario atípico en estudiantes universitarios: realidad versus percepción. **Enfermería Clínica**, v. 29, n. 5, p. 280–290, 1 set. 2019.

CRUZ, C. J. V.; RIZZATO, E. A.; SAMPAIO, R. M. M. Body image, food behavior and nutritional status of university students on the nutrition courses. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo, v. 18, n. 117, p. 1226-1233, 2024.

DIN, Z. U et al. Tendency Towards Eating Disorders and Associated Sex-specific Risk Factors Among University Students. **Noro Psikiyat Ars**. vol. 56, n. 4, p. 258-263, 2019. Doi: 10.29399/npa.23609.

DOMINGO, A. H. et al. Percepción corporal y trastorno del comportamiento alimentario en universitarios españoles. **Nutr Clín Diet Hosp**, v. 45, n. 1, 21 fev. 2025.

ESCOLAR-LLAMAZARES, M. C et al. Variáveis sociodemográficas e índice de massa corporal associados ao risco de transtornos alimentares em estudantes universitários espanhóis. **Eur. J. Investig. Health Psychol. Educ**, v. 13, n. 3, p. 595-612. 2023. Doi: <https://doi.org/10.3390/ejihpe13030046>

GONIDAKIS, F. Eating disorders in the era of the COVID-19 pandemic. **Psychiatrike = Psychiatriki**, v. 33, n. 4, p. 267-270, 2022.

GOMES, L. H. N. et al. Autopercepção da imagem corporal e atitudes alimentares de estudantes de medicina. **REAS.**, v.23, n.10, p.1-9, 2023.

GUSMÃO, A.; SILVA, J. F.; PORT, A.C.R. A percepção da autoimagem corporal entre universitários. **Revista Ciências Nutricionais Online**. São Paulo. v. 1, n. 1, p. 31-35, 2025.

HAO, M. et al. Relationship between body dissatisfaction, insufficient physical activity, and disordered eating behaviors among university students in southern China. **BMC Public Health**. v. 22, n. 1, p. 2054, 2022. Doi: 10.1186/s12889-022-14515-9.

HOTEIT, Maha et al. Prevalence, correlates, and gender disparities related to eating disordered behaviors among health science students and healthcare practitioners in Lebanon: findings of a national cross-sectional study. **Frontiers In Nutrition**, v. 9, p. 1-12, 19 jul. 2022.

JUSTINO, M.I.C.; ENES, C.C.; NUCCI, L.B. Imagem corporal autopersuente e satisfação corporal dos adolescentes. **Rev. Bras. Saude Mater. Criança.**, Recife, v. 20, n. 3, p. 715-724, set. 2020.

KESSLER, A.L.; POLL, F.A. Relação entre imagem corporal, atitudes para transtornos alimentares e estado nutricional em universitárias da área da saúde. **JBP**, v. 67, n. 2, p. 118-125, 2018.

LI, Y. et al. A forma como os indivíduos lidam com situações sociais exacerba a relação entre ansiedade física e vício em comida? O papel da supressão da expressão emocional e da evitação e sofrimento social. **Peerj**, v. 12, n 8, p. 17910. 2024.

LORENZON, L.F.L.; MINOSSI, P.B.P; PEGOLO, G.E. Ortorexia nervosa e imagem corporal em adolescentes e adultos. **J. bras. psiquiatr.**, Rio de Janeiro , v. 69, n. 2,p. 117-125, jun. 2020.

MOHAMED, B.A.A, IDREES M.H.D. Body image dissatisfaction and its relation to body mass index among female medical students in Sudan: across-sectional study 2020-2021. **BMC Womens Health.** v. 23, n. 1, p. 593, 2023. Doi: 10.1186/s12905-023-02748-8.

MOTA, V. E. C. et al. Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em mulheres adultas. **Rev. Nutr.,** Campinas, v. 33, e190185, 2020.

NOLAN, L. J.; ESHLEMAN, A. Experience with Multiple Devaluation is Associated with Elevated Emotional Eating, Perceived Weight, and Body Mass Index: An Exploration of Mediating Factors and the Role of Irrational Beliefs in General Population and University Samples. **Appetite,** v. 206, p. 107816, 2025.

OLIVEIRA, J.; FIGUEREDO, L.; CORDÁS, T. A. Prevalência de comportamentos de risco para transtornos alimentares e uso de dieta “low-carb” em estudantes universitários. **JBP,** v. 68, p. 183-190, 2019.

PINA, M.G.M. et al. Comportamento alimentar de homens e mulheres com transtornos alimentares. **RBONE,** São Paulo, v.12. n.72. p. 515-521, jul. 2018.

PLICHTA, M.; JEZEWSKA-ZYCHOWICZ, M. Orthorexic tendency and eating disorders symptoms in Polish students: examining differences in eating behaviors. **Nutrients,** v. 12, n. 1, p. 218, 2020.

PRADO, K. G. do; ADAMI, F. S.; BRUCH-BERTANI, J. P. Food behavior, nutritional status and body dissatisfaction of university students in the health area. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento,** São Paulo, v. 16, n. 100, p. 127-136, 2022.

RADWAN, H. et al. Eating disorders and body image concerns as influenced by family and media among university students in Sharjah, UAE. **Asia Pac J Clin Nutr,** v. 27, n. 3, p. 695–700, 2018.

RADWAN, H. et al. Body Mass Index Perception, Body Image Dissatisfaction and Their Relations with Weight-Related Behaviors among University Students. **Int J Environ Res Public Health.** vol. 16, n. 9, 2019. Doi: 10.3390/ijerph16091541.

RUIZ, A.; QUILES, Y. Prevalence of Orthorexia Nervosa in Spanish university students: relationship with body image and eating disorders. **Anales de Psicología, Murcia,** v. 37, n. 3, p. 493–499, 2021.

RUIZ-BRAVO, P. et al. Physical Activity and Psychonutritional Correlates of Eating Disorder Risk in Female Health Science Students. **Healthcare,** [S.L.], v. 13, n. 14, p. 1-18, 11 jul. 2025.

SAMPAIO, R. M. M.; MANSO, B.S.R.; EVANGELISTA, L.C.D. Food standards, body dissatisfaction and risk for nervous orthorexia in healthcare students. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva,** São Paulo, v. 16, n. 97, p.512-520, 2020.

SANTOS, B. S.; FERNANDES, N. D. V.; MASQUIO, D. C. L. Social networks and dissatisfaction with body image among healthcare students. **O Mundo da Saúde,** [S.L.], v. 47, p. 236-248, 1 jan. 2023.

TAYFUR, S.N.; EVRENSEL, A. Investigation of the relationships between eating attitudes, body image and depression among Turkish university students. **Riv Psichiatr.** vol. 55, n. 2, p. 90-97, 2020. Doi: 10.1708/3333.33023.