

A influência da mídia nos hábitos alimentares e na insatisfação corporal entre estudantes da área da saúde da Grande Vitória – ES.

The influence of the media on eating habits and body dissatisfaction among students in the health area of Greater Vitória - ES.

Luiza de Souza Jureves¹, Mayara Freitas Monteiro²

¹ Centro Universitário Salesiano – UniSales

² Centro Universitário Salesiano – UniSales

E-mail: Luiza de Souza Jureves - luizajureves@gmail.com

Resumo

A mídia vem se mostrando cada vez mais presente na vida dos indivíduos, podendo influenciar de forma positiva e/ou negativa devido ao seu crescimento constante. Com isso, este estudo tem como objetivo investigar a prevalência da mídia na mudança de hábitos alimentares e insatisfação corporal em estudantes da área da saúde residentes na Grande Vitória - ES. Refere-se a uma pesquisa de campo descritiva, exploratória, explicativa, observacional, sendo de caráter transversal e de abordagem quanti-qualitativa envolvendo 65 indivíduos entre 20 a 59 anos. O estado nutricional foi analisado por meio da avaliação dos dados antropométricos. Já no que diz respeito aos hábitos alimentares foram analisados através do Eating Attitudes Test (EAT-26) no qual foi respondido pelas participantes com intuito de avaliar suas preferências alimentares. O trabalho foi aprovado pelo comitê de ética do Centro Universitário Salesiano (CAEE: 75745823.2.0000.5068). Os dados quantitativos foram descritos em média, desvio padrão e as variáveis qualitativas descritas a partir de frequência absoluta e relativa, nas correlações foram considerados significância $p > 0,05$. A partir deste estudo foi percebido uma relação entre o Tempo Gasto em Internet com os hábitos alimentares e insatisfação corporal, sendo maior parte o público de Nutrição. Ainda, em relação ao BSQ e Estado Nutricional foi possível identificar que indivíduos com baixo peso, sobrepeso e obesidade apresentam algum grau de insatisfação corporal. Contudo, ressalta-se que o cuidado com alimentação, autoimagem corporal e o consumo saudável de redes sociais é essencial para uma boa qualidade de vida.

Palavras-chave: Mídia sociais, hábitos alimentares, estudantes, estado nutricional, insatisfação corporal.

Summary:

The media has been increasingly present in the lives of individuals, and can influence positively and/or negatively due to its constant growth. Therefore, this study aims to investigate the prevalence of the media in changing eating habits and body dissatisfaction in health students living in Greater Vitória - ES. It refers to descriptive, exploratory, explanatory, observational field research, with a transversal character and a quantitative-qualitative approach involving 65 individuals between 20 and 59 years old. Nutritional status was analyzed by evaluating anthropometric data. Regarding eating habits, they were analyzed using the Eating Attitudes Test (EAT-26), which was answered by participants in order to evaluate their food preferences. The work was approved by the ethics committee of the Centro Universitário Salesiano (CAEE: 75745823.2.0000.5068). Quantitative data were described as mean, standard deviation and qualitative variables were described based on absolute and relative frequency. In correlations, significance was considered $p > 0.05$. From this study, a relationship was noticed between Time Spent on the Internet and eating habits and body dissatisfaction, with the majority being the Nutrition audience. Furthermore, in relation to the BSQ and Nutritional Status, it was possible to identify that individuals with low weight, overweight and obesity present some degree of body dissatisfaction. However, it is important to note that taking care of your diet, body image and healthy consumption of social media is essential for a good quality of life.

Keywords: Social media, eating habits, students, nutritional status, body dissatisfaction.

INTRODUÇÃO

A alimentação passa por algumas modificações ao decorrer dos anos, podendo ser devido a tendências na alimentação mundial, pela influência individual ou até mesmo por experiências de outros indivíduos. Logo, estão relacionados à cultura, situação psicológica e socioeconômica que os indivíduos se situam (DE AVELAR et al., 2013).

Os hábitos são construídos através do meio ambiente e influências externas. Dentre eles, o meio de comunicação considerado mais influenciador é a mídia, tendo em vista que, por muitas vezes são encontrados assuntos que incluem os padrões de beleza e alimentação impactando de modo direto na imagem corporal dos indivíduos que possuem acesso a essas redes (LIRA et al., 2017).

A restrição de determinados alimentos e nutrientes concedida através de dietas restritivas e consideradas milagrosas no meio digital está interligada ao conceito de beleza e por sua vez, são consideradas incapazes de promover perda de peso por muito tempo, logo abrindo espaços para possíveis transtornos alimentares (ALVARENGA et al., 2015).

Os transtornos alimentares são vistos como distúrbios psiquiátricos e caracterizados por alterações profundas no comportamento alimentar e desequilíbrio no controle de peso e na forma corporal onde compromete a saúde física ou funcionamento psicossocial (NUNES et al., 2017).

A mídia tem se mostrado cada vez mais presente na vida dos indivíduos, devido ao seu crescimento constante, podendo influenciá-las de forma positiva e/ou negativa. Porém, em um estudo mostrou que graças a este crescimento foi comprovado que grande parte são influenciados de forma negativa, devido às fake news ofertadas através da rede, nos quais chamam atenção para comportamentos de risco (DA SILVA et al., 2019).

Foi visto que, mulheres que não conseguem se impor às demandas e exigências da sociedade são vistas como fracassadas e incapacitadas (SOUZA, 2013). Com isso, os conteúdos ofertados através da mídia podem acarretar fatores de insatisfação e baixa autoestima (ASSIS et al., 2020).

A imagem corporal é aquela criada através da mente com o que diz respeito ao corpo e a aparência, onde envolve os sentimentos que estão relacionados a determinadas características e às partes que constituem o corpo do indivíduo. É um assunto que requer

bastante atenção no Brasil dado que afeta a cultura, a política e a epidemiologia (WALDMAN et al., 2013).

Ao avaliar a relação da imagem corporal com o sexo percebe-se que o sexo feminino é o mais afetado, tendo como principal objetivo a perda de peso. Além disso, ao avaliar indivíduos universitários foi visto que as mulheres se preocupam mais com sua autoimagem no que diz respeito ao peso e silhuetas, já os indivíduos do sexo masculino tendem a ter preocupações relacionadas aos órgãos genitais e a queda de cabelo (LAUS et al., 2014; LEPSSEN et al., 2014; OSHANA et al., 2020).

Em um estudo australiano no qual abordava sobre os fatores associados prejuízo na qualidade de vida associado ao espectro de insatisfação corporal, realizado por Mond e colaboradores (2013), foram encontradas 86,9% de insatisfação corporal entre indivíduos do sexo feminino. Já no Brasil, 64,4% das universitárias da área da saúde, apresentaram insatisfação corporal, sendo que grande parte delas tinham intuito de emagrecer (NILSON et al., 2013).

Sabe-se que a população se encontra em constante evolução, impondo diferentes padrões de beleza, esse tipo de comportamento e exigências podem fazer com que esse indivíduo venha se preocupar com sua autoimagem corporal, visto que, esse quadro pode acarretar comportamentos alimentares inadequados que, colocam em risco sua saúde, tornando-se o indivíduo mais suscetível aos distúrbios alimentares, como a anorexia, bulimia, compulsão alimentar, sobrepeso e obesidade (EL ASSAL et al., 2014).

Para muitas mulheres, perceber-se fora do padrão de beleza é sinônimo de frustração, isolamento e insatisfação com a autoimagem corporal. Logo, esse comportamento pode vir a comprometer a saúde física, psíquica e social, abrindo espaço para práticas inadequadas para o controle de peso corporal, podendo causar graves problemas de aceitação social, ansiedade, depressão, baixa autoestima e também de desenvolver possíveis transtornos e problemas psicológicos (MEDEIROS et al., 2017).

O Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, 5ª edição (DSM-5) possui grande influência no que diz respeito à Classificação Internacional de Transtornos Mentais da Organização Mundial de Saúde (OMS) (SKOPINSKI et al., 2015).

O processo de tratamento é indicado somente a partir de seu diagnóstico, levando como critério os manuais como o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, 5ª edição (DSM-5) e a Classificação Internacional de Doenças, 11ª edição (CID-11) (BONFIM et

al., 2016). O manual descreve critérios para os transtornos: pica, transtorno de ruminação, transtorno alimentar restritivo/evitativo, anorexia nervosa, bulimia nervosa e transtorno de compulsão alimentar (DSM - 5, 2014).

Devido a etiologia multidimensional (clínica, sociocultural, psicológica e biológica) torna-se de suma importância que o tratamento para transtornos alimentares seja interdisciplinar especializado (ALVARENGA et al., 2018). Diante deste cenário, o presente estudo teve como objetivo investigar a prevalência da mídia na mudança de hábitos alimentares e insatisfação corporal em estudantes da área da saúde.

METODOLOGIA

2.1 DESENHO ESTUDO

Foi uma pesquisa de campo descritiva, exploratória, explicativa, observacional, sendo de caráter transversal e de abordagem quanti-qualitativa. Este estudo é caracterizado como quantitativo, pois envolverá mensuração de variáveis pré-determinadas e análise objetiva de dados coletados e qualitativo pois irá obter informações como hábitos alimentares, estado nutricional e entre outros.

Tamanho amostral foi definido por conveniência, no qual foram selecionados 65 indivíduos de ambos os sexos, sendo a coleta de dados realizada entre Setembro/2023 a outubro/2023.

Os voluntários foram selecionados através das redes sociais, tais como o WhatsApp, Instagram e Facebook. Todos os inscritos, residentes na Grande Vitória (ES), foram convidados a participar, sendo informados do objetivo deste estudo.

Foram estabelecidos como critério de inclusão neste estudo as seguintes características: indivíduos adultos, com idade entre 20 e 59 anos, estudantes da área da saúde, do sexo feminino ou masculino, que possuem acesso as mídias sociais e que são residentes da Grande Vitória. O projeto foi apresentado ao Comitê de Ética e após aprovação, foi apresentado aos participantes. Os atendimentos foram realizados de forma online, sendo assim, auto preenchido pelos participantes, onde foi disponibilizado como instrumento de coleta de dados o Eating Attitudes Test - EAT-26 e o questionário Body Shape Questionnaire – BSQ-34.

2.2 COLETA DE DADOS

2.2.1 ASPECTOS ÉTICOS

O estudo foi destinado e logo aprovado pelo Comitê de Ética do Centro Universitário Salesiano. Logo após a aprovação foi apresentado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Apêndice 1) para os participantes do estudo, que voluntariamente aceitaram participar da pesquisa. Os pesquisadores se comprometeram a manter o sigilo das informações coletadas, assim como a utilização destes dados foi exclusivamente com finalidade científica. Os participantes do estudo foram informados sobre todos os procedimentos, incluindo os possíveis desconfortos, riscos e benefícios do estudo, antes mesmo de assinar o termo de consentimento livre e esclarecido, segundo determina a Resolução 196 e 466 do Conselho Nacional de Saúde de 2012 (BRASIL, 2012).

2.2.2 VARIÁVEIS SÓCIO-DEMOGRÁFICAS:

Para a avaliação das variáveis sócio-demográficas foram incluídas perguntas relacionadas aos dados pessoais dos participantes, no qual as primeiras dez (10) perguntas foram informadas a idade dos mesmos, sexo, renda mensal, escolaridade, estado civil, ocupação/profissão, e-mail, telefone, rede de ensino e curso da graduação (DUARTE et al., 2021) (Anexo 1).

2.2.3 AVALIAÇÃO DOS HÁBITOS ALIMENTARES:

Com intuito de avaliar as atitudes alimentares dos participantes foi disponibilizado o Eating Attitudes Test - EAT-26, versão traduzida para português (Garner et al., 1982) (Anexo 2), este questionário foi respondido pelos participantes com questões relacionadas às preferências alimentares.

O questionário é composto por 26 questões, em forma de escala do tipo Likert, que varia de 0 a 6 correspondendo proporcionalmente a nunca e sempre, com exceção da pergunta 25 que apresenta uma pontuação invertida, onde as alternativas sempre, muitas vezes e frequentemente são consideradas com peso 0. A contagem é feita mediante a resposta de cada pergunta, variando de 0 a 78 pontos. Logo, indivíduos que apresentaram resultados menores que 21 pontos são classificados como teste EAT negativo indicando padrão alimentar

em normalidade, já acima de 21 pontos como teste EAT positivo onde indicam risco para desenvolvimento de transtornos alimentares (Garner et al., 1982).

2.2.4 AVALIAÇÃO DA SATISFAÇÃO DA IMAGEM CORPORAL:

Foi disponibilizado aos participantes o questionário Body Shape Questionnaire – BSQ-34, versão traduzida para português (Anexo 3). Com intuito de, avaliar a possibilidade de insatisfação corporal e seu grau de insatisfação, o questionário possibilita uma contagem que varia conforme a resposta para que o valor de cada resposta seja somado e, ao final, o quanto maior o escore obtido maior a insatisfação com o corpo, sendo: Ausência de insatisfação: ≤ 80 ; Leve insatisfação: ≥ 81 e ≤ 110 ; Moderada insatisfação: ≥ 111 e < 140 ; Grave insatisfação: ≥ 140 (DI PIETRO et al., 2009; KESSLER et al., 2018).

2.2.5 AVALIAÇÃO DO TEMPO GASTO EM INTERNET

Para que seja avaliado o tempo gasto em internet foi concedido o questionário Internet Addiction Test (IAT), no qual visa a ocorrência do uso problemático ou patológico da Internet (FERNANDES, 2019; SOARES, 2020) (Anexo 4).

O mesmo é composto por 20 questões, onde sua classificação é dada em forma de escalas de 1 a 5 correspondendo proporcionalmente a raramente e sempre. Sua pontuação varia entre 20 a 100 pontos, logo, indivíduos que apresentarem acima de 69 pontos são vistos com uma tendência grande para o uso patológico. Após a coleta das pontuações individuais foram somadas e classificadas. Sua classificação consiste em: Usuário online médio (0 a 39 pontos), usuário que apresenta 36 problemas frequentes devido ao uso de internet (40 a 69 pontos), e indivíduos que fazem uso patológico de internet (70 a 100 pontos).

2.2.6 AVALIAÇÃO ANTROPOMÉTRICA:

Em relação às medidas antropométricas do estudo, foram coletadas as aferições de peso, estatura e índice de massa corporal (IMC) (Anexo 5).

Peso - O peso também chamada de massa corporal é apontada como a soma de todos os componentes corpóreos como a massa óssea, massa muscular, massa gorda ou adiposa e massa residual, podendo ser aferido em balanças mecânicas de plataforma, eletrônicas, balanças pediátricas, porém o mesmo não deve ser utilizado de forma isolada para definir um diagnóstico (MAHAN et al., 2012; BRASIL, 2022).

Estatura - A estatura também chamada de altura e/ou comprimento se trata do processo de crescimento linear do corpo humano, aferida mediante ao uso de um estadiômetro fixo ou portátil (VASCONCELOS, 2008; BRASIL, 2022).

Por fim, foi utilizado o índice de massa corporal (IMC), no qual é caracterizado por identificar o estado nutricional em todas as fases da vida (MAHAN et al., 2012). Logo, o ponto de corte $\leq 18,5\text{Kg/m}^2$ é classificado como abaixo do peso, de $18,5\text{Kg/m}^2$ a $24,9\text{Kg/m}^2$ como adequado ou eutrófico, $25,0\text{ Kg/m}^2$ a $29,9\text{Kg/m}^2$ é dado como Sobrepeso, $30,0\text{ Kg/m}^2$ a $34,9\text{ Kg/m}^2$ como Obesidade Grau 1, $35,0\text{ Kg/m}^2$ a $39,9\text{Kg/m}^2$ como Obesidade Grau 2 e $\geq 40,0$ é considerada como Obesidade Grau 3 (WHO, 2000).

2.3 ANÁLISE DE DADOS

Os dados foram apresentados a partir de estatísticas descritivas. Os dados quantitativos foram apresentados a partir da média, desvio padrão, mínimo e máximo. Os dados qualitativos foram apresentados a partir de frequência absoluta e relativa. Os resultados foram analisados com auxílio Excel versão 2013.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O presente estudo foi composto por 65 participantes com idade entre 20 a 59 anos (73,8%), no qual 89,9% (n= 58) eram do sexo feminino, 36,9% (n= 24) recebem de 1 a 2 salários mínimos, 55,4% (n= 36) estão solteiros, 63,1% (n= 41) possuem ensino superior incompleto, sendo composto por 75,4% (n= 49) de estudantes do curso de Nutrição e 93,8% (n= 61) rede de ensino particular. Dentre os participantes, 60% (n= 39) se encontram com estado nutricional de eutrofia e no que diz respeito aos testes, foi visto que 66,2% (n= 43) apresentaram EAT negativo, 35,4% (n=23) apontaram ausência de insatisfação corporal e 70,8% (n= 46) apresentam consumo saudável em relação ao tempo gasto em internet, conforme apresentado na Tabela 1.

Optou-se por segmentar os cursos em Nutrição e aglomerar os demais, visto que a maior participação foi entre os estudantes de Nutrição, enquanto nos demais cursos havia menores quantidades de alunos.

Tabela 1 – Caracterização sociodemográfica, do estado nutricional, do tempo gasto em internet, dos testes EAT e BSQ de estudantes da área da saúde da Grande Vitória (ES), 2023.

Variáveis	Número de participantes	%
Sexo		
Feminino	58	89,2
Masculino	7	10,8
Idade		
20 a 29 anos	48	73,8
30 a 39 anos	9	13,8
40 a 49 anos	7	10,8
50 a 59 anos	1	1,5
Renda		
Menos de um salário mínimo	17	26,2
1 a 2 salários mínimos	24	36,9
3 a 4 salários mínimos	17	26,2
5 ou mais salários mínimos	7	10,8
Estado Civil		
Casado (a)	24	36,9
Divorciado (a)	3	4,6
Solteiro (a)	36	55,4
União estável	2	3,1
Escolaridade		
Ensino médio completo	5	7,7
Ensino superior completo	16	24,6
Ensino superior incompleto	41	63,1
Pós graduado (a)	3	4,6
Ensino médio completo	5	7,7
Curso		
Nutrição	49	75,4
Demais cursos	16	24,6
Rede de ensino		
Particular/Privada	61	93,8
Pública	4	6,2
Estado Nutricional		
Baixo Peso	2	3,1
Eutrofia	39	60,0
Sobrepeso	16	24,6
Obesidade	8	12,3
EAT		
Positivo	22	33,8
Negativo	43	66,2
BSQ		
Ausência de Insatisfação Corporal	23	35,4
Leve Insatisfação Corporal	15	23,1
Moderado Insatisfação Corporal	15	23,1
Grave Insatisfação Corporal	12	18,5
Tempo Gasto		
Usuário online médio	46	70,8
Usuário com problemas frequentes	18	27,7
Uso patológico	1	1,5

Fonte: Elaboração própria.

Dentre os usuários com problemas frequentes, foi percebido que 55,6% (n=10) dessa população apresentaram EAT positivo, enquanto que entre os usuários patológicos apenas 1 participante apresentou tal resultado. Ainda entre os usuários com problemas frequentes, ao considerar os resultados do BSQ, foi constatado que 38,8% (n= 7) apresentam moderada insatisfação corporal. Foi observado que apenas 1 participante apontou insatisfação grave com imagem corporal e foi considerado usuário patológico. As correlações apresentadas pela Tabela 2 indicam que os dados do presente estudo foram significativamente relevantes, visto que o valor de p foi inferior a 5%.

Em estudo realizado por Souza (2013), que avaliou os padrões alimentares e a imagem corporal em mulheres, em que encontrou correlação positiva entre resultados do EAT e do BSQ, apontando que a insatisfação da imagem corporal estava relacionada ao desenvolvimento de transtornos alimentares devido a atitudes alimentares perigosas. Já no que relaciona o EAT e o Tempo Gasto, observou-se que o tempo de uso estava positivamente relacionado aos comportamentos alimentares disfuncionais (TAVARES et al., 2021). E, no que diz respeito à correlação entre o BSQ e uso de internet, foi afirmado através do estudo de Dos Santos e colaboradores (2023) que 86,9% da amostra pesquisada já foram influenciadas por meio de mídias sociais no qual envolvia a autoimagem corporal dos mesmos (Tabela 2).

Tabela 2 – Correlação entre o tempo gasto na internet com os testes EAT e BSQ, em estudantes da área da saúde da Grande Vitória (ES), 2023.

		Tempo gasto			Valor de p	
		Usuário online médio	Usuários com problemas frequentes	Usuário patológico		Total
EAT	Positivo	11 55,6%	10 55,6%	1 100%	22 33,8%	0,012
	Negativo	35 76,1%	8 44,4%	0 0,0%	43 66,2%	
BSQ	Ausência de Insatisfação Corporal Leve	22 47,8%	1 5,6%	0 0,0%	23 35,4%	0,004
	Insatisfação Corporal Moderada	10 21,7%	5 27,8%	0 0,0%	15 23,1%	
	Insatisfação Corporal Grave	8 17,4%	7 38,9%	0 0,0%	15 23,1%	
	Insatisfação Corporal	6 13,0%	5 27,8%	1 100,0%	12 18,5%	

Fonte: Elaboração própria.

No que se refere à frequência do uso de internet pelos pesquisados, foi perceptível que dentre as pessoas que sempre se sentiam insatisfeitas com o corpo, 16,7% (n= 3) apresentavam problemas frequentes e apenas 1 apresentou quadro patológico. Diante disso, é possível observar que o indivíduo que obteve o padrão patológico era o mesmo que sempre se mantinha conectado, mas pode-se supor que entre os participantes que raramente e/ou os que nunca sentiam insatisfação com o corpo eram os mesmos que consumiam de uma forma saudável. Logo, se manter conectado de forma saudável pode apresentar um efeito protetor para insatisfação com a imagem corporal. Para Yang (2013), a mesma informação é

confirmada, de modo que o uso problemático da internet estava diretamente relacionado à imagem corporal negativa do indivíduo (Tabela 3).

Em relação às propostas alimentares concedidas através da mídia, 77,8 % (n= 14) dos usuários com problemas frequentes seguiam as propostas e 1 dos usuários patológicos sempre seguiam. Com isso, percebe-se que a alimentação pode ser influenciada por aqueles que se mantêm por muito tempo conectado, conforme sugerido na Tabela 3. O mesmo é visto no estudo de Assis e colaboradores (2020), onde foi ressaltado que grandes partes do público pesquisado consumiam alimentos propostos pela mídia social, com objetivo de perder peso.

Ainda acerca da mídia, é possível observar que dentre os aplicativos digitais o Instagram é o meio mais utilizado entre os integrantes pesquisados. Entre os usuários com problemas frequentes, 72,2% (n= 13) consumiam tal mídia social. Para Royal Society for Public Health (2017), o Instagram é a pior mídia social, quando considerados a saúde e o bem-estar. No estudo de Fernandes (2019) não foi diferente, tendo descrito que quanto maior o tempo concedido a essa rede, maior o grau de insatisfação corporal e risco de desenvolver transtornos alimentares. Dentre os participantes que tinham acesso ao TikTok, 1 deles apresentaram problemas relacionados ao uso patológico. Masur e seus colegas (2014) encontraram resultados semelhantes no qual relata que, os usuários que possuem acesso a rede TikTok podem desenvolver o vício pela plataforma devido ao tempo de uso (Tabela 3).

Tabela 3 – Correlação entre o tempo gasto na internet com as perguntas desenvolvidas pela pesquisadora, em estudantes da área da saúde da Grande Vitória (ES), 2023.

		Tempo gasto			Total	Valor de p
		Usuário online médio	Usuários com problemas frequentes	Usuário patológico		
Com que frequência você se sente insatisfeito com seu corpo quando está conectado?	Sempre	3 6,5%	3 16,7%	1 100%	7 10,8%	0,000
	Geralmente	0 0,0%	4 22,2%	0 0,0%	4 6,2%	
	Frequentemente	6 13,4%	7 38,9%	0 0,0%	13 20,0%	
	Ocasionalmente	14 30,4%	1 5,6%	0 0,0%	15 23,1%	
	Raramente	13 28,3%	2 11,1%	0 0,0%	15 23,1%	
	Não aplicável	10 21,7%	1 5,6%	0 0,0%	11 16,9%	
Com que frequência você já seguiu propostas alimentares disponibilizadas por criadores de conteúdo?	Sempre	0 0,0%	2 11,1%	1 100%	3 4,6%	0,049
	Frequentemente	5 10,9%	1 5,6%	0 0,0%	6 9,2%	
	Ocasionalmente	7 15,2%	4 22,2%	0 0,0%	11 16,9%	
	Raramente	11 23,9%	5 27,8%	0 0,0%	16 24,6%	
	Não aplicável	23 50,0%	6 33,3%	0 0,0%	29 44,6%	
Qual mídia social você mais utiliza atualmente?	Instagram	42 91,3%	13 72,2%	0 0,0%	55 84,6%	0,021
	TikTok	4 8,7%	4 22,2%	1 100,0%	9 13,8%	
	Twitter	0 0,0%	1 5,6%	0 0,0%	1 1,5%	

Fonte: Elaboração própria.

Conforme demonstrado na Tabela 4, conclui-se que não existe associação significativamente relevante entre o EAT e o Estado Nutricional, visto que o p-valor foi de 0,634. Já em relação ao BSQ e o Estado Nutricional foi possível identificar que os indivíduos com baixo peso 100% (n= 2) tinham uma leve insatisfação corporal e que entre os participantes com sobrepeso 75,1% (n=12) e obesidade 100% (n= 8) a maioria apresentavam algum grau de insatisfação com o corpo. Entretanto, de acordo com Kessler e colaboradores

(2018), estudantes com peso adequado são mais insatisfeitos com a autoimagem corporal quando comparados aqueles que se encontram em baixo peso, sobrepeso e obesidade.

Tabela 4 – Correlação entre estado nutricional com os testes EAT e BSQ, em estudantes da área da saúde da Grande Vitória (ES), 2023.

		Estado Nutricional				Total	Valor de p
		Baixo Peso	Eutrofia	Sobrepeso	Obesidade		
EAT	Positivo	0	13	5	4	22	0,634
		0,0%	33,3%	31,3%	50,0%	33,8%	
	Negativo	2	26	11	4	43	
		100,0%	66,7%	68,8%	50,0%	66,2%	
BSQ	Ausência de	0	19	4	0	23	0,003
	Insatisfação	0,0%	48,7%	25,0%	0,0%	35,4%	
	Corporal						
	Leve	2	5	7	1	15	
	Insatisfação	100,0%	12,8%	43,8%	12,5%	23,1%	
	Corporal						
	Moderada	0	10	2	3	15	
	Insatisfação	0,0%	25,6%	12,5%	37,5%	23,1%	
Corporal	Grave	0	5	3	4	12	
	Insatisfação	0,0%	12,8%	18,8%	50,0%	18,5%	
	Corporal						
	Corporal						

Fonte: Elaboração própria.

Ao correlacionar o Tempo Gasto com as variáveis estado nutricional, idade e curso, conclui-se que não existe correlação significativamente relevante entre elas, visto que os valores de p foram superiores a 5%. Apesar disso, em estudo realizado por Costa e integrantes (2019) foi identificada grande associação entre o tempo conectado e o estado nutricional

entre os participantes que apresentaram insatisfação com autoimagem, mesmo entre aqueles classificados como eutróficos.

Com que diz respeito a idade foi visto que dentre os usuários com problemas frequentes, 88,9% (n= 16) tinham idade entre 20 a 29 anos. Porém, Oliveira (2017) relatou que indivíduo adolescente se mantém mais conectados, pois para muitos, a preferência é a escrita ao invés da fala. (Tabela 5).

Diante disso, com relação a correlação entre o tempo gasto e o curso foi perceptivo que dentre os usuários com problemas frequentes 61,1% (n =11) eram estudantes de Nutrição, bem como o único participante que apresentou uso patológico 100% (n= 1). Logo, o uso da Internet aumentou entre a população em geral, incluindo estudantes universitários (DE OLIVEIRA SOARES et al., 2018).

Tabela 5 – Correlação entre o tempo gasto em internet e demais variáveis, em estudantes da área da saúde da Grande Vitória (ES), 2023.

		Tempo gasto			Total	Valor de p
		Usuário online médio	Usuários com problemas frequentes	Usuário patológico		
Estado Nutricional	Baixo Peso	1 2,2%	1 5,6%	0 0,0%	2 3,1%	0,151
	Eutrofia	26 56,5%	13 72,2%	0 0,0%	39 60,0%	
	Sobrepeso	14 30,4%	2 11,1%	0 0,0%	16 24,6%	
	Obesidade	5 10,9%	2 11,1%	1 100,0%	8 12,3%	
Idade	20 a 29 anos	31 67,4%	16 88,9%	1 100,0%	48 73,8%	0,622
	30 a 39 anos	8 17,4%	1 5,6%	0 0,0%	9 13,8%	
	40 a 49 anos	6 13,0%	1 5,6%	0 0,0%	7 10,8%	
	50 a 59 anos	1 2,2%	0 0,0%	0 0,0%	1 1,5%	
Curso	Nutrição	37 80,4%	11 61,1%	1 100,0%	49 74,4%	0,275
	Demais Cursos	9 19,6%	7 38,9%	0 0,0%	16 24,6%	

Fonte: Elaboração própria.

Conforme mostra a Tabela 6 (Apêndice 2), foram realizados testes de correlação entre o Tempo Gasto em Internet e as perguntas desenvolvidas pelas pesquisadoras. Entretanto, o valor de p não foi significativo relevante. Porém, foi possível observar que 1 dos participantes

era usuário patológico, enquanto 16,9% consumiam entre 5 e 8 horas ao dia e 38,5% (n= 25) se mantinha conectado entre 3 e 5 horas/dia.

Em uma outra tabela de correlação desenvolvida no trabalho foi com relação ao Estado Nutricional e as variáveis EAT, Idade, Tempo Gasto e Curso. Foi visto que, tal correlação entre as variáveis não apresentou significamente relevante. Caso deseje ter acesso às informações basta ir para o Apêndice 3 (Tabela 7).

O mesmo é visto no que se refere a correlações mediante ao Curso e as variáveis Estado Nutricional, EAT, Idade e Tempo Gasto, no qual foi possível observar que as variáveis não apresentaram significamente relevante. Para mais dados consulte o Apêndice 4 (Tabela 8).

Por fim, tais correlações foram realizadas de modo a investigar se as demandas consumidas no curso de Nutrição estariam interferindo com mais ênfase no cuidado com a saúde, hábitos alimentares e a imagem corporal que nos demais cursos. Dado que, em outros estudos que realizaram pesquisas com estudantes de Nutrição encontraram valores de EAT positivos, sendo considerados acima do esperado para a população tradicional.

CONCLUSÃO

Através do presente estudo, foi visto que, grande parte da população pesquisada encontrou-se adoecida diante dos testes aplicados. Contudo, ressalta-se que o cuidado com alimentação, autoimagem corporal e o consumo saudável de redes sociais é essencial para uma boa qualidade de vida, dado que, grande parte dos pesquisados apresentaram EAT positivo considerado acima do adequado para a população geral e BSQ em algum grau de insatisfação.

Logo, torna-se de suma importância que estudos novos sejam realizados, visto que a imagem corporal é uma interação que envolve diversos fatores como: social, biológico, fisiológico e emocional. Logo, intervenções para auxiliar nessa mudança da percepção da imagem corporal pode contribuir para a melhoria da qualidade de vida (FERREIRA FERNANDES et al., 2017). Com isso, a realização de estudos complementares possui grande relevância para melhor compreender a auto percepção da imagem corporal, especialmente entre mulheres, visto que é o público mais afetado (MEDEIROS et al., 2017).

REFERÊNCIAS:

DE AVELAR, Ana Elisa; DE REZENDE, Daniel Carvalho. Hábitos alimentares fora do lar: um estudo de caso em Lavras-MG. *Organizações Rurais e Agroindustriais/Rural and Agro-Industrial Organizations*, v. 15, n. 1511-2017-1779, p. 137-152, 2013.

LIRA, Ariana Galhardi et al. Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 66, p. 164-171, 2017.

ALVARENGA, Marle et al. *Nutrição comportamental*. Editora Manole, 2015.

NUNES, L. G.; SANTOS, M. C. S.; SOUZA, A. A. Fatores de risco associados ao desenvolvimento de bulimia e anorexia nervosa em estudantes universitários: uma revisão integrativa. *HU Revista, [S. l.]*, v. 43, n. 1, 2017. DOI: 10.34019/1982-8047.2017.v43.2629.

DA SILVA, Silvia Alves; PIRES, Patrícia Fernanda Ferreira. A influência da mídia no comportamento alimentar de mulheres adultas. *Revista Terra & Cultura: Cadernos de Ensino e Pesquisa*, v. 35, n. 69, p. 53-67, 2019.

SOUZA, Márcia Rebeca Rocha de et al. Droga de corpo! Imagens e representações do corpo feminino em revistas brasileiras. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, v. 34, p. 62-69, 2013.

ASSIS, Liliane Cupertino de; GUEDINE, Camyla Rocha de Carvalho; CARVALHO, Pedro Henrique Berbert de. Uso da mídia social e sua associação com comportamentos alimentares disfuncionais em estudantes de Nutrição. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 69, p. 220-227, 2020.

WALDMAN, Amanda et al. Attitudinal and perceptual factors in body image distortion: an exploratory study in patients with anorexia nervosa. *Journal of eating disorders*, v. 1, p. 1-9, 2013.

LAUS, M. F. et al. Body image in Brazil: recent advances in the state of knowledge and methodological issues. *Rev. saúde pública*, v. 48, n. 2, p. 331-346, abr. 2014.

IEPSEN, Alice Meyer; SILVA, Marcelo Cozzensa da. Prevalência e fatores associados à insatisfação com a imagem corporal de adolescentes de escolas do Ensino Médio da zona rural da região sul do Rio Grande do Sul, 2012. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, v. 23, p. 317-325, 2014.

OSHANA, A. et al. Minority stress and body dysmorphic disorder symptoms among sexual minority adolescents and adult men. *Body image*, v. 34, p. 167-174, 2020.

NILSON, G.; PARDO, E.; RIGO, L.; HALLAL, P. Espelho, espelho meu: um estudo sobre autoimagem corporal de estudantes universitários. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde, [S. l.]*, v. 18, n. 1, p. 112-120, 2013. DOI: 10.12820/rbafs.v.18n1p112-120.

EL ASSAL, Sámar; FERNANDES, Daniela Canuto. Imagem Corporal e Comportamentos de Risco para Transtornos Alimentares em Praticantes de Exercícios e Atletas: Evidências Científicas. Revista EVS-Revista de Ciências Ambientais e Saúde, v. 41, p. 31-41, 2014.

MEDEIROS, Tanísia Hipólito; CAPUTO, Eduardo Lucia; DOMINGUES, Marlos Rodrigues. Insatisfação corporal em frequentadoras de academia. Jornal Brasileiro de Psiquiatria, v. 66, p. 38-44, 2017.

SKOPINSKI, Fabiane; RESENDE, Thais de Lima; SCHNEIDER, Rodolfo Herberto. Imagem corporal, humor e qualidade de vida. Revista Brasileira de geriatria e gerontologia, v. 18, p. 95-105, 2015.

BONFIM, Grazielle Willian; NASCIMENTO, Isabela Peres Cordeiro; BORGES, Nicodemos Batista. Transtorno dismórfico corporal: revisão da literatura. Contextos Clínic, São Leopoldo , v. 9, n. 2, p. 240-252, dez. 2016.

American Psychiatric Association. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais (DSM-5), 2014.

ALVARENGA, Marle et al. Nutrição comportamental . Editora Manole, 2018.

Resolução nº 466 de 12 de dezembro de 2012: diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisa envolvendo seres humanos. Brasília (DF): MS; 2012.

DUARTE, Luciane Simões; CHINEN, Milena Namie Koba; FUJIMORI, Elizabeth. Autopercepção distorcida e insatisfação com a imagem corporal entre estudantes de enfermagem. Revista da Escola de Enfermagem da USP , v. 55, 2021. See More

Garner DM, Olmsted MP, Bohr Y, Garfinkel PE. The eating attitudes test: psychometric features and clinical correlates. Psychol Med. 1982;12(4):871-8.

DI PIETRO, Mônica; SILVEIRA, Dartiu Xavier da. Validade interna, dimensionalidade e desempenho do Body Shape Questionnaire em um grupo de universitários brasileiros. Revista Brasileira de Psiquiatria , v. 31, p. 21-24, 2009.

KESSLER, Amanda Luisa; POLL, Fabiana Assmann. Relação entre imagem corporal, atitudes para transtornos alimentares e estado nutricional em universitárias da área da saúde. Jornal Brasileiro de Psiquiatria, v. 67, p. 118-125, 2018.

FERNANDES, Kátia. Impacto das mídias sociais sobre a insatisfação corporal e risco de transtornos alimentares e depressão em estudantes da Universidade Federal de Ouro Preto. 2019.

SOARES, Rodrigo de Oliveira. Sem wifi eu não vou: evidenciando possíveis relações entre dependência de internet e performance acadêmica. 2020.

MAHAN, L. K. et al. alimentos, nutrição e dietoterapia. 13. ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2012.

Guia para a organização da Vigilância Alimentar e Nutricional na Atenção Primária à Saúde [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde. Universidade Federal de Sergipe. – Brasília: Ministério da Saúde, 2022.

VASCONCELOS, F. A. G. Avaliação nutricional de coletividades. 3. ed. Florianópolis: Editora da UFSC, 2008.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Obesity: preventing and managing the global epidemic: report of a WHO consultation. Geneva: WHO, 2000.

SOUZA, Marcia Cristina Dominguez Fernandes Pinto de et al. Padrões alimentares e imagem corporal em mulheres frequentadoras de academia de atividade física. *Psico-USF*, v. 18, p. 445-454, 2013.

TAVARES, Lucilaine Teixeira. Associação do uso de mídias sociais com o comportamento alimentar e o risco de transtornos alimentares e nutricionais em estudantes universitários. 2021.

DOS SANTOS, Bianca Soares; FERNANDES, Nathália Dalla Vecchia; MASQUIO, Deborah Cristina Landi. Redes sociais e insatisfação com a imagem corporal em estudantes da área da saúde. *O Mundo da Saúde*, v. 47, n. 1, 2023.

YANG, Chun Yan et al. Prevalence and risk factors of problematic Internet use: A cross-national comparison of Japanese and Chinese university students. *Transcultural psychiatry*, v. 50, n. 2, p. 263-279, 2013.

ASSIS, Liliane Cupertino de; GUEDINE, Camyla Rocha de Carvalho; CARVALHO, Pedro Henrique Berbert de. Uso da mídia social e sua associação com comportamentos alimentares disfuncionais em estudantes de Nutrição. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 69, p. 220-227, 2020.

WALDMAN, Amanda et al. Attitudinal and perceptual factors in body image distortion: an exploratory study in patients with anorexia nervosa. *Journal of eating disorders*, v. 1, p. 1-9, 2013.

Royal Society for public health, #StatusofMind 2019 Disponível em: Acesso em 05 de julho de 2019

FERNANDES, Kátia. Impacto das mídias sociais sobre a insatisfação corporal e risco de transtornos alimentares e depressão em estudantes da Universidade Federal de Ouro Preto. 2019.

MASUR, Philipp K. et al. A interação entre satisfação de necessidades intrínsecas e motivos específicos do Facebook na explicação do comportamento viciante no Facebook. *Computadores no Comportamento Humano*, v. 39, p. 376-386, 2014.

COSTA, Muana Lucena da. Associação entre o uso de mídias sociais e comportamento alimentar, percepção e checagem corporal. 2018. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

OLIVEIRA, Eloiza Silva Gomes. Adolescência, internet e tempo: desafios para a Educação. *Educar em Revista*, p. 283-298, 2017.

DE OLIVEIRA SOARES, Rodrigo et al. Uso da internet por estudantes universitários: um campo de estudo emergencial. *Renote*, v. 16, n. 2, p. 138-148, 2018.

FERREIRA FERNANDES, Ana Caroline de Castro; SALES DA SILVA, Aline Lustosa; MEDEIROS, Karine Feitosa; QUEIROZ, Natielle; MACHADO MELO, Liliane. Avaliação da auto-imagem corporal e o comportamento alimentar de mulheres. *RBNE - Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, v. 11, n. 63, p. 252-258, 11 jun. 2017.

MEDEIROS, Tanísia Hipólito; CAPUTO, Eduardo Lucia; DOMINGUES, Marlos Rodrigues. Insatisfação corporal em frequentadoras de academia. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 66, p. 38-44, 2017.

APÊNDICE 1

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

TÍTULO DA PESQUISA: A influência da mídia nos hábitos alimentares e na insatisfação corporal entre estudantes da área da saúde da Grande Vitória – ES.

PESQUISADOR RESPONSÁVEL: Mayara Freitas Monteiro.

OBJETIVOS, JUSTIFICATIVA E PROCEDIMENTOS DA PESQUISA:

O objetivo geral da pesquisa busca investigar a prevalência da mídia na mudança de hábitos alimentares e insatisfação corporal em estudantes da área da saúde. Já os objetivos específicos serão avaliar o estado nutricional das participantes, os meios de comunicação usados por eles para adquirir conhecimentos sobre alimentação e dieta, será investigado se há insatisfação corporal por meio do questionário “Body Shape Questionnaire – BSQ-34” e serão avaliados os hábitos alimentares por meio do Eating Attitudes Test - EAT-26.

Se torna de suma importância que estudos novos sejam realizados, visto que a imagem corporal é uma interação que envolve diversos fatores como: social, biológico, fisiológico e emocional. Logo, intervenções para auxiliar nessa mudança da percepção da imagem corporal pode contribuir para a melhoria da qualidade de vida (FERREIRA FERNANDES et al., 2017). A realização de estudos complementares possui grande relevância para melhor compreender a autopercepção da imagem corporal, especialmente entre mulheres, visto que é o público mais afetado (MEDEIROS et al., 2017).

Estratégias diferenciadas são necessárias para que haja mudanças nos hábitos alimentares dos mesmos. Ressalta-se ainda a importância de mais estudos sobre a prevalência de distúrbios alimentares, especialmente em grupos específicos como estudantes de cursos associados à alimentação e cuidados com a saúde, visto que a pressão sociocultural existente, estabelece um ideal de corpo que, muitas vezes, se coloca aos princípios da saúde e bem-estar (KESSLER et al., 2018).

Os atendimentos foram realizados de forma online, onde foi disponibilizado como instrumento de coleta de dados questionários validados.

DESCONFORTO E POSSÍVEIS RISCOS ASSOCIADOS À PESQUISA: Risco mínimo, os indivíduos pesquisados podem se sentir desconfortáveis devido as perguntas aplicadas através dos questionários, porém não foi necessário a preocupação pois nenhum de seus dados foram expostos.

BENEFÍCIOS DA PESQUISA: Investigar possíveis prevalências no que diz respeito a influência que a mídia possui em relação aos hábitos alimentares e sua possível insatisfação corporal entre os indivíduos pesquisados, podendo auxiliar em pesquisas futuras que verifiquem intervenções no tratamento desse quadro.

ANÁLISE ÉTICA DO PROJETO: O presente projeto de pesquisa foi analisado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário Salesiano - Unisales, cujo endereço é Av. Vitória n.950, Bairro Forte São João, Vitória (ES), CEP 29017-950, telefone (27) 3331-

8500.

FORMA DE ACOMPANHAMENTO E ASSISTÊNCIA: Quando necessário, o voluntário receberá toda a assistência médica e/ou social aos agravos decorrentes das atividades da pesquisa. Basta procurar o(a) pesquisador (a) Mayara Freitas Monteiro pelo telefone do trabalho (27) 3331-8500, e também no endereço Av. Vitória n.950, Bairro Forte São João, Vitória (ES), CEP 29017-950. E-mail do pesquisador (a) mayarafm@yahoo.com.br.

ESCLARECIMENTOS E DIREITOS: Em qualquer momento o voluntário poderá obter esclarecimentos sobre todos os procedimentos utilizados na pesquisa e nas formas de divulgação dos resultados. Tem também a liberdade e o direito de recusar sua participação ou retirar seu consentimento em qualquer fase da pesquisa, sem prejuízo do atendimento usual fornecido pelos pesquisadores.

CONFIDENCIALIDADE E AVALIAÇÃO DOS REGISTROS: As identidades dos voluntários foram mantidos em total sigilo por tempo indeterminado, tanto pelo executor como pela instituição onde foi realizada a pesquisa e pelo patrocinador (quando for o caso). Os resultados dos procedimentos executados na pesquisa foram analisados e alocados em tabelas, figuras ou gráficos e divulgados em palestras, conferências, periódico científico ou outra forma de divulgação que propicie o repasse dos conhecimentos para a sociedade e para autoridades normativas em saúde nacionais ou internacionais, de acordo com as normas/leis legais regulatórias de proteção nacional ou internacional.

CONSENTIMENTO PÓS INFORMAÇÃO DO PARTICIPANTE VOLUNTÁRIO:

Eu,

_____, portador da
Carteira de identidade nº _____, expedida pelo Órgão
_____, por me considerar devidamente informado(a) e esclarecido(a) sobre o
conteúdo deste termo e da pesquisa a ser desenvolvida, livremente expresse meu
consentimento para inclusão, como sujeito da pesquisa. Afirmando também que recebi via
de igual teor e forma desse documento por mim assinado.

DATA: _____/_____/_____

Assinatura do Participante Voluntário

Mayara Freitas Monteiro

Assinatura do Pesquisador Responsável

APÊNDICE 2

Tabela 6 – Correlação entre o tempo gasto na internet com as perguntas desenvolvidas pela pesquisadora, em estudantes da área da saúde da Grande Vitória (ES), 2023.

		Tempo gasto			Total	Valor de p
		Usuário online médio	Usuários com problemas frequentes	Usuário patológico		
Com que frequência você deixou de se alimentar devido a comentários feitos através da mídia?	Geralmente	0 0,0%	1 5,6%	0 0,0%	1 1,5%	0,109
	Frequentemente	2 4,3%	1 5,6%	0 0,0%	3 4,6%	
	Ocasionalmente	3 6,5%	1 5,6%	0 0,0%	4 6,2%	
	Raramente	10 21,7%	8 44,4%	1 100,0%	19 29,2%	
	Não aplicável	31 67,4%	7 38,9%	0 0,0%	38 58,5%	
Com que frequência você foi influenciado por produtos de conteúdo no que diz respeito a sua alimentação?	Sempre	1 2,2%	0 0,0%	0 0,0%	1 1,5%	0,483
	Geralmente	1 2,2%	2 11,1%	0 0,0%	3 4,6%	
	Frequentemente	6 13,0%	3 16,7%	0 0,0%	9 13,8%	
	Ocasionalmente	10 21,7%	4 22,2%	1 100,0%	15 23,1%	
	Raramente	12 26,1%	6 33,3%	0 0,0%	18 27,7%	
Quanto tempo em média você se mantém conectado?	Menos de 1 hora/dia	5 10,9%	0 0,0%	0 0,0%	5 7,7%	0,054
	Entre 1 e 3 horas/dia	14 30,4%	3 16,7%	0 0,0%	17 26,2%	
	Entre 3 e 5 horas/dia	19 41,3%	6 33,3%	0 0,0%	25 38,5%	
	Entre 5 e 8 horas/dia	5 10,9%	6 33,3%	0 0,0%	11 16,9%	
	Mais que 8 horas/dia	3 6,5%	3 16,7%	1 100,0%	7 10,8%	

Fonte: Elaboração própria.

APÊNDICE 3

Tabela 7 – Correlação entre o estado nutricional e demais variáveis, em estudantes da área da saúde da Grande Vitória (ES), 2023.

		Estado Nutricional				Total	Valor de p
		Baixo Peso	Eutrofia	Sobrepeso	Obesidade		
EAT	Positivo	0 0,0%	13 33,3%	5 31,3%	4 50,0%	22 33,8%	0,634
	Negativo	2 100,0%	26 66,7%	11 68,8%	4 50,0%	43 66,2%	
Idade	20 a 29 anos	2 100,0%	32 82,1%	9 56,3%	5 62,5%	48 73,8%	0,374
	30 a 39 anos	0 0,0%	3 7,7%	4 25,0%	2 25,0%	9 13,8%	
	40 a 49 anos	0 0,0%	3 7,7%	3 18,8%	1 12,5%	7 10,8%	
	50 a 59 anos	0 0,0%	1 2,6%	0 0,0%	0 0,0%	1 1,5%	
Tempo Gasto	Usuário online médio	0 0,0%	13 33,3%	5 31,3%	4 50,0%	22 33,8%	0,151
	Usuários com problemas frequentes	2 100,0%	26 66,7%	11 68,8%	4 50,0%	43 66,2%	
	Usuário patológico	0 0,0%	0 0,0%	0 0,0%	1 12,5%	1 1,5%	
Curso	Nutrição	1 50,0%	29 74,4%	14 87,5%	5 62,5%	46 70,8%	0,384
	Demais Cursos	1 50,0%	10 25,6%	2 12,5%	3 37,5%	16 24,6%	

Fonte: Elaboração própria.

APÊNDICE 4

Tabela 8 – Correlação entre o curso e demais variáveis, em estudantes da área da saúde da Grande Vitória (ES), 2023.

		Curso			Valor de p
		Nutrição	Demais Cursos	Total	
EAT	Positivo	15 30,6%	7 43,8%	22 33,8%	0,372
	Negativo	34 69,4%	9 56,3%	43 66,2%	
BSQ	Ausência de Insatisfação Corporal Leve	17 34,7%	6 37,5%	23 35,4%	1,000
	Insatisfação Corporal Moderada	11 22,4%	4 25,0%	15 23,1%	
	Insatisfação Corporal Grave	12 24,5%	3 18,8%	15 23,1%	
	Insatisfação Corporal Grave	9 18,4%	3 18,8%	12 18,5%	
Estado Nutricional	Baixo Peso	1 2,0%	1 6,3%	2 3,1%	0,384
	Eutrofia	29 59,2%	10 62,5%	39 60,0%	
	Sobrepeso	14 28,6%	2 12,5%	16 24,6%	
	Obesidade	5 10,2%	3 18,8%	8 12,3%	
Idade	20 a 29 anos	34 69,4%	14 87,5%	48 73,8%	0,663
	30 a 39 anos	8 16,3%	1 6,3%	9 13,8%	
	40 a 49 anos	6 12,2%	1 6,3%	7 10,8%	
	50 a 59 anos	1 2,0%	0 0,0%	1 1,5%	
Tempo Gasto	Usuário online médio	37 75,5%	9 56,3%	46 70,8%	0,275
	Usuários com problemas frequentes	11 22,4%	7 43,8%	18 27,7%	
	Usuário patológico	1 2,0%	0 0,0%	1 1,5%	

Fonte: Elaboração própria.

ANEXO 1 - VARIÁVEIS SÓCIO-DEMOGRÁFICAS

Idade:

- 20 a 29 anos
- 30 a 49 anos
- 50 a 59 anos

Sexo:

- Feminino
- Masculino
- Outro

Renda mensal:

- Menos de um salário mínimo
- 1 a 2 salários mínimos
- 3 a 4 salários mínimos
- 5 ou mais salários mínimos

Escolaridade:

- Ensino médio completo
- Ensino superior completo
- Ensino superior incompleto
- Pós graduado (a) (especialização, mestrado, doutorado)

Estado civil:

- Solteiro (a)
- Casado (a)
- Divorciado (a)

Viúvo (a)

União estável

Ocupação/Profissão:

E-mail:

Telefone:

Rede de ensino:

Particular/Privada

Pública

Curso:

Psicologia

Odontologia

Nutrição

Medicina Veterinária

Medicina

Fonoaudiologia

Fisioterapia

Farmácia

Enfermagem

Educação Física

Biomedicina

Biologia

Serviço Social

ANEXO 3 - AVALIAÇÃO DA SATISFAÇÃO DA IMAGEM CORPORAL

Data: ____/____/____

Nome: _____

Idade: _____ anos Peso: _____ kg Altura: _____ cm IMC: _____

BODY SHAPE QUESTIONNAIRE – BSQ

Adaptado e validado para uso no Brasil por Mônica Cristina Di Pietro, Evelyn Doering Xavier e Dartiu Xavier da Silveira
PROAD / Departamento de Psiquiatria – UNIFESP / EPM

Responda as questões abaixo em relação à sua aparência nas últimas 4 semanas. Usando a seguinte legenda:

- | | | |
|--------------|-------------------|-------------------------|
| 1. Nunca | 3. Às vezes | 5. Muito frequentemente |
| 2. Raramente | 4. Frequentemente | 6. Sempre |

01. Sentir-se entediada(o) faz você se preocupar com sua forma física?	1	2	3	4	5	6
02. Sua preocupação com sua forma física chega ao ponto de você pensar que deveria fazer uma dieta?	1	2	3	4	5	6
03. Já lhe ocorreu que suas coxas, quadril ou nádegas são grandes demais para o restante do seu corpo?	1	2	3	4	5	6
04. Você tem receio de que poderia engordar ou ficar mais gorda(o)?	1	2	3	4	5	6
05. Você anda preocupada(o) achando que o seu corpo não é firme o suficiente?	1	2	3	4	5	6
06. Ao ingerir uma refeição completa e sentir o estômago cheio, você se preocupa em ter engordado?	1	2	3	4	5	6
07. Você já se sentiu tão mal com sua forma física a ponto de chorar?	1	2	3	4	5	6
08. Você deixou de correr por achar que seu corpo poderia balançar?	1	2	3	4	5	6
09. Estar com pessoas magras do mesmo sexo que você faz você reparar em sua forma física?	1	2	3	4	5	6
10. Você já se preocupou com o fato de suas coxas poderem ocupar muito espaço quando você senta?	1	2	3	4	5	6
11. Você já se sentiu gorda(o) mesmo após ingerir uma pequena quantidade de alimento?	1	2	3	4	5	6
12. Você tem reparado na forma física de outras pessoas do mesmo sexo que o seu e, ao se comparar, tem se sentido em desvantagem?	1	2	3	4	5	6
13. Pensar na sua forma física interfere em sua capacidade de se concentrar em outras atividades (como, por exemplo, assistir televisão, ler ou acompanhar uma conversa)?	1	2	3	4	5	6
14. Ao estar nua(nu), por exemplo, ao tomar banho, você se sente gorda(o)?	1	2	3	4	5	6
15. Você tem evitado usar roupas mais justas para não se sentir desconfortável com sua forma física?	1	2	3	4	5	6
16. Você já se pegou pensando em remover partes mais carnudas de seu corpo?	1	2	3	4	5	6
17. Comer doces, bolos ou outros alimentos ricos em calorias faz você se sentir gorda(o)?	1	2	3	4	5	6
18. Você já deixou de participar de eventos sociais (como por exemplo, festas) por se sentir mal com relação à sua forma física?	1	2	3	4	5	6
19. Você se sente muito grande e arredondada(o)?	1	2	3	4	5	6
20. Você sente vergonha do seu corpo?	1	2	3	4	5	6
21. A preocupação frente à sua forma física a(o) leva a fazer dieta?	1	2	3	4	5	6
22. Você se sente mais contente em relação à sua forma física quando seu estômago está vazio (por exemplo, pela manhã)?	1	2	3	4	5	6
23. Você acredita que sua forma física se deva à sua falta de controle?	1	2	3	4	5	6
24. Você se preocupa que outras pessoas vejam dobras na sua cintura ou estômago?	1	2	3	4	5	6
25. Você acha injusto que outras pessoas do mesmo sexo que o seu sejam mais magras do que você?	1	2	3	4	5	6
26. Você já vomitou para se sentir mais magro(a)?	1	2	3	4	5	6
27. Quando acompanhada(o), você fica preocupada(o) em estar ocupando muito espaço (por exemplo, sentada(o) num sofá ou no banco de um ônibus)?	1	2	3	4	5	6
28. Você se preocupa com o fato de estar ficando cheia(o) de "dobras" ou "banhas"?	1	2	3	4	5	6
29. Ver seu reflexo (por exemplo, num espelho ou na vitrine de uma loja) faz você sentir-se mal em relação ao seu físico?	1	2	3	4	5	6
30. Você belisca áreas de seu corpo para ver o quanto há de gordura?	1	2	3	4	5	6
31. Você evita situações nas quais as pessoas possam ver seu corpo (por exemplo, vestiários e banheiros)?	1	2	3	4	5	6
32. Você já tomou laxantes para se sentir mais magra(o)?	1	2	3	4	5	6
33. Você fica mais preocupada(o) com sua forma física quando em companhia de outras pessoas?	1	2	3	4	5	6
34. A preocupação com sua forma física leva você a sentir que deveria fazer exercícios?	1	2	3	4	5	6

Nenhuma: ≤ 110
 Leve: > 110 e ≤ 138
 Moderada: > 138 e ≤ 167
 Grave: > 167

ANEXO 4 - AVALIAÇÃO DO TEMPO GASTO EM INTERNET

1. Com que frequência você descobre que ficou conectado mais tempo do que pretendia?	Não Aplicável	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Geralmente	Sempre
2. Com que frequência você negligencia tarefas domésticas para passar mais tempo conectado?	Não Aplicável	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Geralmente	Sempre
3. Com que frequência você prefere a emoção da internet à intimidade com seu parceiro ou parceira?	Não Aplicável	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Geralmente	Sempre
4. Com que frequência você estabelece novos relacionamentos com outros usuários da rede?	Não Aplicável	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Geralmente	Sempre
5. Com que frequência as pessoas que fazem parte da sua vida se queixam da quantidade de tempo que você passa online?	Não Aplicável	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Geralmente	Sempre
6. Com que frequência suas notas ou tarefas escolares sofrem devido ao tempo que passa conectado?	Não Aplicável	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Geralmente	Sempre
7. Com que frequência você verifica seus e-mails antes de alguma outra coisa que precisa fazer?	Não Aplicável	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Geralmente	Sempre

8. Com que frequência seu desempenho ou produtividade no trabalho sofrem por causa da internet?	Não Aplicável	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Geralmente	Sempre
9. Com que frequência você se defende ou mantém segredo quando alguém lhe pergunta o que faz na internet?	Não Aplicável	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Geralmente	Sempre
10. Com que frequência você bloqueia pensamentos perturbadores sobre sua vida substituindo-os por pensamentos tranquilizadores sobre internet?	Não Aplicável	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Geralmente	Sempre
11. Com que frequência você se percebe antecipando o momento em que estará conectado novamente?	Não Aplicável	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Geralmente	Sempre
12. Com que frequência você acha que a vida sem internet seria chata, vazia e sem alegria?	Não Aplicável	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Geralmente	Sempre
13. Com que frequência você explode, grita ou fica irritado quando alguém o importuna quando está conectado?	Não Aplicável	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Geralmente	Sempre

14. Com que frequência você perde horas de sono por ficar conectado até muito tarde da noite?	Não Aplicável	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Geralmente	Sempre
15. Com que frequência você se preocupa com a internet quando está desconectado ou fantasia que está conectado?	Não Aplicável	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Geralmente	Sempre
16. Com que frequência você se descobre dizendo "Só mais uns minutos" quando está conectado?	Não Aplicável	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Geralmente	Sempre
17. Com que frequência você tenta diminuir a quantidade de tempo que passa conectado e não consegue?	Não Aplicável	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Geralmente	Sempre
18. Com que frequência você tenta esconder quanto tempo ficou conectado?	Não Aplicável	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Geralmente	Sempre
19. Com que frequência você escolhe passar mais tempo conectado em vez de sair com as pessoas?	Não Aplicável	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Geralmente	Sempre
20. Com que frequência você se sente deprimido, mal humorado ou nervoso quando está desconectado e isso desaparece quando volta a se conectar?	Não Aplicável	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Geralmente	Sempre

ANEXO 5 - AVALIAÇÃO ANTROPOMÉTRICA

Peso:

Altura: