

Transtornos alimentares em estudantes de medicina da Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais: prevalências, aspectos psicológicos e socioculturais

Eating disorders in medicine students at Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais: prevalence, psychological and sociocultural aspects

Trastornos alimenticios en estudiantes de medicina de la Facultad de Ciencias Médicas de Minas Gerais: prevalencia, aspectos psicológicos y socioculturales

DOI:10.34119/bjhrv7n2-217

Originals received: 02/23/2024

Acceptance for publication: 03/15/2024

Isabela Viana Iasbeck Aguiar

Graduanda em Medicina

Instituição: Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais

Endereço: Alameda Ezequiel Dias, 275, Centro, Belo Horizonte - Minas Gerais

E-mail: belaviana06@gmail.com

Luana Costa Vieira

Graduanda em Medicina

Instituição: Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais

Endereço: Alameda Ezequiel Dias, 275, Centro, Belo Horizonte - Minas Gerais

E-mail: luanacosta26@yahoo.com.br

Bárbara Duarte Cangussu

Graduanda em Medicina

Instituição: Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais

Endereço: Alameda Ezequiel Dias, 275, Centro, Belo Horizonte - Minas Gerais

E-mail: barbara-cangussu@hotmail.com

Ana Carolina Melo Franco Sleumer Hamacek

Graduanda em Medicina

Instituição: Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais

Endereço: Alameda Ezequiel Dias, 275, Centro, Belo Horizonte - Minas Gerais

E-mail: anachamacek@gmail.com

Alexandre de Aguiar Ferreira

Doutor em Neurociências

Instituição: Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais

Endereço: Alameda Ezequiel Dias, 275, Centro, Belo Horizonte - Minas Gerais

E-mail: alex.aguiarferreira@gmail.com

RESUMO

A atual cultura da imagem perfeita intensamente divulgada pela mídia aumenta a frustração de não corresponder aos padrões impostos. Considerando a alta carga de afazeres dos acadêmicos

de medicina, surgem meios alternativos e inadequados de atingir esses modelos. O aumento de casos de transtornos alimentares, bem como os seus impactos preocupam os profissionais de saúde, que buscam entender a sua etiologia para adequar possíveis prevenções e tratamentos. Avaliar a prevalência dos riscos de desenvolver transtornos alimentares dos acadêmicos de medicina da Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais, inclusive os aspectos psicológicos e socioculturais envolvidos. Foi realizado estudo descritivo, observacional e transversal, através de um questionário online respondido voluntariamente por 201 acadêmicos de medicina da faculdade. Com a aplicação do questionário SCOFF-BR, 76 participantes apresentaram risco de desenvolver transtornos alimentares. Deste grupo, 65 são mulheres e 11 são homens; 60 estão insatisfeitos com o próprio corpo; 49 deixam de fazer algo por vergonha do físico; 68 se comparam com outros físicos na internet, 40 têm sono inadequado e, por fim, 54 relatam tempo insuficiente para a prática de hábitos saudáveis. Concluiu-se que um número significativo apresentou riscos para desenvolvimento de transtornos alimentares e, conseqüentemente, a necessidade de uma abordagem completa e especializada, com destaque para o sexo feminino. Constatou-se que o contexto multifatorial envolve altas cargas horárias, autoexigências, distorção de imagem, baixa autoestima, sono insuficiente, influências da mídia. Tais fatores acentuam a incidência do distúrbio e a necessidade de estratégias para o ambiente acadêmico.

Palavras-chave: transtornos da alimentação, estudantes de medicina, prevalência.

ABSTRACT

The image-perfect culture heavily publicized by the media increases the frustration of not meeting the imposed standards. Considering the high workload of medical students, alternative and inadequate means of achieving these models emerge. The increase in cases of eating disorders and their impacts worries health professionals, who seek to understand their etiology to adapt possible preventions and treatments. To assess the prevalence of risks of developing eating disorders by medical students at Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais, considering the psychological and sociocultural aspects involved. A descriptive, observational and cross-sectional study was carried out through an online questionnaire voluntarily answered by 201 medical students from this faculty. With the application of the SCOFF-BR, 76 participants were at risk of developing eating disorders. Of this group, 65 are women and 11 are men; 60 dissatisfied with their own body; 49 stop doing something because of physical embarrassment; 68 compare themselves with other physicists on the internet, 40 have inadequate sleep and, finally, 54 report insufficient time to practice healthy habits. It was concluded that a significant number presented risks for the development of eating disorders and, consequently, the need for a complete and specialized approach, with emphasis on females. It was found that the multifactorial context involves high workloads, self-demands, image distortion, low self-esteem, insufficient sleep, media influences. Such factors accentuate the incidence of the disorder and the need for strategies for the academic environment.

Keywords: eating disorders, medical students, prevalence.

RESUMEN

La actual cultura de la imagen perfecta, intensamente publicitada por los medios de comunicación, aumenta la frustración de no estar a la altura de los estándares impuestos. Teniendo en cuenta la gran carga de trabajo de los estudiantes de medicina, existen formas alternativas e inadecuadas de alcanzar estos estándares. El aumento de los casos de trastornos alimentarios y sus repercusiones preocupa a los profesionales de la salud, que intentan comprender su etiología para adaptar posibles prevenciones y tratamientos. Evaluar la prevalencia del riesgo de desarrollar trastornos alimentarios entre los estudiantes de medicina

de la Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais, incluyendo los aspectos psicológicos y socioculturales implicados. Se realizó un estudio descriptivo, observacional y transversal mediante un cuestionario online respondido voluntariamente por 201 estudiantes de medicina de la facultad. El cuestionario SCOFF-BR mostró que 76 participantes estaban en riesgo de desarrollar trastornos alimentarios. De este grupo, 65 son mujeres y 11 hombres; 60 están insatisfechos con su propio cuerpo; 49 dejan de hacer algo porque se avergüenzan de su físico; 68 se comparan con otros físicos en internet, 40 duermen de forma inadecuada y, por último, 54 declaran no tener tiempo suficiente para practicar hábitos saludables. Se concluyó que un número significativo estaba en riesgo de desarrollar trastornos alimentarios y, en consecuencia, la necesidad de un abordaje completo y especializado, especialmente entre las mujeres. El contexto multifactorial implicaba una elevada carga de trabajo, autoexigencia, distorsión de la imagen, baja autoestima, sueño insuficiente e influencias de los medios de comunicación. Estos factores acentúan la incidencia del trastorno y la necesidad de estrategias en el entorno académico.

Palabras clave: trastornos alimentarios, estudiantes de medicina, prevalencia.

1 INTRODUÇÃO

A qualidade de vida dos estudantes da área da saúde, como os de medicina, está fortemente relacionada aos transtornos de alimentação e sono. Estes, por sua vez, apesar de possuírem informações acerca da nutrição saudável, na prática, podem apresentar dificuldades em aplicar os comportamentos alimentares adequados¹.

Os distúrbios do sono, dieta inadequada e o sedentarismo são comuns entre os acadêmicos de medicina, e tudo isso influencia ao aparecimento de distúrbios alimentares. A rotina de um universitário da área geralmente envolve o sono insuficiente, elevado tempo de estudos com diversas avaliações, estresse, ansiedade e hábitos alimentares inadequados, além do uso abusivo de cafeína ou até outras substâncias psicoativas².

Além de tudo isso a que os universitários de medicina são submetidos em sua rotina, deve-se lembrar que, atualmente, estamos sob forte influência da globalização e a lógica de mercado ainda contribui com imagens idealizadas de perfeição do corpo humano. Apesar da preocupação com a aparência física existir há muitos anos, o estudo da imagem corporal é relativamente novo. Pelo aumento da incidência da obesidade e dos transtornos alimentares, pesquisas e estudos na área aumentaram, até mesmo por pessoas que, mesmo sem desenvolvê-los, vivem em uma cultura que busca um ideal de magreza inatingível e, conseqüentemente, têm frustração com a própria forma e peso corporal³.

Como influência de aspectos socioculturais, deve-se lembrar que há uma forte relação entre a insatisfação corporal e a influência da mídia, já que esta divulga estereótipos corporais de beleza padrão, principalmente para o público feminino. As diferentes formas de mídia, em

função da indústria da beleza, são peças importantes nesse processo que gira o mercado capitalista com a busca incansável pelo corpo magro, jovial e esguio. A nossa cultura interpreta a magreza como uma construção de imagem bela, de sucesso pessoal e profissional, além de ampla aceitação social, mesmo que todoesse padrão divulgado seja completamente diferente das realidades vividas pela grande maioria da população³.

As redes sociais, ainda que de forma indireta, podem incentivar a diminuição da autoestima e impor uma adaptação ao padrão de beleza, o que acarreta grande influência no comportamento alimentar. Nesse sentido, torna-se essencial que os profissionais de saúde tenham conhecimento sobre os possíveis fatores etiológicos. Os diagnósticos de anorexia nervosa e bulimia nervosa estão relacionados à prejuízos psicossociais importantes e se associam às emoções do indivíduo. No caso da anorexia, os mais comuns são ansiedade, comportamentos de submissão e sentimentos de inferioridade. Já na bulimia, os sintomas depressivos e sentimento de raiva são mais comuns, assim como a dificuldade com relacionamentos interpessoais⁴.

O aumento de casos de transtornos alimentares, os impactos para a saúde física e mental, junto com o alto índice de suicídios entre esses indivíduos, preocupam os profissionais de saúde, que buscam entender a sua etiologia para adequar o tratamento⁵. Geralmente os transtornos alimentares já apresentam as suas primeiras manifestações na infância, no entanto estas podem ocorrer mais tardiamente, como por exemplo a compulsão alimentar, bulimia, anorexia⁶.

Na quinta edição do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais⁷, o Transtorno de Compulsão Alimentar é caracterizado pela ingestão, em um período de duas horas, de uma quantidade de alimentos maior do que outras pessoas consumiriam em circunstâncias semelhantes. Além disso, há relatos de sentimentos de vergonha e culpa pela quantidade de comida ingerida, somada à sensação de falta de controle sobre as suas refeições. Já que há subjetividade em sua definição, deve-se ter uma análise crítica, que deve levar em consideração atos repetidos e intensos de comer⁸.

Por outro lado, a anorexia nervosa se caracteriza pela recusa do indivíduo em manter o peso corporal dentro do valor esperado para sua idade e altura (aferido pelo Índice de Massa Corporal-IMC), medo intenso de ganhar peso e alteração significativa na percepção da forma e tamanho corporal⁷.

A bulimia nervosa já possui características de uma compulsão alimentar periódica associada à adoção de métodos compensatórios inadequados para impedir o ganho de peso, como por exemplo os vômitos auto induzidos, uso de laxantes, diuréticos e enemas.

Importante ressaltar que essas compulsões e comportamentos compensatórios devem ocorrer, no mínimo, duas vezes por semana durante três meses⁹.

Dessa forma, por terem etiologia multifatorial, os transtornos alimentares possuem abordagem complexa, que envolvem fatores genéticos, psicológicos e socioculturais. Sabe-se que a sua prevalência vem aumentando com o tempo e afeta em grande número as mulheres, adolescentes e jovens, que representam fases da vida de muitas mudanças e transformações. Levando em conta a área da saúde, os riscos envolvidos são ainda maiores, uma vez que a aparência física e as pressões estéticas são ainda mais relacionadas ao bom desempenho profissional¹⁰.

Há diversos fatores de risco envolvidos nos transtornos alimentares e a partir dessas diversas etiologias, percebe-se a necessidade de um diagnóstico claro e imediato, com abordagem multidimensional, por meio de uma equipe composta por clínico geral, psiquiatra, nutricionista e psicólogo preparados para lidar com esses tipos de transtornos, mas é importante salientar a importância da terapia cognitivo comportamental⁵.

Como forma de avaliarmos a prevalência de alguns dos principais transtornos alimentares dentre os estudantes de medicina da Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais, como a anorexia, bulimia e a compulsão alimentar periódica, utilizaremos a ferramenta SCOFF-BR (The Sick, Control, One Stone, Fat, Food Questionnaire), que é um questionário usado para descobrir possíveis transtornos alimentares e validado em português. Essa nova ferramenta foi desenvolvida pela Equipe do Núcleo de Pesquisa em Vulnerabilidade e Saúde (Naves) da Faculdade de Medicina da UFMG, útil para indicar possível diagnóstico precoce dos distúrbios de alimentação. O SCOFF-BR é um questionário curto, com cinco perguntas simples e que pode ser usado por qualquer profissional de saúde ou até pessoas leigas e, conseqüentemente, atentar os indivíduos e evitar impactos negativos em vários aspectos da vida do indivíduo¹¹. Cada resposta positiva equivale a 1 ponto, sendo que a pontuação maior ou igual a 2 indica probabilidade de transtorno alimentar e a necessidade de uma avaliação mais especializada para o tipo de transtorno.

Caso o indivíduo responda positivamente pelo menos duas questões, é indicado consultar um médico. Lembrando que o diagnóstico de transtorno alimentar só pode ser feito por um especialista, que além das respostas do paciente, irá avaliar outros fatores¹¹. Por isso, essa pesquisa irá avaliar a prevalência de riscos para o desenvolvimento de transtornos alimentares e não possui fins diagnósticos. Com os dados e informações obtidos, torna-se possível o aprofundamento dos estudos sobre o tema, que é intimamente ligado à área da psiquiatria. A partir desse conhecimento, podemos realizar reflexões, identificar falhas e

pontos de melhoria na rotina dos estudantes, que podem ser úteis para a elaboração de estratégias futuras na prevenção e promoção da saúde, com o intuito de obter o diagnóstico precoce dos distúrbios de alimentação.

2 MÉTODO

Trata-se de um estudo descritivo, observacional e transversal, que contou com a participação voluntária de 201 estudantes de medicina, de ambos os sexos e de variados períodos, da Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais. Após aprovação pelo Comitê de Ética e de acordo com a Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, o convite para participação do estudo e a coleta de dados foram realizados por meio online, a partir da criação de um google forms com os questionários, que foi encaminhado e/ou disponibilizado por QR code ou meios digitais para os participantes.

Como critérios de inclusão, pesquisaram-se homens e mulheres, que estavam matriculados no curso de medicina da Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais, que participaram de forma voluntária e conforme o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). A coleta ocorreu entre abril e junho de 2023 com os alunos que estavam frequentando regularmente as aulas. Excluíram-se aqueles que não responderam a todas as questões dos questionários, que não consentiram com a pesquisa ou que não estavam matriculados no curso de medicina da instituição.

Foram utilizados nesta pesquisa dois instrumentos divulgados por dois acadêmicos de medicina do 10º período da faculdade estudada. Adotou-se um questionário sociodemográfico e geral elaborado pelos autores que contemplou as seguintes variáveis: idade, sexo, período do curso, prática adequada ou não de atividade física, sono, autoestima, hábitos saudáveis, tempo para cuidados com a saúde e, por fim, a influência paralela da mídia nesse contexto.

Adotou-se também a ferramenta SCOFF-BR (The Sick, Control, One Stone, Fat, Food Questionnaire), que é um questionário usado para descobrir possíveis transtornos alimentares, validado em português. Essa nova ferramenta foi desenvolvida pela Equipe do Núcleo de Pesquisa em Vulnerabilidade e Saúde (Naves) da Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Minas Gerais, útil para indicar eventual diagnóstico precoce destes distúrbios. Uma pontuação maior ou igual a 2 nesse instrumento indica alguma probabilidade de transtorno alimentar e a necessidade de uma avaliação especializada.

Para a caracterização da amostra foram utilizadas a frequência simples e a frequência percentual para representar as variáveis qualitativas. O teste qui-quadrado de independência foi utilizado com o objetivo de determinar o nível de associação entre as variáveis de interesse. O

Teste de Soma de postos de Wilcoxon foi utilizado detectar a diferença entre os grupos para as variáveis quantitativas que não seguiam uma distribuição normal. O nível de significância adotado nas conclusões foi de 0,05.

3 RESULTADOS

Foram avaliados 201 acadêmicos de diversos períodos do curso de medicina da Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais. As tabelas a seguir apresentam os principais resultados para as variáveis em estudo, apresentando as frequências simples e frequências percentuais associadas às variáveis qualitativas e a mediana e o intervalo interquartil para as variáveis quantitativas. As tabelas 1, 2 e 3 apresentam o comportamento das principais variáveis em estudo.

Tabela 1 - Caracterização de alguns aspectos sociodemográficos e dados gerais sobre a prática de atividade física e sono dos 201 acadêmicos de Medicina de um curso de Medicina de Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil, 2023.

Características	N = 201 ¹
Sexo	
Feminino	162 (81%)
Masculino	39 (19%)
Período	
1º	6 (3.0%)
2º	2 (1.0%)
3º	3 (1.5%)
4º	21 (11%)
5º	17 (8.5%)
6º	9 (4.5%)
7º	13 (6.5%)
8º	58 (29%)
9º	39 (20%)
10º	27 (14%)
11º	4 (2.0%)
12º	1 (0.5%)
Idade	22.00 (21.00, 23.00)
Prática de atividade física conforme a OMS	
Não	50 (25%)
Sim	151 (75%)
Sono de 7 a 9 horas por noite e/ou se sente descansado quando acorda	
Não	101 (50%)
Sim	100 (50%)

¹n (%); Mediana (AIQ)
Fonte: Elaborada pelos autores.

Dentre os 201 entrevistados, observou-se que a idade média foi de 22.66 anos, com o primeiro quartil igual a 22 anos, um segundo quartil igual a 21 anos, e um terceiro quartil para as idades igual a 23 anos. Ainda se observou que cerca de 162 (81%) dos participantes são do sexo feminino e 39 (19%) são do sexo masculino.

Tabela 2 - Caracterização dos aspectos socioculturais e psicológicos dos 201 acadêmicos de um curso de Medicina de Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil, 2023.

Características	N = 201 ¹
Satisfação com o corpo/físico	
Não	116 (58%)
Sim	85 (42%)
Apresenta desconforto/deixa de fazer algo em função do corpo/físico	
Não	117 (58%)
Sim	84 (42%)
Considera ter tempo suficiente para a prática de hábitos saudáveis	
Não	125 (62%)
Sim	76 (38%)
Já se sentiu mal pós comparação com outros físicos na internet	
Não	35 (17%)
Sim	166 (83%)

¹n (%)

Fonte: Elaborada pelos autores.

Tabela 3 - Análise do questionário, escores e riscos avaliados pela aplicação do SCOFF-BR dos 201 acadêmicos de um curso de Medicina de Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil, 2023.

Características	N = 201 ¹
Provoca vômitos quando se sente desconfortavelmente cheio(a)	
Não	188 (94%)
Sim	13 (6.5%)
Preocupação de descontrole sobre a quantidade de comida ingerida	
Não	95 (47%)
Sim	106 (53%)
Perda de peso recente superior a 6 kg em 3 meses	
Não	183 (91%)
Sim	18 (9.0%)
Acredita estar gordo(a) mesmo quando os outros dizem que está magro(a)	
Não	142 (71%)
Sim	59 (29%)
Afirma que a comida domina a sua vida	
Não	146 (73%)
Sim	55 (27%)
Status (escore SCOFF-BR)	
0	70 (35%)
1	55 (27%)
2	38 (19%)
3	32 (16%)
4	6 (3.0%)
Conceito	
Risco (escore SCOFF-BR ≥ 2)	76 (38%)
Sem Risco (escore SCOFF-BR < 2)	125 (62%)

¹n (%)

Fonte: Elaborada pelos autores.

Por fim, com relação ao risco de desenvolvimento de transtornos alimentares, conforme respostas com pontuação ≥ 2 referentes aos escores do questionário SCOFF-BR, 76 dos 201 participantes, ou seja, aproximadamente 38% do grupo todo avaliado apresentaram resultados positivos.

Tabela 4 - Cruzamento das principais variáveis relacionadas aos aspectos pessoais, socioculturais e psicológicos com os 76 acadêmicos que obtiveram escore ≥ 2 no SCOFF-BR (Conceito- Risco), ou seja, que apresentaram risco de desenvolvimento de transtornos alimentares em um curso de Medicina de Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil, 2023.

Características	Total, N = 201 ¹	Status do Paciente		Valor p ²
		Risco, N = 76 ¹	Sem Risco, N = 125 ¹	
Sexo				0.2
Feminino	162 (81%)	65 (32%)	97 (48%)	
Masculino	39 (19%)	11 (5.5%)	28 (14%)	
Idade	22.00 (21.00, 23.00)	22.00 (21.00, 23.00)	22.00 (21.00, 23.00)	0.7
Prática de atividade física conforme a OMS				0.008
Não	50 (25%)	11 (5.5%)	39 (19%)	
Sim	151 (75%)	65 (32%)	86 (43%)	
Sono de 7 a 9 horas por noite e/ou se sente descansado quando acorda				0.6
Não	101 (50%)	40 (20%)	61 (30%)	
Sim	100 (50%)	36 (18%)	64 (32%)	
Satisfação com o corpo/físico				<0.001
Não	116 (58%)	60 (30%)	56 (28%)	
Sim	85 (42%)	16 (8.0%)	69 (34%)	
Apresenta desconforto/deixa de fazer algo em função do corpo/físico				<0.001
Não	117 (58%)	27 (13%)	90 (45%)	
Sim	84 (42%)	49 (24%)	35 (17%)	
Considera ter tempo suficiente para a prática de hábitos saudáveis				0.043
Não	125 (62%)	54 (27%)	71 (35%)	
Sim	76 (38%)	22 (11%)	54 (27%)	
Já se sentiu mal pós comparação com outros físicos na internet				0.045
Não	35 (17%)	8 (4.0%)	27 (13%)	
Sim	166 (83%)	68 (34%)	98 (49%)	

¹n (%); Mediana (AIQ)

²Teste qui-quadrado de independência; Teste de soma de postos de Wilcoxon; Teste exato de Fisher

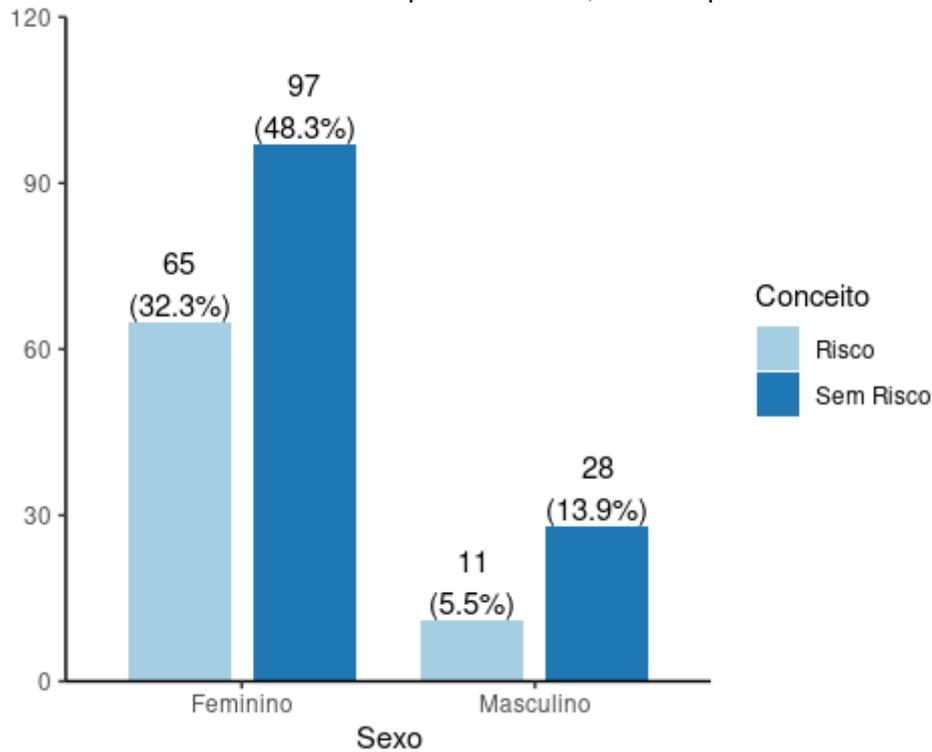
Fonte: Elaborada pelos autores.

Ao nível de 0,05 de significância observou-se associações consideradas significativas entre a variável (Conceito) e as variáveis (Prática de Atividade Física conforme a OMS), indicando que pacientes que responderam (SIM) para a prática de atividades físicas conforme a OMS está associada com o conceito (Sem Risco). Ainda se observou associação entre a variável (Satisfação com o corpo/físico) e a variável (conceito), indicando que pacientes que responderam (Não) com a satisfação com o corpo/físico estão estatisticamente associados com pacientes que classificados com (Risco) ao nível de 0,05 de significância. A variável (Apresenta desconforto/deixa de fazer algo em função do corpo/físico) mostra uma associação significativa com a variável (Conceito), indicando que pessoas que (Não) apresentam desconforto/deixam de fazer algo em função do corpo/físico está estatisticamente associado com pacientes classificados como (Sem Risco). Observou-se ainda associações entre as variáveis (Considera

ter tempo suficiente para a prática de hábitos saudáveis) e (Já se sentiu mal pós comparação com outros físicos na internet) e a variável (Conceito). Lembre-se que todas as variáveis que apresentam um p-valor inferior a 0,05 e estão em **negrito** indicam que houve uma associação significativa.

A figura 1 apresenta o comportamento do sexo por risco observado.

Figura 1 - Sexo por Conceito. Análise dos acadêmicos com risco e sem risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares pelo SCOFF-BR, divididos por sexo.



Fonte: Elaborada pelos autores.

4 DISCUSSÃO

A partir dos dados obtidos pelo estudo, observa-se que um número considerável dos acadêmicos da faculdade ainda não consegue manter hábitos saudáveis relacionados à atividade física e sono, mesmo cursando medicina, onde têm acesso à diversas informações e a ciência da relevância sobre o assunto. Já com relação aos aspectos socioculturais e psicológicos analisados na pesquisa, percebe-se que mesmo com o acesso às informações de que a saúde transcende qualquer destes padrões impostos pela mídia, a maioria ainda se sente refém e até com certo grau de sofrimento diante de comparações ou frustrações relacionadas à imagem. Também é possível refletir sobre a dificuldade de muitos acadêmicos em conciliar fatores determinantes para a saúde, como o sono, prática de atividade física, alimentação saudável com

a carga horária e rotina do curso de medicina, evidenciando como fatores externos à faculdade e até mesmo internos podem influenciar nesse contexto.

Já com relação a aplicação do questionário SCOFF-BR, 76 dos 201 participantes, aproximadamente 38% do grupo todo avaliado, obteve pontuação ≥ 2 no questionário SCOFF-BR, ou seja, uma amostra considerável apresentou riscos para desenvolver algum transtorno alimentar. Nesse sentido, uma meta-análise e revisão sistemática que foi realizada em 2018 concluiu que, de fato, os cursos da área da saúde estão mais propensos ao desenvolvimento de transtornos alimentares, com destaque para o curso de Nutrição em primeiro lugar, em seguida o curso de Medicina, Enfermagem e Educação Física¹².

Vale ressaltar que, deste grupo avaliado no presente estudo, 65 (32,3%) são do sexo feminino, enquanto 11 (5,5%) correspondem ao sexo masculino. A América Latina recentemente apresenta um aumento de indivíduos do sexo feminino na medicina, em especial no grupo de 29 anos ou menos¹³. Esses achados vão ao encontro dos resultados demonstrados que evidenciou, dentre 201 acadêmicos do curso de Medicina avaliado, 162 eram do sexo feminino e a maioria com idade inferior a 25 anos. Além disso, o maior escore na escala SCOFF-BR também incidiu mais sobre o sexo feminino, o que reforçam os dados de outra pesquisa realizada em que se observou taxa discrepante de risco para desenvolvimento de transtornos alimentares entre o sexo feminino (40%) e o masculino (28,1%) realizada na Universidade de Notre Dame, no Estados Unidos¹⁴. E, no mesmo sentido, um curso de Medicina de Goiânia no Brasil demonstrou um predomínio de estudantes mulheres com riscos significativos de transtornos alimentares em comparação aos homens¹⁵.

Tais dados podem ser explicados pela forte influência que a mídia e a sociedade exercem, principalmente sobre o sexo feminino, no tocante à existência de um padrão de corpo ideal, em que quanto mais magra se torna, mais saudável e bela também o é. O resultado disso, muitas vezes, são práticas inadequadas como a bulimia e a anorexia, justificando também, os maiores escores de risco para os distúrbios alimentares¹⁶. Assim como o alto índice de acadêmicos do sexo feminino com o risco de distúrbios alimentares observado no presente estudo, outra pesquisa baseada no Teste de Atitudes Alimentares, também constatou alto índice de acadêmicas de medicina em condição de risco (42,5%)¹⁷.

Ao analisarmos especificamente os acadêmicos participantes que apresentaram escores mais altos e com risco de desenvolvimento de distúrbios alimentares pela aplicação do SCOFF-BR, nota-se que há uma relação maior com aqueles que se consideraram insatisfeitos com o próprio corpo, que já deixaram de fazer algo por vergonha do físico, que já se compararam com o físico de outras pessoas por redes sociais, além dos que não consideram ter tempo suficiente

para a prática de hábitos saudáveis e com sono inadequado. Tal achado corrobora uma pesquisa que demonstrou diferentes níveis de hormônios responsáveis pelo controle do sono, humor, apetite e estresse em acadêmicos com transtornos alimentares¹⁸.

Ainda, em participantes que afirmaram não terem tempo suficiente para a prática de hábitos saudáveis, nem para um sono adequado, também foi constatada maior probabilidade de desenvolver os transtornos alimentares. Tal fato pode se justificar diante da diminuição do tempo do acadêmico de Medicina que, muitas vezes apresenta uma rotina intensa, que dificulta uma alimentação saudável com qualidade e em horários adequados. Portanto, nota-se que os acadêmicos estão inseridos em um ambiente favorável ao desenvolvimento de transtornos alimentares na graduação¹⁹.

Importante salientar que, muitas vezes, a busca pela estética perfeita contribui para a prática de padrões alimentares disfuncionais que podem levar ao desenvolvimento de distúrbios. Neste estudo, mesmo os participantes que não relataram desagrado com a autoimagem (21%), ainda se apresentam em risco de desenvolvimento de transtornos alimentares pelo SCOFF-BR. Tais dados corroboram pesquisas similares em que outras escalas foram aplicadas para avaliação do risco dos mesmos transtornos, como o EAT-26 e BSQ, que demonstram o risco elevado para o desenvolvimento de transtornos alimentares em acadêmicas da área da saúde^{19,20}.

Obteve-se níveis de insatisfação similares ao relevante estudo realizado por Alvarenga et al., que avaliou o nível de satisfação com a autoimagem de 2.402 universitárias em diferentes regiões do país, e obteve resultados com 78,3% das participantes com algum grau de descontentamento, sendo que 64,4% desejam ser mais magras e apenas 21,7% se mostraram satisfeitas com corpo atual. Porém, no estudo citado, foi utilizado um diferente recurso de autoavaliação, qual seja, a Escala de Silhuetas de Stunkard²¹.

A forte relação entre a insatisfação com a autoimagem e o risco de desenvolvimento de distúrbios identificada nesta pesquisa também vai ao encontro de dados já publicados na literatura. No estudo de Alves et al., com a utilização da escala BSQ, observou-se que o descontentamento com a autoimagem era o fator de risco mais importante para a manifestação de comportamentos alimentares inadequados, assim como demonstrado em resultados de outras pesquisas realizadas^{22,23}.

Estudos com a utilização do EAT-26, instrumento com o mesmo intuito do SCOFF-BR, encontraram forte associação entre a insatisfação corporal e comportamentos alimentares de risco, concluindo-se como um dos principais fatores para o diagnóstico dos transtornos, uma vez que pode acarretar diversos prejuízos no comportamento dos indivíduos como frequentes

comparações, baixa autoestima, aumento de intervenções estéticas, ideações suicidas e, por fim, diminuição de qualidade de vida^{24,25}.

Sendo assim, os transtornos alimentares, principalmente a anorexia nervosa e a bulimia nervosa, consistem em síndromes psiquiátricas complexas que levam às distorções cognitivas da alimentação e do peso corporal e, em sua maioria, associadas a diversos outros distúrbios psiquiátricos como a depressão, ansiedade, abuso de substâncias psicoativas e, conseqüentemente, apresentam forte impacto físico e social²⁶.

Tais indivíduos com distúrbios costumam se isolar socialmente, com abandono de atividades físicas, sociais, ou o próprio lazer, uma vez que, com a perda autoestima e ao não se enquadrarem nos padrões impostos, desenvolvem medo de julgamentos externos e, muitas vezes, uma necessidade exagerada de dietas altamente restritivas ou prática exagerada de atividades físicas. Dessa forma, diversos distúrbios psíquicos, como atividades compulsivas, fobias e transtornos depressivos são frequentes, reforçando um ciclo vicioso para esse público²⁷.

Quanto às limitações do estudo, por ter sido disponibilizado a grupos da Faculdade de Minas Gerais, Brasil, sem restrições de número de avaliados por sexo, obtivemos número muito superior de participantes do sexo feminino (80,6%), que apresentaram maior interesse no estudo e, portanto, na participação voluntária. Desta forma, levando em conta que, de forma geral, as mulheres têm de conviver com uma maior pressão estética que os homens e que, costumam apresentar, proporcionalmente, maior prevalência de riscos para desenvolver transtornos alimentares, o número de participantes geral com este risco aumentado pela SCOFF-BR, pode ter sido superestimado quando comparada aos acadêmicos como um todo, de ambos os sexos. Ainda, ressalta-se que questionários autoaplicados e preenchidos estão sujeitos à interpretação subjetiva das perguntas e, conseqüentemente, intervenção nos resultados.

5 CONCLUSÃO

A partir dos resultados obtidos, evidencia-se que os maiores escores na escala SCOFF-BR são especialmente dos acadêmicos de medicina do sexo feminino, assim como constatado em diversas outras pesquisas similares. Além disso, seguir alguma dieta, possuir preocupação quanto à quantidade de calorias, ter medo de engordar, ser ansioso, triste e insatisfeito com próprio corpo também foram fatores associados com maiores escores. Todos esses fatores podem ser relacionados com um maior risco de esses estudantes desenvolverem distúrbios alimentares, como a anorexia e a bulimia.

Percebe-se que, mesmo se tratando de futuros médicos, que supostamente detêm o conhecimento acerca de uma vida saudável, ainda estão sujeitos à diversos transtornos

alimentares que, inclusive podem envolver outros problemas de saúde mental, como a depressão e a ansiedade, bem como o uso de psicoativos, drogas ilícitas e lícitas, que são frequentes em muitos cursos de medicina. Por isso, a importância da abordagem e do tratamento adequado, já que podem levar à sérias consequências psicológicas, sociais e físicas.

Ao se analisar todo o contexto vivenciado por acadêmicos de Medicina, percebe-se que constituem um grupo de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares. Assim como constatado, o contexto é multifatorial e envolve causas como altas cargas horárias, cobranças com atividades extracurriculares, autoexigências, distorção da imagem corporal, sedentarismo, sono insuficiente, influências da mídia, supervalorização do peso e práticas duvidosas para emagrecimento ao longo dos anos. Tais fatores, isoladamente ou em conjunto, contribuem para aumentar os riscos de desenvolvimento destes transtornos, além de alimentarem um sistema capitalista em que a cobrança de atender aos padrões ideais em todos os aspectos da vida será sempre uma meta inatingível, que causam frustrações repetitivas ao venderem “vidas perfeitas”.

Diante dos resultados apresentados, concluiu-se que, de um público de 201 estudantes de Medicina participantes, um número significativo obteve pontuação que os classifica com riscos para desenvolvimento de algum possível transtorno alimentar e necessidade de uma abordagem mais completa e especializada.

Por fim, a partir do estudo, percebe-se a alta vulnerabilidade dos acadêmicos da área da saúde à pressão estética imposta pela sociedade e até mesmo da própria profissão, principalmente o público feminino. Torna-se fundamental que identifiquemos os fatores de risco e possíveis causas dos transtornos alimentares, a fim de contribuir para o reconhecimento de aspectos similares das pessoas acometidas, bem como analisar à susceptibilidade deste público para que possamos, em um futuro breve, elaborar estratégias para diminuição da prevalência destes. Baseando-se em alguns fatores evidenciados na pesquisa, é possível que se adotem medidas de prevenção e intervenção nas instituições de medicina, levando em consideração diversos aspectos comuns envolvidos neste processo, além da possibilidade de oferta de programas de atendimento especializado a esses estudantes acometidos e, desta forma, contribuir para uma vida mais saudável e equilibrada dentro do contexto acadêmico atual.

REFERÊNCIAS

- ¹ Cruz MCA, Garcia TR., Macedo RM., de Freitas YJF, Borges NMP, da Silva ACSP, *et al.* Influência na qualidade de vida dos estudantes de Medicina relacionadas a má alimentação e sono. *Research, Society and Development* 2021;10(2):23710212393-e23710212393. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/download/12393/11211/165169>
- ² Zurita RC, Cazana LD, Lima PP, Gonzáles L, Fernández AA. Factores de riesgo para enfermedades crónicas no transmisibles en estudiantes de medicina de la Universidad Mayor de San Andrés (UMSA), La Paz-Bolivia 2015. *Revista Médica La Paz* 2018;24(1):5-12. Disponível em: http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S1726-89582018000100002&script=sci_abstract
- ³ Gonçalves VO, Martínez JP. Body image of adolescents: as study on gender relations and influence of the mass media. *Comunicação & Informação*; 2014;17(2):139-154. 24(2):154-139. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/ci/article/view/31792>
- ⁴ Uzunian LG, Vitalle MSS. Habilidades sociais: fator de proteção contra transtornos alimentares em adolescentes. *Ciência & Saúde Coletiva*, 2015;20:3495-3508. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/hXdq3ndc6NLrBGQdJxxYHzh/abstract/?lang=pt>
- ⁵ Copetti AVS, Quiroga CV. A influência da mídia nos transtornos alimentares e na autoimagem em adolescentes. *Revista de Psicologia da IMED* 2018; 10(2):161-177. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S2175-50272018000200011&script=sci_abstract
- ⁶ Ferreira TD. Transtornos Alimentares: principais sintomas e características psíquicas. *Uningã*, 2018; 55(2):169-176. Disponível em: <https://revista.uninga.br/uninga/article/view/176>
- ⁷ American Psychiatric Association. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: Texto revisado (4a ed. rev.; C. Dornelles, Trad.). Porto Alegre, RS: Artmed. 2002.
- ⁸ Bloc LG, Nazareth ACP, Moreira AKSMV. Transtorno de compulsão alimentar: revisão sistemática da literatura. *Revista Psicologia e Saúde*, 2019; 11(1):3-17. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2177-093X2019000100001
- ⁹ Leonidas C, Dos Santos MA. Significant social nets of women with eating disorders. *Psicologia, Reflexão e Crítica*, 2018;26(3):561. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/260548971_Redes_sociais_significativas_de_mulheres_com_transtornos_alimentares
- ¹⁰ Kessler AL, Poll FA. Relação entre imagem corporal, atitudes para transtornos alimentares e estado nutricional em universitárias da área da saúde. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*; 2018; 67(2):118-25. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/nyLgzvS6nXQQPTFdqbGzg3w/abstract/?lang=pt>
- ¹¹ Teixeira AA, Roque MA, de Freitas, AA, Dos Santos NF, Garcia FM, Khoury JM, *et al.* The Brazilian version of the SCOFF questionnaire to screen eating disorders in young adults: cultural adaptation and validation study in a university population. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 2021;43:613-616. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbp/a/jMYd5Gq5v8qLRJD8fd8QLDn/>

- ¹² Trindade AP, Appolinario JC, Mattos P, Treasure J, Nazar BP. Eating disorder symptoms in brazilian university students: A systematic review and meta-analysis. *Rev Bras Psiquiatr.* 2019;41(2):179-87. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbp/a/NdGSRh3kyFfhvZsSFBrDCDK/>
- ¹³ Petrone P. La feminización en la Medicina. *Rev Colomb Cir.* 33(2): 132-134, 2018. Disponível em: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2011-75822018000200132
- ¹⁴ Chammas R. *et al.* SUN-P161: Eating Disorders Among University Students in a Middle Eastern Urban Setting: who is at Risk?. *Clinical Nutrition*, 2017; 36: S113-S114. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/319927048>
- ¹⁵ Aidar MOI, *et al.* Fatores Associados à Suscetibilidade para o Desenvolvimento de Transtornos Alimentares em Estudantes Internos de um Curso de Medicina. *Rev. Bras. Educ.* 2020; 44(3). Disponível em: http://educa.fcc.org.br/scielo.php?pid=S1981-52712020000300215&script=sci_arttext
- ¹⁶ Gupta, Nitin et al. Eating attitudes and body shape concerns among medical students in Chandigarh. *Indian Journal of Social Psychiatry* 2017;33(3):219-224. Disponível em: https://journals.lww.com/ijsp/Fulltext/2017/33030/Eating_Attitudes_and_Body_Shape_Concerns_Among.7.aspx
- ¹⁷ De Montier Barroso RP, *et al.* Sintomas de transtornos alimentares em acadêmicos de medicina. *Journal of Health & Biological Sciences*, 2023;11(1):1-6. Disponível em: <https://periodicos.unichristus.edu.br/jhbs/article/view/4675>
- ¹⁸ Panchami ST; Samuel T. A cross-sectional study of disturbed eating attitudes and behaviours in medical students. *Int. J Res Med Sci*, 2016;4(7):2830-3. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/319927048_Eating_Disorders_Among_University_Students_in_a_Middle_Eastern_Urban_Setting_who_is_at_Risk
- ¹⁹ Reis LBM, *et al.* Insatisfação corporal e comportamentos de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares: uma avaliação entre estudantes de medicina. *Debates em Psiquiatria*, 2021;11:1-27. Disponível em: <https://revistardp.org.br/revista/article/view/217>
- ²⁰ Bandeira YER, *et al.* Avaliação da imagem corporal de estudantes do curso de Nutrição de um centro universitário particular de Fortaleza. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria* 2016; 65:168-173. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/9jL5RBF6NgbQgptFdXCX3FM/?format=html&lang=pt>
- ²¹ Alvarenga MS, *et al.* Insatisfação com a imagem corporal em universitárias brasileiras. *Jornal brasileiro de psiquiatria* 2010; 59:44-51. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/HSqHsxTvSspHS3KQ3xXwHBx/?lang=pt&format=html>
- ²² Neto APV, *et al.* Avaliação da satisfação com a imagem corporal e uso de medicamentos anorexígenos e anabolizantes em estudantes universitários. *Revista Interdisciplinar de Estudos Experimentais-Animais e Humanos Interdisciplinary Journal of Experimental Studies*, 2018;10. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/riee/article/view/27455>

- ²³ Wang SB; *et al.* Fifteen-year prevalence, trajectories, and predictors of body dissatisfaction from adolescence to middle adulthood. *Clinical Psychological Science* 2019;7(6):1403-1415. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/2167702619859331>
- ²⁴ Fortes LS, et al. Qualidades psicométricas do Eating Attitudes Test (EAT-26) para adolescentes brasileiros do sexo masculino. *Psicologia: teoria e pesquisa* 2017;32. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/hrw8b7HjvcDqTSD9BjDdXqP/>
- ²⁵ Souza AC; Alvarenga MS. Insatisfação com a imagem corporal em estudantes universitários— Uma revisão integrativa. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 2016;65:286-299. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/9rqZF8vfvjLrqTJNXwyPzQN/?lang=pt>
- ²⁶ Ramaiah RR. Eating disorders among medical students of a rural teaching hospital: a cross-sectional study. 2015. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/sea-175463>
- ²⁷ Oliveira-Cardoso EA; Coimbra AC; Santos MA. Qualidade de vida em pacientes com anorexia e bulimia nervosa. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 2018;34. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/k9Xrhn4NBcVyk8GdBfHV5xx/>