

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE NUTRIÇÃO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO**

Taís Costa da Silva

**A FORMAÇÃO EM NUTRIÇÃO E A PREDISPOSIÇÃO AO
DESENVOLVIMENTO DA ORTOREXIA: UMA REVISÃO
INTEGRATIVA**

**RECIFE 2024
TAÍS COSTA DA SILVA**

**A FORMAÇÃO EM NUTRIÇÃO E A PREDISPOSIÇÃO AO DESENVOLVIMENTO
DA ORTOREXIA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Monografia apresentada ao Curso de Graduação
em Nutrição da Universidade Federal de
Pernambuco como requisito para obtenção de
grau de Nutricionista.

Orientador(a): Prof.^a Dr^a Ilma Kruze Grande de Arruda

**RECIFE
2024**

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor,
através do programa de geração automática do SIB/UFPE

da Silva, Taís Costa.

A formação em nutrição e a predisposição ao desenvolvimento da ortorexia: uma
revisão integrativa / Taís Costa da Silva. - Recife, 2024.

44

Orientador(a): Ilma Kruze Grande de Arruda

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal de
Pernambuco, Centro de Ciências da Saúde, Nutrição - Bacharelado, 2024.

Inclui referências.

1. Ortorexia nervosa . 2. Estudantes de nutrição. 3. Alimentação saudável
obsessiva. 4. Transtornos alimentares. 5. Saúde mental. I. de Arruda, Ilma
Kruze Grande. (Orientação). II. Título.

610 CDD (22.ed.)

TAÍS COSTA DA SILVA

**A FORMAÇÃO EM NUTRIÇÃO E PREDISPOSIÇÃO AO DESENVOLVIMENTO DA
ORTOREXIA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Monografia apresentada ao Curso de Graduação
em Nutrição da Universidade Federal de
Pernambuco como requisito para obtenção de
grau de Nutricionista.

Área de concentração: Nutrição

Aprovado em: 29/08/2024

BANCA EXAMINADORA

Prof^ª. Dr^ª. Ilma Kruze Grande de Arruda (Orientador)
Universidade Federal de Pernambuco

Prof^º. Dr^ª. Maria da Conceição Chaves Lemos (Examinador Interno)
Universidade Federal de Pernambuco

Prof^º. Dr^ª. Leopoldina Augusta Souza Sequeira de Andrade (Examinador Interno)
Universidade Federal de Pernambuco

AGRADECIMENTOS

À minha filha Gabriela, que mesmo antes de nascer já trouxe tanta alegria e motivação à minha vida. Dedico este trabalho a você, que me inspirou a seguir em frente mesmo nos momentos mais difíceis. Que sua vida seja repleta de amor, saúde e felicidade. Obrigada por ser minha luz e minha força.

Ao meu marido, Matheus Vinicius, por ser minha fonte constante de inspiração. Sua perseverança e crença de que tudo dá certo no final me motivaram a seguir em frente. Obrigada por estar ao meu lado em cada etapa desta jornada.

À Prof.^a Dr^a Ilma Kruze Grande de Arruda, pela paciência em esclarecer minhas dúvidas, pelo apoio constante e pelas orientações que foram fundamentais para a concretização deste trabalho. As professoras Dr^a Maria da Conceição Chaves de Lemos e Prof^o. Dr^a. Leopoldina Augusta Souza Sequeira de Andrade, pela generosidade em compor a banca examinadora e por dedicarem seu tempo a essa etapa tão significativa da minha formação.

RESUMO

A Ortorexia Nervosa é considerada um distúrbio alimentar caracterizado pela busca obsessiva por uma alimentação saudável. Nesse contexto, o indivíduo restringe severamente seu consumo alimentar, classificando certos grupos de alimentos como “impróprios”. Estudantes de nutrição e nutricionistas são particularmente vulneráveis a esse distúrbio, pois atuam na área da saúde e são frequentemente pressionados a manter hábitos alimentares exemplares. O objetivo dessa revisão foi identificar a produção científica em publicações da área da saúde sobre a possível relação entre estudantes e profissionais de nutrição e a predisposição ao desenvolvimento da ON. Buscou-se dados de artigos científicos indexados nas bases de dados PubMed (Public Medline), Scielo (Scientific Electronic Library Online), Periodico CAPES (Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior) e MedLine (National Library of Medicine, publicados entre 2015 e 2024, na língua inglesa, portuguesa, espanhola e francesa no qual 13 artigos fizeram parte da revisão. Os resultados obtidos foram que há uma relação entre o surgimento da ortorexia nervosa e estar envolvido com a ciência da nutrição, necessitando discussão sobre o assunto visto que pode levar a outros desvios de condutas alimentares. Além disso, mesmo com o conhecimento acerca da alimentação saudável, o estudante não está protegido de desenvolver essa conduta. Também há um maior aparecimento em alunos de nutrição quando comparado com outros cursos. As mídias sociais são uma influência para o desenvolvimento em população de risco. Há controvérsias em relação se o IMC estava relacionado ou não ao surgimento da ortorexia nervosa. Os anos iniciais do curso são os que se mostraram com maior tendência na alta prevalência desse desvio de conduta alimentar e ela parece se desenvolver mais no sexo feminino. A preocupação constante com a alimentação adequada pode levar ao estresse, ansiedade, culpa, diminuição do prazer, deficiências nutricionais, comprometimento nutricional e aumento de infecções alimentares. Dessa forma, torna-se necessário o acompanhamento nutricional com nutricionista especializado, o apoio familiar e estudos futuros para que possam desenvolver uma abordagem eficaz para o tratamento mais eficiente."

Palavras chave: ortorexia; estudantes de nutrição; alimentação saudável obsessiva; transtornos alimentares; saúde mental.

ABSTRACT

Orthorexia Nervosa is considered an eating disorder characterized by an obsessive pursuit of healthy eating. In this context, the individual severely restricts their food intake, classifying certain food groups as "improper." Nutrition students and nutritionists are particularly vulnerable to this disorder because they work in the health field and are often pressured to maintain exemplary eating habits. The aim of this review was to identify scientific production in health publications about the possible relationship between nutrition students and professionals and their predisposition to developing ON. Data were sought from scientific articles indexed in the PubMed (Public Medline), Scielo (Scientific Electronic Library Online), Periodico CAPES (Coordination for the Improvement of Higher Education Personnel), and MedLine (National Library of Medicine) databases, published between 2015 and 2024, in English, Portuguese, Spanish, and French, with 13 articles included in the review. The results showed that there is a relationship between the emergence of Orthorexia Nervosa and involvement in nutritional science, necessitating discussion of the issue as it may lead to other eating disorders. Despite knowledge about healthy eating, students are not protected from developing this disorder. Additionally, the incidence is higher among nutrition students compared to other fields of study. Social media was found to influence the development of ON in at-risk populations. There were controversies regarding whether BMI is related to the onset of Orthorexia Nervosa. The early years of the nutrition course showed a higher prevalence of this eating disorder, and it seems to develop more frequently in females. Constant concern with proper nutrition can lead to stress, anxiety, guilt, reduced enjoyment, nutritional deficiencies, nutritional compromise, and increased foodborne infections. Therefore, it is necessary to have nutritional guidance from specialized nutritionists, family support, and future studies to develop specific approaches for more effective treatment.

Keywords: orthorexia; nutrition students; obsessive healthy eating; eating disorders; mental health.

LISTA DE ABREVIações E SIGLAS

DSM-5	Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais
IMC	Índice de Massa Corpórea
OMS	Organização Mundial da Saúde publicada
ON	Ortorexia nervosa
ORTO-15	Tabela de identificação para Ortorexia Nervosa

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	10
2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	12
2.1 Influências no comportamento alimentar	12
2.2 Transtornos alimentares e ortorexia	13
2.3 Estudantes de nutrição x Prevalência da ortorexia nervosa	14
3 OBJETIVOS	16
3.1 Objetivo geral	16
3.2 Objetivo específico	16
4 METODOLOGIA	17
4.1 Triagem dos estudos	17
5 RESULTADOS	19
6 DISCUSSÃO	33
7 CONSIDERAÇÕES FINAIS	36
REFERÊNCIAS	37

1 INTRODUÇÃO

A alimentação é um dos recursos básicos na vida do homem. Isso não se limita apenas a questões biológicas, mas também a fatores sociais, científicos, políticos e psicológicos que vão contribuir para o processo de evolução da sociedade (Proença, 2010). Nesse contexto, é possível observar as modificações que houveram ao longo do tempo. Dentre elas, impulsionada pela mídia, o culto ao corpo perfeito que impacta diretamente na alimentação e consequentemente interferindo na vida de indivíduos com transtornos alimentares, dando origem a compulsões (Rodrigues *et al.*, 2017)

Apesar da ortorexia nervosa (ON) nervosa não ser considerada pela Décima Revisão da Classificação Internacional de Doenças (CID10) da Organização Mundial de Saúde como um transtorno alimentar, ela ainda assim é vista como um desvio de conduta alimentar. Nesse sentido, ON é caracterizada como a busca excessiva por uma alimentação saudável, resultando numa dieta no qual se restringe ao máximo o consumo alimentar de comidas consideradas "impróprias" (Bratman, 2017). Alimentos que contenham corantes, conservantes, pesticidas, ingredientes geneticamente modificados, excesso de gordura, sal e outros componentes são os que se enquadram como alimentos proibidos para os portadores desse desvio de conduta.

É possível observar uma obsessão em que o indivíduo começa a mover sua vida em torno dessas escolhas e isso leva a restrições e isolamento social (Bartrina, 2007). De acordo com Penaforte e cols (2018), sob a perspectiva do cuidado com a saúde, a alimentação é vista como um bom comportamento. Por isso, a ortorexia nervosa (ON) pode ficar "camuflada", dificultando o seu reconhecimento e a aceitação de que essas atitudes podem causar dano à saúde.

De acordo com Dunn e Bratman (2016) existem alguns critérios para o diagnóstico da ON e o indivíduo deve manifestar todos os seguintes atributos: A1) foco excessivo em comer alimentos saudáveis; A2) respostas físicas e emocionais exagerada ao desejo de ter uma dieta saudável, levando a potenciais doenças; A3) restrições alimentares que aumentam gradativamente.

Diante do exposto, estudos mostram que, além dos profissionais de saúde, estudantes dessa área também são mais propensos a desenvolver ON, sendo os estudantes de nutrição considerados um grupo mais vulnerável. De acordo com Souza *et al.*, (2017), em estudo realizado com estudantes de nutrição, foi encontrada uma prevalência de 75% no desenvolvimento da ON. Isso pode ser explicado pelo fato de que, como estão inseridos na área da saúde e estudam a ciência da nutrição, há uma exigência para que seus hábitos alimentares sejam exemplares. Nesse sentido, é necessário compreender qual o motivo da formação em nutrição impactar no aparecimento da ON.

Ao considerar a ON como um desvio de conduta, e não apenas um transtorno alimentar que vem afetando cada vez mais a população em geral, especialmente adolescentes e adultos jovens, a identificação de intervenções nutricionais na literatura disponível pode contribuir significativamente para a expansão do conhecimento sobre o tema. Além disso, pode-se fundamentar a prática clínica, permitindo a reunião de evidências científicas de outros estudos que possam apoiar futuras pesquisas.

Portanto, justifica-se a importância deste estudo devido ao aumento de interesse da literatura sobre os distúrbios alimentares. A estratégia e revisão integrativa aqui seguida é importante para ampliar a discussão sobre o tema, que ainda é pouco explorado e pode ter um grande impacto na qualidade de vida.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 Influências no comportamento alimentar

O comportamento alimentar do indivíduo é ditado por vários aspectos, dentre eles os nutricionais, demográficos, econômicos, culturais, ambientais, psicológicos e sociais (Toral & Slater, 2007). Em relação aos aspectos nutricionais são estabelecidos três tipos de estilos alimentares: restritivo, quando se restringe a alimentação a fim de conseguir alterar o peso; externo, quando a ingestão é feita de acordo com o aspecto do alimento; e emocional, quando se ingere os alimentos em resposta a emoções negativas (Viana, 2002).

Por isso, para que o comportamento alimentar seja saudável, é preciso entender os diversos fatores, tanto internos quanto externos, que influenciam as escolhas alimentares de um indivíduo. Com essa compreensão, é possível implementar intervenções eficazes para promover hábitos alimentares saudáveis (Mei *et al.*, 2022).

Entre os vários aspectos do comportamento alimentar, pode-se citar os psicológicos, porque são considerados essenciais para explicar o comportamento e são considerados necessários na investigação pois estão associados a danos à saúde (Silva, Prado & Seixas, 2016). Ou seja, os jovens e adultos são os mais suscetíveis a possuírem transtornos alimentares e de imagem sendo isso explicado pela prática alimentar incorreta, principalmente nos casos dos adolescentes e nos adultos pela maior autocobrança (Fernandes *et al.*, 2017)

Outro fator relevante a ser discutido é a preocupação com a autoimagem que surgiu após o crescimento da mídia e influencia diretamente no comportamento alimentar. A percepção distorcida de si mesmo exerce pressão sobre o indivíduo para alcançar padrões questionáveis, sendo a mulher sempre com baixo percentual de gordura e o homem com corpos esculpidos (Macedo *et al.*, 2019)

Portanto, para garantir uma alimentação de qualidade é necessário não só a mudança do comportamento alimentar, mas também tornar o indivíduo capaz de compreender as informações nutricionais a que ele está exposto (Butriss, 1997).

Dessa forma, a maior barreira para a mudança da dieta é a falsa sensação de que não é necessária a alteração dos hábitos alimentares pela interpretação equivocada em relação ao próprio consumo e, fazendo o sujeito ser otimista em relação à atual alimentação (Bruga, 1996).

2.2 Transtornos alimentares e ortorexia

Os transtornos do comportamento alimentar são condições ligadas a grande preocupação com o estado do peso atual, desejo de perder peso, distorção de imagem, utilização de formas de purgação para controle de peso, culpa ao se alimentar e outros (Cordás, 1993; Vale, 2002). Seguindo tal lógica, eles são de modo geral considerados como um distúrbio contínuo relacionado à alimentação, onde há a alteração do comportamento alimentar, podendo comprometer a saúde física e psicossocial (Hay, 2020).

Os transtornos citados estão frequentemente associados a outros problemas mentais, como depressão e ansiedade e, são predominantes entre os alunos universitários possuindo como consequência não apenas alterações psicológicas e físicas, mas também sociais e acadêmicas (Nunes *et al.*, 2017).

De acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico dos Transtornos Mentais (DSM-5), existem cerca de seis tipos de transtornos alimentares: Transtorno de ruminação, Pica, Anorexia Nervosa, Bulimia Nervosa, Transtorno de Compulsão alimentar e Transtorno Alimentar Restritivo/Evitativo. No entanto, para a Organização Mundial de Saúde (OMS) a ON não é classificada no grupo de transtornos alimentares, e sim um desvio de conduta alimentar.

Estudos conduzidos por Valdanha-Ornelas *et al.* (2017) apontam que o surgimento dos transtornos pode vir de vários fatores e, na perspectiva desses pesquisadores, o cultural tem a maior contribuição para a ocorrência dessas condições. Isso é explicado pela associação inversa entre países com cultura de escassez que apresentam menor importância com o culto ao corpo e, o aparecimento desses distúrbios em culturas de abundância calórica.

É importante ressaltar que para Santos *et al.*, (2017), estar em um ambiente familiar crítico e com grande controle, não só colabora para o aparecimento do quadro. como somado a estes fatores, são considerados também os veículos midiáticos, pois incentivam e disseminam a imagem corporal idealizada no qual precisa passar por uma validação social que se transforma em verdade e é responsável pelo desenvolvimento dos transtornos alimentares (Ludewig *et al.*, 2017).

No que diz respeito a ON o indivíduo está motivado principalmente a atingir uma alimentação saudável, fazendo refeições cada vez mais naturais de forma que isso acaba virando uma obsessão prejudicial à saúde (Dell'osso *et al.*, 2016). De acordo com Bratman (2017), o principal objetivo do ortoréxico é ingerir alimentos que “libertem o corpo e a mente de impurezas”, esse autor também afirma que nesses casos esse comportamento leva à solidão, pois essas pessoas evitam a prática social de refeições a fim de não precisar justificar sua condição.

2.3 Estudantes de nutrição x Prevalência da ortorexia nervosa

De um modo geral, possuir uma alimentação saudável é considerada como uma atitude benéfica para manter a qualidade de vida. Entretanto, se exercida de forma inadequada e houver atitudes extremistas pode distorcer a compreensão sobre o que é uma alimentação adequada e saudável tornando a ON em um falso “discurso de saúde” que pode afetar no combate ao distúrbio e, consequentemente, levar a uma dificuldade de enxergar possíveis danos à saúde (Pernaforte *et al.*, 2018).

Diversos pesquisadores observaram que os profissionais de saúde têm uma probabilidade maior de apresentar comportamentos associados à ON, especialmente aqueles envolvidos com a ciência da nutrição, como nutricionistas e estudantes de nutrição. Esse fato se explica pelo contato com a informação do mundo saudável que intensifica que é preciso seguir um modelo alimentar imposto pela sociedade (Araújo *et al.*, 2015; Penaforte *et al.*, 2018).

É importante ressaltar que esse grupo (nutricionistas e estudantes de nutrição) apesar de ter o entendimento sobre alimentação e saúde, pode também apresentar questões pessoais, como obesidade, distúrbios alimentares e distorção

da imagem corporal, os quais podem influenciar significativamente o comportamento alimentar. (Houston; Bassler; Anderson, 2018)

A preocupação excessiva com os alimentos independentemente da formação na área de nutrição e antes mesmo da escolha da graduação já era observada antes da opção pelo curso de nutrição que segundo esses indivíduos viam no curso um aprofundamento do tema. (Korinth A., Schiess S., Westenhoefer J, , 2010).

É importante ressaltar que não há uma relação direta entre a preocupação com a alimentação saudável e o desenvolvimento da ON, ou seja, não é correto deduzir que todas as pessoas que se preocupam com a alimentação saudável irão desenvolver a ON. Porém, trata-se de um alerta na preocupação exagerada pela alimentação saudável que serve como alerta para o aparecimento do transtorno. (Dun; Bratman., 2016).

3 OBJETIVOS

3.1 Objetivo geral

Identificar em publicações científicas na área da saúde a frequência ON entre os estudantes de nutrição

3.2 Objetivo específico

- Identificar fatores de risco que possam aumentar a vulnerabilidade à ortorexia nervosa em estudantes de nutrição.
- Identificar as principais consequências da ortorexia nervosa na saúde do estudante de nutrição.
- Identificar as atuais condutas de prevenção e combate à ortorexia nervosa.

4 METODOLOGIA

O tipo de pesquisa escolhida foi uma revisão integrativa, ela é constituída por a Prática Baseada em Evidências (PBE). Dessa forma, o estudo é desenvolvido através do agrupamento criterioso e análise dos resultados de pesquisas pré-existentes, permitindo assim a maior exploração e conclusão sobre um determinado tema (Sousa, 2018).

A pergunta norteadora da revisão integrativa foi: Como a formação em nutrição contribui para a predisposição dos estudantes e profissionais a adotarem padrões alimentares restritivos, característicos da ortorexia?

Seguiu-se a busca com artigos relacionados a ON e estudantes de nutrição mediante buscas eletrônicas nas bases de dados utilizadas para coletas de informações: PubMed (Public Medline), Scielo (Scientific Electronic Library Online), Periódico CAPES (Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior) e MedLine (National Library of Medicine), sendo apenas selecionados estudos dos últimos 10 anos. As palavras chaves para a pesquisa foram: “Orthorexia nervosa”, “Orthorexia risk factors” e “Nutrition students with orthorexia” e suas traduções em espanhol, inglês, francês e português. Foram utilizados os descritores em saúde (DECS) juntamente com os operadores booleanos AND e OR.

As pesquisas selecionadas tinham como critério de inclusão serem feitas apenas com estudantes de nutrição, terem sido publicadas gratuitamente e estarem em inglês, espanhol, francês e português. As que foram descartadas possuem como critério de exclusão as seguintes características: Dados duplicados que eram encontrados em mais de uma base de dados, com uma população menor que 30 pessoas, estudos realizados com base na formação acadêmica em Educação Física, com metodologias com abordagens pouco definidas e resultados inconclusivos.

4.1 Triagem dos estudos

A primeira pesquisa englobava cerca de 187 publicações nas bases de dados. Após a leitura do título e resumo, esse número se reduziu para 31. Desse total, depois da leitura completa foram selecionados 13 artigos que atendiam os

critérios de inclusão estabelecidos. Na figura a seguir, é demonstrado o fluxograma do processo de seleção para a revisão integrativa.

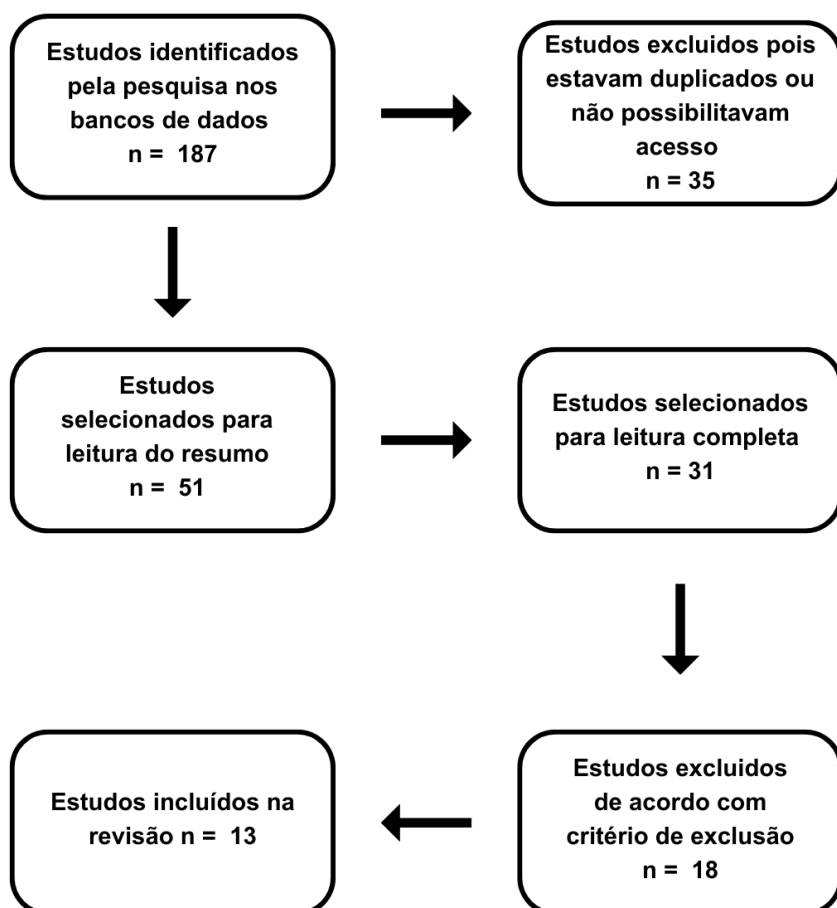


Figura 1 - Resultados da seleção dos estudos utilizados no presente trabalho.

5 RESULTADOS

Tabela 1 - Apresentação dos artigos incluídos na revisão integrativa.

Nº	REFERÊNCIA	PERIÓDICO	TÍTULO	AMOSTRA	OBJETIVOS	RESULTADOS	CONCLUSÃO
1	Styk <i>et al.</i> , (2024)	Nutrients	Intra- and Interpersonal Dimensions of Orthorexia: Preliminary Development and Validation of an Intra- and Interpersonal Effects Scale for Orthorexia	A amostra deste estudo era de 680 participantes (80.3% mulheres), com idades entre 18 e 68 anos. Os participantes foram recrutados em universidades e locais de trabalho.	Analisar dois aspectos da ON um relacionado às experiências internas do indivíduo (intrapessoal) e outro referente ao impacto da ON nos relacionamentos interpessoais (interpessoal)	O estudo desenvolveu a escala chamada Intra- and Interpersonal Effects Scale of Orthorexia (IIESO). Para avaliar a ON, identifica dois fatores principais: INTER, ligado a comportamentos ortoréxicos em interações interpessoais, e INTRA, relacionado a experiências internas relacionadas ao comportamento ortoréxico. A IIESO mostrou-se adequada em análises confirmatórias, com boa aderência ao modelo de dois fatores, e foi correlacionado com outras escalas de avaliação de ON. Diferenças foram observadas entre grupos de diferentes faixas etárias e uso de suplementos dietéticos, sugerindo associações variadas com os sintomas de ortorexia.	O questionário de Escala de Efeitos Intra e Interpessoais da ON é uma ferramenta confiável para medir a gravidade dos efeitos comportamentais da ON. Estudar a ON considerando essas duas dimensões pode trazer novos conhecimentos sobre esse transtorno.
2	Villa <i>et al.</i> , (2022)	Journal of Eating Disorders	Orthorexia nervosa risk and	90 estudantes de Nutrição e Dietética de	Investigar os fatores de risco	Cerca de 23.3% da população estudada estava em risco de desenvolver ON. As variáveis	Cerca de 23,3% da amostra deste estudo piloto

			associate d factors among Chilean nutrition students: a pilot study	uma universidade chilena, representando 70% da população total. Foi realizado um estudo piloto descritivo transversal	associados à ON em estudantes de Nutrição. Como a ON pode ter impactos significativos na saúde dos afetados e considerand o a ausência de estudos nacionais sobre a condição nesse grupo de risco, este estudo piloto visa preencher essa lacuna.	associadas a esse risco incluíram estar no segundo ano do curso, frequentar uma escola particular, e ter uma convivência limitada a ≤ 1 pessoa. A quantidade de atividade física estava associada ao risco de desenvolver ON, assim como o tempo gasto na rede social Instagram.	apresenta risco de ON. Identificou-se que o ano de estudo, tipo de moradia, tipo de escola, atividade física e uso do Instagram estão relacionados a esse risco. Alguns resultados diferem de estudos internacionais, principalmente em relação ao uso do Instagram e à prática de atividade física.
3	Budhiwianto <i>et al.</i> , (2023)	Nutrients	Global Prevalence of Eating Disorders in Nutrition and	19 estudos incluídos na revisão sistemática. Onze estudos eram da América do Sul, quatro da	Explorar a prevalência de transtornos alimentares e preditores de transtornos	O estudo mostrou que muitos estudantes de Nutrição têm problemas com sua relação com a comida e a imagem corporal. Cerca de 18% deles podem ter tido transtornos alimentares em algum momento da vida, e de 4% a 32% correm risco de	Esse estudo revela que de 4% a 32% dos estudantes de Nutrição estão em alto risco para Transtornos Alimentares; até

			Dietetic University Students: A Systematic Scoping Review	Europa, três do Oriente Médio e um da América do Norte. Mais da metade dos estudos incluídos tinham amostras exclusivamente femininas ou predominantemente femininas. A idade média dos estudantes variava de 21 a 24 anos na maioria dos estudos. Os estudos explorando ambos os alunos de graduação e pós-graduação em nutrição.	alimentares em estudantes de Nutrição e Dietética. O artigo busca destacar a importância de compreender esses problemas de saúde mental entre os estudantes de ND, bem como sugerir a necessidade de pesquisas adicionais para entender suas causas, contextos e impactos na saúde e	desenvolver mais tarde. Muitos também mostraram sinais de ON, um foco obsessivo em comer saudável. Além disso, alguns estudantes demonstraram comportamentos alimentares prejudiciais, como comer demais ou insatisfação com a aparência do corpo. Os pesquisadores usaram diferentes ferramentas para entender esses problemas, como questionários sobre atitudes alimentares e insatisfação corporal.	89% atendem aos critérios para ortorexia, 18% para Transtornos Alimentares em algum momento de suas vidas, e até 100% apresentam sintomas associados a comportamentos alimentares desordenados
--	--	--	--	---	---	--	---

					identidade profissional desses indivíduos.		
4	Plichta; Jezewska-Zychowicz (2023)	Plos one	Nutrition knowledge, diet quality and orthorexic behaviors in Polish students—a pre-post repeated cross-sectional study	O estudo foi feito com estudantes de cursos relacionados à alimentação e nutrição em universidades na Polônia. Na segunda fase, devido à pandemia, foi usado um questionário online. No total, 131 estudantes participaram de ambas as fases. Eles tinham entre 18 e 35 anos e estavam estudando áreas como dietética e tecnologia de	Avaliar a relação entre o conhecimento em nutrição, qualidade da dieta e comportamentos ortoréxicos entre estudantes universitários dos cursos de alimentação e nutrição.	O mostrou que, durante o curso, os estudantes melhoraram seu conhecimento sobre nutrição e a qualidade de sua dieta. Porém, ainda assim houve comportamentos relacionados à ON (uma preocupação excessiva com alimentação saudável). Isso mostra que apesar dos estudantes estarem aprendendo mais sobre nutrição, ainda podem ter preocupações com alimentação saudável.	O estudo mostrou que o aumento do conhecimento em nutrição não reduziu os comportamentos ortoréxicos ao longo do tempo. Porém, uma melhor compreensão em nutrição foi associada a uma dieta de melhor qualidade. Inicialmente, preocupações com alimentação saudável estavam ligadas a uma dieta melhor e menos comportamentos ortoréxicos, mas essa relação enfraqueceu ao final do estudo.

				alimentos.			Isso sugere que outros fatores, além do estudo de nutrição, podem influenciar os hábitos alimentares dos alunos. Pesquisas futuras devem considerar esses fatores, como mudanças nos ambientes de vida e na disponibilidade de alimentos.
5	Ephrem <i>et al.</i> , (2024)	Nutrition Reviews	Orthorexia nervosa in dietitians and dietetics students —prevalence, risk factors, and interventions: a scoping review	24 estudos incluídos na revisão sistemática. Esses estudos foram publicados entre 2006 e 2022, conduzidos em 10 países, e tinham tamanhos de amostra variando de	O estudo visa o conhecimento atual sobre a ON entre nutricionistas e estudantes de nutrição, incluindo sua prevalência, fatores de risco e intervenções	Foi observado que a frequência desses comportamentos variou, sendo mais alta em alguns lugares. Alguns estudos sugeriram que a educação nutricional poderia influenciar o comportamento ortoréxico, mas nem todos concordaram. Também foi observado que fatores como gênero, peso e hábitos alimentares estavam relacionados à ortorexia. No entanto, a qualidade dos estudos foi mista, com alguns não explicando bem como escolheram seus	Os resultados do estudo não foram conclusivos, mas indicam uma prevalência relativamente alta de ON entre nutricionistas e estudantes de nutrição. Isso destaca a necessidade de mais pesquisas para entender e reduzir essas

			using a systematic approach	106 a 1429 participantes .As populações estudadas incluíam nutricionistas e estudantes de graduação e pós-graduação em nutrição/dietética, com grupos de controle de outras áreas, e a faixa etária dos participantes variava entre 18 e 70 anos.	. Também investiga se há diferenças na gravidade e nos fatores de risco da ortorexia entre esses grupos em comparação com outros estudantes ou profissionais de saúde, além de analisar se a gravidade da ON varia ao longo dos anos de estudo em nutrição.	participantes.	tendências ortoréxicas nesse grupo. Ainda não há respostas definitivas sobre a prevalência, fatores de risco, intervenções e diferenças entre estudantes de dietética e outras áreas em relação à gravidade e progressão da ortorexia nervosa ao longo dos anos de estudo.
6	Horovitz; Argyrides (2023)	Nutrients	Orthorexia and Orthorexia Nervosa: A Comprehensive	24 artigos que foram incluídos na revisão. Inicialmente, foram identificados	Revisar de forma abrangente a literatura atual sobre a ON, abordando	A ON, transtorno alimentar centrado na obsessão por alimentação saudável, envolve fatores psicológicos e socioculturais. Psicologicamente, traços como perfeccionismo e tendências obsessivas aumentam	A ON, incluindo como são diagnosticadas e tratadas. Mostra que é preciso critérios mais claros para

			ensive Examination of Prevalence, Risk Factors, Diagnosis, and Treatment	5054 registros, dos quais 3355 foram selecionados para triagem de título e resumo, e 29 foram selecionados para triagem do texto completo	as taxas de prevalência, fatores de risco, diagnóstico e opções de tratamento. O artigo oferece uma visão geral da ortorexia e seu contexto histórico, explorando os desafios e considerações no diagnóstico da ortorexia e da ON.	a vulnerabilidade. Socioculturalmente, influências da mídia e pressões sociais contribuem para práticas alimentares prejudiciais. O diagnóstico enfrenta desafios devido à falta de critérios padronizados. O tratamento envolve psicoeducação, terapia cognitivo-comportamental, educação nutricional, alimentação intuitiva, e apoio social e familiar.	diagnosticar esses distúrbios alimentares e destaca fatores como personalidade e influências sociais que contribuem para o seu desenvolvimento. Mais pesquisas são necessárias para entender melhor esses problemas e ajudar as pessoas afetadas por eles.
7	Astudillo (2020)	Revista Chilena de Neuropsiquiatria	El amplio espectro de los trastornos evitativos/restrictivos de la ingestión	Este estudio realizó una investigación abrangente de artigos disponíveis sobre a presença do Transtorno de	Uma análise descritiva do transtorno restritivo da ingestão de alimentos, e de outros transtornos alimentares,	O Transtorno de Evitação/Restrição da Ingestão de Alimentos é um distúrbio alimentar em que seletividade alimentar inicial é comum, afetando principalmente jovens homens. Outros distúrbios incluem anorexia nervosa, alergias/intolerâncias alimentares e ON. O histórico de	É necessário obter mais evidências por meio de pesquisas sobre esses novos fenótipos de distúrbios alimentares para entender melhor

			de alimentos, ortorexia y otros desórdenes (alimentarios)	Evitação/Restrição da Ingestão Alimentar. Cobrindo o período de 1994 até o ano de 2019.	em relação aos seus aspectos epidemiológicos, etiopatogênicos, clínicos e terapêuticos. São incluídas vinhetas clínicas ilustrativas.	distúrbios alimentares é um fator importante para a ON. O tratamento requer equipe multidisciplinar, incluindo médicos, psicoterapeutas e nutricionistas.	seu impacto em aspectos como demografia, classificação de doenças, características clínicas e opções terapêuticas.
8	Astudillo. (2021)	Revista Chilena de Neuro Psiquiatria	Ortorexia nerviosa: ¿Un estilo de vida o el surgimiento de un nuevo trastorno alimentario?	Revisão bibliográfica narrativa, qualitativa e não sistemática, abrangendo textos especializados e artigos sobre ON e	Foi realizada uma análise descritiva da evidência sobre a ON em seus aspectos epidemiológicos, nosológicos, clínicos e	Há debate se a ON é um distúrbio alimentar distinto, uma consequência de outro distúrbio ou um processo obsessivo-compulsivo. Pode surgir antes, durante ou após outros distúrbios alimentares e afetar os hábitos alimentares. O histórico de distúrbios alimentares é um fator significativo para o desenvolvimento da ortorexia	O estudo sugere que muitas características psicológicas e comportamentais dos distúrbios alimentares são compartilhadas pelos ortoréxicos. É necessário realizar pesquisas

				outros transtornos mentais, com variáveis biopsicossociais, pesquisados nas bases de dados Medline/PubMed e SciELO, entre janeiro de 2001 e abril de 2020.	terapêuticos.	nervosa. Alguns autores distinguem entre uma preocupação saudável com a alimentação e uma obsessão patológica pela alimentação saudável.	longitudinais futuras para analisar a relação temporal entre essas questões e outras, a fim de incluir a ON no espectro dos distúrbios alimentares.
9	Penaforte <i>et al.</i> , (2017)	Jornal Brasileiro de Psiquiatria	Ortorexia nervosa em estudantes de nutrição: associações com o estado nutricional, satisfação corporal e período cursado	A amostra deste estudo foi composta por 140 estudantes de Nutrição da Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM), de ambos os sexos, com idade igual ou superior a 18 anos, regularmente	Determinar a frequência de comportamentos indicativos de ON e suas correlações com o estado nutricional, a satisfação com a imagem corporal e o semestre	A maioria dos estudantes, principalmente mulheres, tinha cerca de 21,5 anos e um peso corporal normal. Cerca de 87% deles mostraram sinais de se preocupar demais com alimentação saudável. Mais da metade também não estava feliz com seu corpo. A preocupação excessiva com a comida saudável estava relacionada a se sentir mal com o próprio corpo e com o excesso de peso. Não importava se estavam no começo ou no fim do curso, nem a idade deles. Um estudo sugeriu que altura, peso e excesso de peso explicavam um	Os estudantes de nutrição têm mais chances de desenvolver comportamentos ligados à ON, mesmo em diferentes anos do curso. Muitos desses estudantes também têm excesso de peso e não estão contentes com seus corpos. Isso sugere que estar acima do peso e

				matriculados em qualquer período do curso em 2014.	acadêmico em estudantes de nutrição.	pouco essa preocupação com comida saudável. Ter excesso de peso estava fortemente ligado a não estar satisfeito com o corpo.	se sentir insatisfeito com o corpo pode aumentar o risco de desenvolver comportamentos alimentares relacionados à ON, especialmente entre aqueles que se preocupam muito com comer saudável.
10	Souza; Rodrigues (2014)	Jornal Brasileiro de Psiquiatria	Comportamento de risco para ortorexia nervosa em estudantes de nutrição	150 estudantes de Nutrição do sexo feminino, com idade igual ou superior a 18 anos, de uma universidade do Vale do Paraíba do Sul/SP, em 2013.	Determinar os comportamentos de risco para o surgimento da ON entre estudantes de Nutrição.	A maioria delas (89%) mostrou sinais de um problema chamado ON. Quanto ao peso, a maioria (74%) estava dentro do peso normal, enquanto algumas tinham sobrepeso (15%), obesidade (3%) ou estavam abaixo do peso (8%). Muitas alunas (75%) pensavam que estavam mais gordas do que realmente estavam. Não foi encontrado conexão entre a ortorexia, o ano do curso, o peso e a percepção do corpo.	Conclui-se que um número considerável das alunas do curso de Nutrição apresenta comportamento ortoréxico e distúrbio da imagem corporal.

11	Oliveira <i>et al.</i> , (2020)	Jornal Saúde e Pesquisa	Relação entre comportamentos de risco para ortorexia nervosa, mídias sociais e dietas em estudantes de nutrição	Realizada com 285 estudantes de Nutrição matriculados entre o primeiro e o sexto semestre em duas unidades de uma Instituição de Ensino Superior em São Paulo, em 2019. Foram excluídos menores de 18 anos e alunos do sétimo e oitavo semestres.	Identificar comportamentos de risco para ON e sua ligação com redes sociais, dietas da moda e período acadêmico em estudantes de Nutrição de uma Instituição de Ensino Superior em São Paulo.	A maioria dos participantes tinha entre 18 e 23 anos, a maioria eram mulheres sem emprego e com boa renda. Cerca de 72% mostraram sinais de um problema chamado ON. Isso variou durante o curso, sendo mais alto no início e no meio, mas diminuiu no final. Aqueles que experimentaram dietas da moda tinham um risco maior de ter esses comportamentos. E quem usava muito redes sociais sobre dieta tinha mais chances de ter esses comportamentos e ser influenciado por elas.	Os resultados mostram que os estudantes de Nutrição estão em risco de desenvolver comportamentos ortoréxicos, especialmente aqueles que fazem dietas e usam muito as redes sociais. Mais pesquisas são necessárias para entender melhor esses comportamentos e suas consequências. Identificar sinais de ortorexia nervosa entre estudantes e nutricionistas pode ajudar a criar planos de saúde pública para conscientizar sobre os riscos, oferecer apoio
----	---------------------------------	-------------------------	---	---	---	--	---

							psicológico e promover hábitos saudáveis desde o início da graduação.
12	Vilhena; Oliveira. (2020)	Revista brasileira de obesidade, nutrição e emagrecimento	Cursar nutrição e ortorexia nervosa: Prevalências e instrumentos de avaliação	Dados de 20 artigos com o total de 1.111 participantes que avaliaram a prevalência de ON em estudantes de nutrição e nutricionistas de ambos os sexos. Buscou-se entre os meses de outubro e dezembro de 2018.	Para verificar a associação entre o curso de Nutrição e ON, foi realizada uma revisão de estudos que investigam a ortorexia nervosa em estudantes de Nutrição e nutricionistas.	A prevalência variou, sendo mais alta entre os estudantes de nutrição. A formação em nutrição pode contribuir para esses comportamentos, pois foca principalmente nos aspectos biológicos da alimentação. A pressão por um corpo ideal também é relevante. Diferentes instrumentos, como o ORTO-15, BOT e DOS, foram usados para avaliar a ortorexia, cada um com vantagens e limitações.	Os estudos sobre ON em estudantes de nutrição e nutricionistas são importantes, mas precisam ser interpretados com cuidado porque usam critérios diferentes. Mais pesquisas são necessárias para entender melhor essa relação entre estudar nutrição e desenvolver ortorexia nervosa.
13	Bergonzi; Massarollo	Revista brasileira de	Prevalência de	61 alunos matriculados	Determinar a frequência	Dos estudantes de nutrição pesquisados, a maioria era mulher	A ortorexia é quando alguém

	(2022)	obesidade, nutrição e emagrecimento	comportamento alimentar de risco para ortorexia nervosa em acadêmicos de nutrição	no curso de Nutrição da Universidade Estadual do Oeste do Paraná (UNIOESTE), situada no município de Francisco Beltrão-PR, no ano de 2021, de ambos os sexos, com idade igual ou superior a 18 anos	de comportamentos alimentares de risco para o desenvolvimento de ON em estudantes de Nutrição.	(95,1%) e fazia exercícios regularmente. A renda e o peso variavam bastante (a 6 salários-mínimos) Muitos não tinham problemas de saúde (64%), mas quem tinha, possuía mais chances de ter um comportamento alimentar rígido. Quase metade (44,5%) tinha comportamento de risco para ON, especialmente no começo do curso e entre as mulheres. Fazer exercícios com frequência moderada estava ligado a um risco maior desse comportamento.	fica obcecado em comer de forma saudável, o que pode ser um problema de saúde. Foi descoberto que muitos estudantes de nutrição têm esse comportamento, especialmente as mulheres. Geralmente, isso acontece mais com pessoas jovens, que moram na cidade, têm um peso normal, se exercitam regularmente, têm alguma doença e uma renda razoável. É importante que os profissionais de saúde entendam isso para ajudar melhor seus pacientes. A ON
--	--------	-------------------------------------	---	---	--	---	--

							precisa de mais atenção e pesquisa para evitar problemas sérios de saúde.
--	--	--	--	--	--	--	---

Fonte: Taís Costa da Silva (2023).

6 DISCUSSÃO

De acordo com Gomes e cols (2020) a ON é uma temática atual, porém foram poucos os artigos que contemplaram essa revisão bibliográfica (187). Vale ressaltar, que apesar da importância do tema, o aspecto predominante é como a ON é reconhecida no meio científico, sendo vista mais como um desvio de conduta do que como uma doença. Segundo Gomes e cols (2020) é importante destacar a importância da ON ser vista como um processo complexo que envolve fatores de risco definidos na literatura e hábitos alimentares inadequados que determinam o comportamento em relação à escolha dos alimentos.

Há debate se a ON é um distúrbio alimentar distinto, uma consequência de outro distúrbio ou um processo obsessivo-compulsivo. O diagnóstico enfrenta desafios devido à falta de critérios padronizados.

A literatura vem mostrando que há uma influência na formação em nutrição e predisposição ao desenvolvimento da ON, demonstrando a necessidade do debate sobre o assunto, visto que a longo prazo esse comportamento pode se estender ao aparecimento de transtornos alimentares.

De acordo com os resultados obtidos na pesquisa de Budhiwianto *et al.*, (2023) estudantes de nutrição têm mais riscos elevados na predisposição à ON, do que em outras profissões, sendo que 89% atendiam os critérios para o seu surgimento.

Esses autores observaram que em 75% dos grupos de estudantes apresentavam comportamentos de risco alimentar demonstrando que ter conhecimento nutricional não é um fator de proteção no desenvolvimento para os efeitos prejudiciais do foco excessivo em alimentação saudável.

Baseado no estudo realizado por Ephrem *et al.*, (2024), em relação a frequência do desenvolvimento de comportamentos ortoréxicos, a maior prevalência foi encontrada em amostras do Brasil (88,7%). Entretanto, esse mesmo estudo revela que apesar do resultado alarmante em estudantes de nutrição e nutricionistas, há a necessidade de pesquisas sistemáticas para mitigar tendências ortorexicas neste grupo.

Vilhena & Oliveira (2022), constataram o surgimento da ON em estudantes de nutrição em relação a outros cursos da área de saúde cuja prevalência foi maior

em estudantes de nutrição. No levantamento realizado pelos autores dois estudos foram discordantes o que poderia ser explicado que o conhecimento adquirido é um fator de proteção à exposição intensa ao “comer saudável” que pode interferir na predisposição à conduta obsessiva.

Existem outros fatores além de cursar nutrição que parecem aumentar a vulnerabilidade à ON nos acadêmicos do curso. Diante disso, evidências apontam que as mídias sociais digitais têm elevada influência no desenvolvimento do comportamento ortoréxico, devido ao uso muito frequente nas populações de risco há maior exposição a falsas informações da mídia social, influências culturais, sociais e padrões de comportamento.

Nesse sentido, foi observado no estudo de campo transversal de Oliveira *et al.*, (2021), com uma amostra de 285 participantes, cerca de 50% afirmaram que tinham suas percepções corporais afetadas pelas redes sociais. Dessa forma, é possível observar que a mídia sempre dissemina imagens e estilos de vidas inalcançáveis e para o estudante de nutrição essa busca pode ser mais acentuada.

Um fator de risco estudado para o surgimento da ON é o peso ponderal no qual o diagnóstico do estado nutricional é determinado pelo Índice de Massa Corporal (IMC). No entanto, o estudo de Souza & Rodrigues (2014) não encontrou associação com o comportamento ortoréxico e o estado nutricional, sugerindo que a preocupação excessiva por comer saudável pode estar em qualquer nível de estado nutricional. Em contraposição a esses dados para Penaforte *et al.*, (2018) constataram uma associação entre o estado nutricional e o desenvolvimento de comportamento ortoréxico, cuja maior prevalência foi encontrada em estudantes com excesso de peso.

Além disso, o período do curso cursado e a quantidade de informações recebidas parecem estar relacionados ao nível de obsessão que o indivíduo pode desenvolver. Nos anos iniciais do curso de nutrição há uma tendência maior do risco de desenvolver ON, explicado provavelmente pela exposição a novas informações, ficando assim mais vulneráveis devido a imaturidade e a falta de conhecimento na área (Oliveira *et al.*, 2021).

É interessante referir que o aparecimento dessa disfunção comportamental parece estar mais presente no sexo feminino, segundo os achados de Souza & Rodrigues (2014), numa amostra de 150 estudantes sendo o sexo feminino (87%) o público mais atingido e apresentavam comportamento de risco.

A literatura vem demonstrando que a saúde do estudante de nutrição pode vir a ser afetada pela ON na medida que expõe a fragilidade dos alunos aos conteúdos advindos da mídia, TV e internet, influenciando deste modo os conhecimentos relacionados à alimentação e às escolhas alimentares

Do ponto de vista de Horovitz; Argyrides (2023), a escolha alimentar pode estar influenciada por escolhas individuais, ou seja, conhecimento sobre alimentação e nutrição, percepção do que é saudável e inadequado, rotina de estudo que pode afetar a saúde do estudante de nutrição e pode levar ao desgaste mental e ansiedade. Isso pode ter consequências como sentimento de culpa, vergonha e fracasso, reforçando o comportamento obsessivo e predispõe o indivíduo ao estresse e ansiedade reduzindo o prazer de se alimentar e de fazer refeições coletivas.

Esse mesmo autor relata que a dieta restrita também pode trazer deficiências nutricionais, pois pode haver eliminação de certos grupos alimentares. Nesse sentido, pode prevalecer uma dieta desequilibrada, pois não há variedade no cardápio, comprometendo assim o seu estado nutricional. A consequência advinda dessa alimentação é o aparecimento de doenças como osteoporose, desnutrição e enfraquecimento do sistema imune. Além disso, a fixação de alimentos não processados ou crus pode aumentar as chances de infecções alimentares

Portanto, ao se observar todas as consequências que a ON pode trazer para o estudante de nutrição, torna-se necessário condutas de prevenção a esse problema. É importante salientar que não há nenhuma conduta diretamente prescrita para o tratamento específico da ON, todas as pesquisas apontam para abordagens feitas em transtornos alimentares em geral.

Por outro lado, como ainda não se tem proposto um tratamento específico para ON, Monica Duchesne e cols (2019) refere a importância do papel da psicoterapia no tratamento dos Transtornos alimentares que tem como objetivo implementar técnicas que promovam adesão ao tratamento realizado pela equipe multidisciplinar para promoção da saúde mental.

A psicologia da educação traz para o indivíduo informações importantes para o tratamento pois o deixa ciente das consequências e fatores que podem contribuir para a predisposição ao aparecimento da ortorexia (Koven & Abry, 2015). Dessa forma, o indivíduo acometido pela ON consegue compreender quais padrões estão a levando para comportamentos alimentares desordenados.

Também torna-se importante o aconselhamento nutricional com um nutricionista especializado em transtornos alimentares para que assim possa se restabelecer um padrão de alimentação saudável novamente (Herrin, 2012). O aconselhamento nesse caso é essencial, pois mesmo que o indivíduo tenha todas as informações sobre como manter um estilo de vida saudável, a ON acaba fazendo com que ele não enxergue quais efeitos prejudiciais estão trazendo para o seu próprio corpo por causa da restrição. Esse mesmo autor traz a psicologia como determinante na formação de hábitos alimentares saudáveis promovendo os melhores resultados, com a saúde física e mental como foco principal do tratamento.

O apoio familiar também é extremamente necessário para a recuperação pois influencia na adesão e resultados do tratamento (Fleming *et al*, 2021). Como citado acima, algumas das consequências da ON é o isolamento social, então esse apoio da família pode proporcionar um ambiente compreensível no qual faz o paciente se sentir mais acolhido para compartilhar seus desafios perante esse desvio de conduta alimentar.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base nos estudos desta revisão, é possível concluir que o comportamento alimentar dos estudantes pode ser modificado na medida em que eles vão avançando na graduação e mudanças em suas rotinas.

Além disso, nas evidências abordadas revisão bibliográfica reforçam a necessidade de estudos acerca do tema que abordam de forma mais específica a relação da ON e estudantes de nutrição, as consequências e os fatores de riscos associados ao aparecimento da ON que possam guiar estratégias de intervenções com objetivo padronizar o atendimento a essa população.

Ficou claro também a necessidade de propor uma forma padronizada de diagnosticar esse desvio de conduta para um tratamento individualizado. Por fim, torna-se necessário também fornecer informações sobre a ON aos profissionais de saúde e particularmente aos nutricionistas para a correta identificação de atitudes alimentares disfuncionais em relação à alimentação e, mencionar a importância

de estudos que abordem não só a alimentação saudável como também estimular sua prática de forma adequada.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO KL.; PENA PGL.; FREITAS MCS.; DIEZ-GARCIA RW. Estigma do nutricionista com obesidade no mundo do trabalho. **Rev Nutr.** 2015;28(6):569-79.

ASSOCIAÇÃO AMERICANA DE PSIQUIATRIA. **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais. (DSM-5)**. 5.ed. Washington, DC: Associação Americana de Psiquiatria; 2013.

ASTUDILLO, RB Ortorexia nervosa: um estilo de vida ou o surgimento de um novo estresse alimentar?, 2021. **Rev. nutr.**, vol. 48, não. 2, Santiago, abr. 2021.

Disponível em: <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182021000200255>. Acesso em: 29 mai. 2024

ASTUDILLO, RB. O amplo espectro dos sintomas evitativos/restritivos da ingestão de alimentos, ortorexia e outros distúrbios alimentares. **Rev. neuropsiquiatria**, vol. 58, 2, Santiago, jun. 2020. ISSN 0717-9227. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272020000200171>. Acesso em: 29 mai. 2024.

BARTRINA, Javier Aranceta *et al.*, Ortorexia o la obsesión por la dieta saludable. **Caracas dic.**, n. 57, p. 4, 8 fev. 2017. Disponível em: http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0004-06222007000400002. Acesso em: 13 mai. 2024.

BERGONZI, N.; MASSAROLLO, MD. Prevalência de comportamento alimentar de risco para ortorexia nervosa em acadêmicos de nutrição. **RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 16, n. 100, pág. 10-17, 31 ago. 2022.

BRATMAN, Steven *et al.*, Orthorexia vs. theories of healthy eating. **Eat Weight Disord.**, v. 22, 24 jul. 2017. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28741285/>. Acesso em: 13 mai. 2024.

BRUG, J; STEENHUIS, L; VAN ASSEMA, P; DE VRIES, H. The impact of a computer-tailored nutrition intervention. **Prev Med**, [s. l.], 25 maio 1996. DOI

10.1006/pmed.1996.0052. Disponível em:
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/8781000/>. Acesso em: 18 maio 2024.

BUDHIWIANTO S.; BENNETT CJ.; BRISTOW CA.; DART J. Global Prevalence of Eating Disorders in Nutrition and Dietetic University Students: A Systematic Scoping Review. **Nutrients**. 2023 May 15;15(10):2317. doi: 10.3390/nu15102317.

BUTTRISS , JL. Food and nutrition: attitudes, beliefs, and knowledge in the United Kingdom. **Am J Clin Nutr.**, [s. l.], p. 1985S-1995S, 6 jun. 1997. Disponível em:
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/9174508/>. Acesso em: 18 maio 2024.

CAMPANA, Hingryd de Lima; CLEMENTE, Renata Parra. ANOREXIA E TRANSTORNOS ALIMENTARES: ASPECTOS DA VIDA CONTEMPORÂNEA. **Revista Interciência - IMES Catanduva**, [S. l.], v. 1, n. 3, p. 1-2, 15 fev. 2020. Disponível em: <https://www.fafica.br/revista/index.php/interciencia/article/view/114/25>. Acesso em: 18 maio 2024.

CORDÁS, Táki Athanássios. Quando o medo de ficar gordo vira doença: anorexia e bulimia. 1993. **Monografia - São Paulo, Maltese**, [S. l.], 1993. Disponível em:
<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/psa-127734>. Acesso em: 18 maio 2024.

DELL'OSSO, L. *et al.*, Ortorexia nervosa em uma amostra da população universitária italiana. *Rev. psiquiatra*. Rio de Janeiro, v. 51, n. 5, p.190–196; 2016.

DUCHESNE, Monica; CAMPOS, Marianna; PEREIRA, Maene. Intervenções psicológicas no tratamento dos transtornos alimentares. **Debates em Psiquiatria**, v. 9, p. 32-38, 2019. DOI: 10.25118/2763-9037.2019.v9.52.

DUNN TM.; BRATMAN S. On orthorexia nervosa: A review of the literature and proposed diagnostic criteria. **Eat Behav**. 2016;21:11-7

EPHREM, C.; RIZK, R.; SAADEH, D.; HALLIT, S.; OBEID, S.; MARTIJN, C.
 Ortorexia nervosa em nutricionistas e estudantes de dietética - prevalência, fatores de risco e intervenções: uma revisão de escopo utilizando uma abordagem sistemática. **Nutr Rev**, 2024.. DOI: 10.1093/nutrit/nuae009.

GOMES, A. P.; BIERHALS, I. O.; VIEIRA, L. S.; SOARES, A. L. G.; FLORES, T. R.; ASSUNÇÃO, M. C. F.; *et al.*, Padrões alimentares de idosos e seus determinantes: estudo de base populacional no sul do Brasil. **Cien Saude Colet** [Internet]. 2020 [cited 2024 Feb 25];25(6):1999–2008. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.20932018>

HAY , Phillipa. Current approach to eating disorders: a clinical update. **Intern Med J.**, [s. l.], p. 24-29, 1 jan. 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31943622/>. Acesso em: 19 maio 1924.

HOROVITZ, O.; ARGYRIDES, M. Orthorexia and Orthorexia Nervosa: A Comprehensive Examination of Prevalence, Risk Factors, Diagnosis, and Treatment. **Nutrients**, v. 15, n. 17, p. 3851, 3 de setembro de 2023. DOI: 10.3390/nu15173851.

HOUSTON, C.A. *et al.*, Eating disorders among dietetics students: an educator's dilemma. **Journal of the American Dietetic Association**. Estados Unidos. v. 108, 2008. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18446990/>. Acesso em: 20 mai. 2024.

KLOTZ-SILVA, Juliana; PRADO, Shirley Donizete; SEIXAS , Cristiane Marques. Comportamento alimentar no campo da Alimentação e Nutrição: do que estamos falando?. **Biblioteca Virtual em Saúde** , [S. l.], p. 1103-1123, 4 dez. 2016. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/porta1/resource/pt/biblio-842077>. Acesso em: 17 maio 2024.

KORINTH A.; SCHIESS S.; WESTENHOEFER J. Eating behaviour and eating disorders in students of nutrition sciences. **Public Health Nutr**. 2010;13(1):32-7.

LUDEWIG, Agnes Margarete *et al.*, Prevalência de sintomas para transtornos alimentares em escolares de 11 a 15 anos da rede municipal de ensino da cidade de Nova Petrópolis, RS. **Rev. AMRIGS**, [s. l.], p. 35-39, 15 mar. 2017. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-849162>. Acesso em: 20 maio 2024.

MEI D, DENG Y, LI Q, LIN Z, JIANG H, ZHANG J, MING W, ZHANG H, SUN X, YAN. Current Status and Influencing Factors of Eating Behavior in Residents at the Age of 18~60: A Cross-Sectional Study in China. **Nutrients**. 2022 Jun 22;14(13):2585. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35807764/>. Acesso em 15 mai. 2024

MORAES, Carlos; MARAVALHAS, Rebecca; MOURILHE SILVA, Carla. O papel do nutricionista na avaliação e tratamento dos transtornos alimentares. **Debates em Psiquiatria**, v. 9, p. 24-30, 2019. DOI: 10.25118/2763-9037.2019.v9.51.

NUNES, Livia Garcia; SANTOS , Mariana Cristina Silva; SOUZA , Anelise Andrade de. Fatores de risco associados ao desenvolvimento de bulimia e anorexia nervosa em estudantes universitários: uma revisão integrativa. **LILACS**, [s. l.], 1 ago. 2017. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-859311>. Acesso em: 19 maio 2024.

OLIVEIRA, Mariana Fernandes de *et al.*, Relação Entre Comportamentos de Risco Para Ortorexia Nervosa, Mídias Sociais e Dietas Em Estudantes de Nutrição. *Saúde e Pesquisa*, v. 14, Supl. 1, 2021, pág. 1–15.

PENAFORTE, Fernanda R. O. *et al.*, Ortorexia nervosa em estudantes de nutrição: associações com o estado nutricional, satisfação corporal e período cursado. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, n. 67, p. 1, 1 mar. 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/QFXgCWDw8PsxtZZgnSW55Nh/?lang=pt&format=html>. Acesso em: 13 mai. 2024.

PLICHTA, M.; JEZEWSKA-ZYCHOWICZ, M. Conhecimento nutricional, qualidade da dieta e comportamentos ortoréxicos em estudantes poloneses - um estudo

transversal repetido pré-pós. PLoS One, v. 18, n. 6, p. e0287165, 14 jun. 2023.

Disponível em: [10.1371/journal.pone.0287165](https://doi.org/10.1371/journal.pone.0287165). Acesso em: 10 de mai. 2024

PROENÇA, Rossana Pacheco da Costa. Alimentação e globalização: algumas reflexões. **Ciência e Cultura**, [S. l.], n. 62, p. 4, 1 out. 2010. Disponível em:

http://cienciaecultura.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0009-67252010000400014. Acesso em: 13 mai. 2024.

RODRIGUES, B. C.; OLIVEIRA, G. N. S. de; SILVA, E. I. G. e; MESSIAS, C. M. B. de O. Risco de ortorexia nervosa e o comportamento alimentar de estudantes de nutrição. **Scientia Plena**, v. 13, n. 7, 2017. Disponível em:

<https://doi.org/10.14808/sci.plena.2017.076501>. Acesso em: 13 mai. 2024.

SOUSA, Luís Manuel Mota *et al.*, Revisões da literatura científica: tipos, métodos e aplicações em enfermagem. **Revista Portuguesa de Enfermagem de**

Reabilitação, v. 1, n. 1, p. 45-54, 2018. Disponível em:

<http://rper.aper.pt/index.php/rper/article/view/20>. Acesso em: 21 mai. de 2024.

SOUZA ,Jéssica Maria Pereira de. ORTOREXIA NERVOSA EM NUTRICIONISTAS E ESTUDANTES DE NUTRIÇÃO. 2017. **Monografia (Especialista em Gestão da Produção de Refeições Saudáveis.)** - UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA, [S. l.],

2017. Disponível em:

https://bdm.unb.br/bitstream/10483/18443/1/2017_JessicaMariaPereiradeSouza_tcc.pdf. Acesso em: 13 maio 2024.

STYK W.; GORTAT M.; SAMARDAKIEWICZ-KIROL E.; ZMORZYNSKI S.;

SAMARDAKIEWICZ M. Intra- and Interpersonal Dimensions of Orthorexia:

Preliminary Development and Validation of an Intra- and Interpersonal Effects Scale for Orthorexia. **Nutrients**. 2024 Mar 29;16(7):1010.

TORAL, Natacha; SLATER, Betzabeth. Abordagem do modelo transteórico no comportamento alimentar. **Ciência & Saúde Coletiva** , [S. l.], p. 12, 6 dez. 2017.

Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/csc/a/DPCJpt5tpXF8MsywYqjcSbz/abstract/?lang=pt#>.

Acesso em: 15 mai. 2024.

VALDANHA-ORNELAS, Élide Dezoti; SANTOS, Manoel Antônio dos. Transtorno Alimentar e Transmissão Psíquica Transgeracional em um Adolescente do Sexo Masculino. **Psicologia: Ciência e Profissão**, [s. l.], v. 37, ed. 1, p. 176-191, 1 mar. 2017. DOI <https://doi.org/10.1590/1982-370300287-15>. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/pcp/a/tQ3xzqRgkSCjdZ5vKBXFqWH/?format=pdf&lang=pt>.

Acesso em: 20 maio 2024.

VALE, Antonio Maia Olsen do. Comportamento alimentar anormal e práticas inadequadas para controle de peso entre adolescentes do sexo feminino de Fortaleza. 2002. **Dissertação (Mestrado em Saúde Pública) - Universidade Federal do Ceará**, [S. l.], 2002. Disponível em:

https://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/1016/1/2002_dis_amovale.pdf. Acesso em:

19 maio 2024.

VALE, Antonio Maia Olsen do; ELIAS, Liana Rosa. Transtornos alimentares: uma perspectiva analítico-comportamental. **Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva**, [s. l.], v. 13, ed. 1, 1 jun. 2011. Disponível em:

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-55452011000100005. Acesso em: 18 maio 2024.

VIANA, Victor. (2002). Psicologia, saúde e nutrição: Contributo para o estudo do comportamento alimentar. **Análise Psicológica**. 4. 611-624. 10.14417/ap.24..

Disponível em:

https://repositorio.ispa.pt/bitstream/10400.12/6570/1/AP_20%284%29_611.pdf.

Acesso em: 15 mai. 2024

VILHENA, H. M. A. V.; SANTOS, L. C. DOS. Cursar nutrição e ortorexia nervosa: Prevalências e instrumentos de avaliação. **RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 14, n. 89, p. 1096-1106, 4 fev. 2022.

VILLA M.; OPAWSKY N.; MANRIQUEZ S.; ANANÍAS N.; VERGARA-BARRA P.; LEONARIO-RODRIGUEZ. Orthorexia nervosa risk and associated factors among Chilean nutrition students: a pilot study. **J Eat Disord**. 2022 Jan 11;10(1):6. doi: 10.1186/s40337-022-00529-6.