

# **COMPORTAMENTO ALIMENTAR E SINTOMAS DE ANSIEDADE, DEPRESSÃO E ESTRESSE EM UNIVERSITÁRIOS INGRESSANTES E CONCLUINTE DE CURSOS DA ÁREA DA SAÚDE**

Autores: SILVA, Maryana Zanon;; REIS, Amanda Wchoa;; MILHOMEM, Marina Mary da Silva;; BARBOSA, Lanay Dias;; REZENDE, Fabiane Aparecida Canaan.

O ingresso na universidade envolve a adaptação do indivíduo a um novo contexto de vida, marcado por mudanças psicossociais e comportamentais, que podem afetar as relações com a comida e com o corpo resultando em piora da saúde. Diante disso, o presente estudo teve como objetivo avaliar a relação do comportamento alimentar com sintomas de ansiedade, estresse e depressão em universitários ingressantes e concluintes de cursos da área da saúde da Universidade Federal do Tocantins (UFT). A amostra foi composta por 67 aluno dos cursos de Enfermagem, Nutrição e Medicina da UFT, Campus de Palmas. Foi aplicado questionário on-line, incluindo dados demográficos, socioeconômicos, hábitos de vida, sintomas de estresse por meio da Escala de Estresse Percebido, sintomas de depressão por meio do Inventário de Depressão de Beck II, sintomas de ansiedade por meio do Inventário de Ansiedade de Beck. O comportamento alimentar por meio do *The Three Factor Eating Questionnaire*--21 e suas respectivas dimensões: comer emocional, restrição cognitiva e descontrole alimentar, avaliadas por escores com variação de 0 a 100 pontos, sendo que escores mais elevados são indicativos da presença de atitudes alimentares para os comportamentos indicados. A análise de dados obtidas indicou que a maioria dos participantes foi do sexo feminino 79,10%, (n=53) com média geral de idade de  $22,19 \pm 4,58$  anos; mínimo = 17 anos e máximo = 40 anos. Os escores das três dimensões do comportamento alimentar não diferiram entre ingressantes (n=47) e concluintes (n=20). Maiores escores de descontrole alimentar foram relacionados com maiores escores de sintomas de ansiedade ( $41,58 \pm 22,49$  versus  $53,46 \pm 16,09$ ;  $p= 0,02$ ) e de sintomas de estresse ( $36,03 \pm 19,33$  versus  $57,23 \pm 23,38$ ;  $p= 0,001$ ). Não foi observada relação entre descontrole alimentar e sintomas de depressão. Em relação ao comer emocional, escores mais elevados deste comportamento foram relacionados com maiores escores de sintomas de ansiedade ( $35,47 \pm 29,79$  versus  $59,66 \pm 19,55$ ;  $p= 0,0008$ ), sintomas de depressão ( $37,18 \pm 26,96$  versus  $61,72 \pm 27,20$ ;  $p= 0,0016$  e sintomas de estresse ( $27,35 \pm 25,76$  versus  $56,81 \pm 27,53$ ;  $p= 0,01$ ). Para o comportamento restrição cognitiva não foi observada relação com sintomas de ansiedade ( $p= 0,87$ ), depressão ( $p= 0,93$ ) e estresse ( $p= 1,00$ ). Conclui-se que maiores escores de sintomas de ansiedade, depressão e estresse em universitários dos cursos da área da saúde foram relacionados com comportamentos alimentares disfuncionais, especialmente comer emocional e descontrole alimentar.

**Palavras--chaves:** Comportamento Alimentar; Transtornos de Humor; Estresse Psicológico; Saúde do Estudante.

[1maryanazanon@gmail.com](mailto:1maryanazanon@gmail.com); [amandawchoa2095@gmail.com](mailto:amandawchoa2095@gmail.com); [marianammilhomem@gmail.com](mailto:marianammilhomem@gmail.com); [lanaydb@gmail.com](mailto:lanaydb@gmail.com); [facezende@mail.uft.edu.br](mailto:facezende@mail.uft.edu.br). UFT.