

PREVALÊNCIA DE ORTOREXIA NERVOSA EM ESTUDANTES DA ÁREA DA SAÚDE DE UMA UNIVERSIDADE DO RIO GRANDE DO SUL

Eduarda Rech¹, Simara Rufatto Conde²

Resumo: A Ortorexia nervosa (ON) caracteriza-se como um comportamento obsessivo e patológico por uma alimentação saudável. Indivíduos com comportamentos de ON possuem a alimentação seletiva, preferindo consumir alimentos saudáveis, o que influencia na manutenção do peso corporal. É evidente um crescente número de indivíduos preocupados com a alimentação, principalmente profissionais da área da saúde. O objetivo do presente estudo foi avaliar a prevalência de ON e sua relação com o estado nutricional em estudantes universitários. Estudo transversal quantitativo, realizado em uma Universidade do interior do Rio Grande do Sul, com 78 indivíduos na faixa etária de 20 a 50 anos de ambos os sexos, aplicando um questionário *online* utilizando o ORTO-15, além dos dados sexo, curso, peso e altura autorreferidos. Os dados foram analisados pelo teste estatístico de Associação Exato de Fisher. Os resultados foram considerados significativos a um nível de significância máximo de 5% ($p \leq 0,05$) e o *software* utilizado para esta análise foi o Epi Info 7.2. Com a análise de dados verificou-se que 70,51% ($n = 55$) apresentou pontuação >40 , indicando risco de ON. Desses, 71,2% ($n = 52$) eram do sexo feminino e do total da amostra, 71,9% ($n=46$) encontravam-se em estado nutricional de eutrofia segundo classificação do Índice de Massa Corporal (IMC). A maior frequência do transtorno alimentar foi encontrada no curso de Nutrição e o risco de desenvolvimento do transtorno mostrou-se maior em indivíduos com IMC de eutrofia. Não houve associação significativa entre a classificação do IMC, sexo e idade com a presença de ON, sendo necessários mais estudos acerca do tema com acadêmicos da área da saúde para verificar as variáveis associadas ao risco de ON e a associação com o estado nutricional.

Palavras-chave: Comportamento alimentar. Dieta. Estado nutricional. Saúde.

1 Acadêmica do Curso de Nutrição, Universidade do Vale do Taquari (Univates). E-mail: eduarda.rech@universo.univates.br.

2 Graduada em Nutrição pela Universidade do Vale do Rio dos Sinos. Mestre em Ciências Biológicas pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Professora na Universidade do Vale do Taquari (Univates). E-mail: simaraufatto@terra.com.br.

1 INTRODUÇÃO

Identificada em 1997 pelo médico americano Steven Bratman, a Ortorexia Nervosa (ON) caracteriza-se como um novo tipo de transtorno alimentar (TA) que afeta a relação existente entre o indivíduo e o ato de comer (DUNN; BRATMAN, 2016). Este transtorno não atribui tanta importância ao corpo magro, mas as características nutricionais dos alimentos consumidos (MATERA, 2012).

A alimentação é de extrema importância em nossa vida, por isso, fazer boas escolhas é fundamental para ter saúde e viver bem. Entretanto, os indivíduos que possuem a ON preocupam-se de maneira exagerada com as escolhas alimentares, excluindo alguns alimentos, principalmente os cultivados com pesticidas e outros fertilizantes químicos, justificando que a ingestão dessas substâncias trará malefícios ao organismo (LUNA; BELMONTE, 2016). Além disso, evitam grupos alimentares e produtos industrializados por conterem substâncias como espessantes, aromatizantes e corantes, ou ainda, por apresentarem açúcares, gordura, lactose e glúten na composição (COSTA *et al.*, 2018; FONTES, 2018).

Como consequência, indivíduos com ON tem alterações no estado nutricional, pois a redução do consumo alimentar gerado pela exclusão de alguns alimentos favorece a perda de peso (PENAFORTE *et al.*, 2018) e também pode resultar em carências nutricionais, trazendo prejuízos à saúde a longo prazo (SILVEIRA *et al.*, 2015; BARNES; CALTABIANO, 2016; SOUZA; ALVARENGA, 2016). Diante disso, outra consequência negativa desse transtorno é o distanciamento social, visto que esses indivíduos tentam provar aos outros que os alimentos considerados impuros a eles trazem malefícios à saúde, o que gera conflitos e problemas nos relacionamentos (LOPES; KIRSTEN, 2009).

No ambiente acadêmico, por exemplo, verifica-se que o consumo de alimentos industrializados é visivelmente elevado, principalmente por serem práticos e de fácil acesso a todos (BIELEMANN *et al.*, 2015). E, em virtude dos estudantes apresentarem uma rotina extremamente conturbada, com jornadas estudantis extenuantes, além do trabalho de cada um, que dificulta a adesão a uma alimentação saudável, a escolha de produtos industrializados é frequente (POÍNHOS *et al.*, 2015). Por esse motivo, acredita-se que a população jovem, em especial, estudantes da área da saúde, principalmente dos cursos de Nutrição e Educação Física são mais propícios ao desenvolvimento de transtornos alimentares, visto que esses indivíduos possuem conhecimento amplo sobre a relação entre o alimento e a saúde, o que favorece a escolha cautelosa da alimentação (ROCHA, 2015).

Dessa forma, o presente estudo teve como objetivo avaliar a prevalência da ON e sua relação com o estado nutricional em estudantes universitários.

2 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Trata-se de estudo transversal quantitativo, a amostra foi por conveniência, constituída por 78 indivíduos de ambos os sexos, regularmente matriculados nos cursos de Biomedicina, Ciências Biológicas, Educação Física, Enfermagem, Estética e Cosmética, Farmácia, Fisioterapia, Gastronomia, Nutrição, Odontologia e Psicologia, em uma Universidade do interior do Rio Grande do Sul.

Este estudo atende aos princípios éticos para pesquisas envolvendo seres humanos, conforme a Resolução nº 4.591.279, do Comitê de Ética em Pesquisa envolvendo seres humanos, e foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade do Vale do Taquari – UNIVATES (Sob parecer nº 4.591.279). Os alunos foram convidados a participar da pesquisa através do e-mail institucional, o qual constituía-se de uma breve explicação sobre o estudo e o link para acesso ao questionário. Os participantes integraram a pesquisa voluntariamente e registraram sua concordância ao aceitar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, apresentado de forma *online*.

Para a obtenção dos dados, aplicou-se um questionário *online*, elaborado nos formulários do *Google*, construído a partir do questionário ORTO-15 o qual foi formulado a partir do teste desenvolvido por Bratman, *Bratman Orthorexia Test* (BOT) por Donini *et al.* (2004), em uma versão traduzida por Pontes, Montagner, Montagner (2014), constituído de 15 questões de múltipla escolha que abordam temas relacionados a aquisição, preparo, compra e o consumo de alimentos. A fim de identificar comportamentos característicos de ON avaliou-se de forma individual as questões, pontuadas pela escala Likert, tendo quatro opções de respostas “sempre, muitas vezes, algumas vezes e nunca”. Para avaliar a presença ou não de comportamentos tendenciosos para ON, o questionário tem uma pontuação mínima de 15 e máxima de 60 pontos, onde, valores abaixo de 40 pontos representam risco ao desenvolvimento de ON (DONINI *et al.*, 2004).

Além disso, avaliou-se o estado nutricional dos indivíduos por meio da classificação do IMC, de acordo com os pontos de corte estabelecidos pela Organização Mundial da Saúde (OMS, 1998). O cálculo foi obtido a partir dos dados de altura e peso autorreferidos pelos participantes e questionou-se idade, sexo, curso e ocupação atual. As medidas auto referidas foram utilizados por serem válidas e usuais em estudos epidemiológicos, uma vez que facilita a obtenção desses dados, isentando-se de qualquer custo e risco.

Os dados foram analisados através de tabelas, estatísticas descritivas e pelo teste estatístico de Associação Exato de Fisher. Os resultados foram considerados significativos a um nível de significância máximo de 5% ($p \leq 0,05$) e o *software* utilizado para esta análise foi o Epi Info 7.2.

3 RESULTADOS

Do total de participantes, a média de idade encontrada foi de 24,0±4,9 anos, sendo 93,6% (n = 73) do sexo feminino e a maioria da amostra encontrou-se em estado de eutrofia pelo IMC (82,1%), sendo a média de IMC de 23,3 ±4,5kg/m². O número de indivíduos participantes foi maior no curso de Nutrição (28,2%), seguido do curso de Biomedicina (20,5%). A ocupação atual predominante entre os participantes foi de estudante (39,7%) e a proporção de indivíduos com pontuação indicativa de risco para ON foi de 70,51% (n = 55), conforme Tabela 1.

Tabela 1. Descrição da amostra quanto ao Índice de Massa Corporal, idade, sexo, curso e presença ou ausência de ON.

Variável	Categoria	Nº casos	%
IMC	Magreza	2	2,6
	Eutrofia	64	82,1
	Sobrepeso	5	6,4
	Obesidade	7	9,0
Idade	20	12	15,4
	21 – 25	50	64,1
	> 25	16	20,5
Sexo	Feminino	73	93,6
	Masculino	5	6,4
Curso	Biomedicina	16	20,5
	Enfermagem	1	1,3
	Estética e Cosmética	3	3,8
	Farmácia	14	17,9
	Nutrição	22	28,2
	Odontologia	10	12,8
	Psicologia	12	15,4
Ortorexia Nervosa	Risco presente	55	70,5
	Ausente	23	29,5

IMC: Índice de Massa Corporal

Na Tabela 2 encontra-se as variáveis quantitativas do questionário ORTO-15. A maioria dos participantes demonstrou preocupar-se algumas vezes com a alimentação saudável pelo menos 3 horas por dia e a maior parte dos indivíduos referiu que o humor influenciou no comportamento alimentar na maioria das vezes.

Tabela 2. Mínimo, máximo, média e desvio padrão das respostas referentes às questões do questionário ORTO-15 de estudantes universitários da área da saúde.

Variável	Mínimo	Máximo	Média	Desvio Padrão
1. Você fica atento(a) às calorias dos alimentos quando come?	1,0	4,0	2,5	1,2
2. Quando você vai à um mercado de alimentos, se sente confuso a respeito do que deve comprar?	1,0	4,0	2,0	0,8
3. Nos últimos três meses, pensar sobre sua alimentação tem sido uma preocupação?	1,0	4,0	2,4	0,9
4. As suas escolhas alimentares são determinadas pela preocupação com seu estado de saúde?	1,0	4,0	2,4	0,9
5. O sabor é a qualidade mais importante que você leva em consideração ao escolher um alimento?	2,0	4,0	3,0	0,8
6. Normalmente, você se dispõe a pagar mais por alimentos saudáveis?	1,0	4,0	2,6	0,7
7. A preocupação com alimentação saudável toma mais de três horas do seu dia?	1,0	4,0	3,5	0,8
8. Você se permite alguma quebra da sua rotina alimentar?	1,0	4,0	2,9	0,8
9. Para você, o seu humor influencia o seu comportamento alimentar?	1,0	4,0	3,2	0,8
10. Você acredita que a convicção de se alimentar saudavelmente aumenta sua autoestima?	1,0	3,0	1,7	0,8
11. Você acha que o consumo de alimentos saudáveis modifica seu estilo de vida (ida a restaurantes, amigos...)?	1,0	4,0	2,5	1,0
12. Você acredita que consumir alimentos saudáveis pode melhorar o seu aspecto físico?	1,0	3,0	1,3	0,5
13. Sente-se culpado(a) quando sai da sua rotina alimentar?	1,0	4,0	2,7	1,1
14. Você pensa que no mercado existem alimentos não saudáveis?	1,0	4,0	1,6	1,0
15. Ultimamente, você costuma estar sozinho(a) quando se alimenta?	1,0	4,0	2,7	0,8
Pontuação ON	30,0	46,0	37,1	3,6

Na Tabela 3 estão descritas as variáveis de idade, sexo e IMC com a presença de risco ou ausência da ON e os resultados do teste de Associação Exato de Fisher, onde verificou-se não existir associação significativa entre a classificação do IMC, sexo e idade com a presença de ON.

Tabela 3. Comparação da idade, sexo, Índice de Massa Corporal com a presença de Ortorexia Nervosa

Variável	Categoria	Ortorexia Nervosa				Total		P
		Presente		Ausente		n	%	
		n	%	n	%			
Idade	20	7	58,3	5	41,7	12	100,0	0,554
	21 - 25	37	74,0	13	26,0	50	100,0	
	> 25	11	68,8	5	31,3	16	100,0	
Sexo	Feminino	52	71,2	21	28,8	73	100,0	0,628
	Masculino	3	60,0	2	40,0	5	100,0	
IMC	Magreza	2	100,0	-	-	2	100,0	0,398
	Eutrofia	46	71,9	18	28,1	64	100,0	
	Sobrepeso	4	80,0	1	20,0	5	100,0	
	Obesidade	3	42,9	4	57,1	7	100,0	

Teste de Associação Exato de Fisher ($p \leq 0,05$)

4 DISCUSSÃO

Neste estudo que buscou identificar a prevalência de ON em estudantes da área da saúde, o maior percentual encontrado foi de indivíduos do sexo feminino com idades entre 21 a 25 anos e em estado de eutrofia. Assim como no estudo de Souza e Rodrigues (2014), envolvendo 150 mulheres estudantes de uma universidade do Vale do Paraíba do Sul/SP, onde a média de idade foi de $23,21 \pm 6,3$ anos, e na pesquisa de Lorenzon, Minossi e Pegolo (2020), que avaliaram 430 indivíduos de ambos os sexos onde 56,7% da amostra era do sexo feminino, com idades prevalentes de 18,1 e 59,9 anos. Dell'Osso *et al.* (2017) verificaram num estudo que a maior frequência de ON também foi no sexo feminino (37,8%) quando comparada ao sexo masculino (30,7%).

No sexo feminino há maior preocupação com a imagem corporal e desejo de ter um corpo magro e saudável, o que afeta o comportamento alimentar dessa população, havendo predominância da ON em mulheres adultas (SOUZA; RODRIGUES; 2014). Moura (2017) constatou em seu estudo que a maioria da população com ON eram mulheres pelo fato delas se preocuparem de maneira exagerada com a qualidade dos alimentos consumidos, justificando que se sentiam melhores quando conseguiam manter uma alimentação saudável.

Além disso, conforme encontrado no estudo de Oliveira e Salomon (2018) que avaliaram o comportamento alimentar e o estilo de vida de 20 mulheres, as participantes com ON relataram que os principais fatores que influenciaram no comportamento alimentar relacionavam-se à busca de resultados estéticos para elevar a autoestima e qualidade de vida, por acreditarem que uma dieta com alimentação restritiva e saudável era a melhor escolha para alcançar o corpo que desejavam.

Em um estudo realizado com 2.130 estudantes universitários italianos, com o objetivo de identificar a prevalência de ON e sua relação com o sexo e estado nutricional, observou-se maior frequência de indivíduos com IMC normal (DEL'OSSO *et al.*, 2017). Esses achados assemelham-se ao presente estudo, pois a maioria dos participantes com o TA apresentaram IMC de eutrofia, seguido de indivíduos com sobrepeso.

Em relação ao curso dos participantes, nesse estudo obteve-se maior prevalência de ON nos estudantes de Nutrição. Assim como no estudo de Marchi e Baratto (2018) com 82 estudantes de Nutrição, no qual verificaram 80% dos estudantes com prevalência de ON e nos achados de Penaforte *et al.* (2018), que ao avaliarem a prevalência de ON através do questionário ORTO-15 em 141 estudantes de Nutrição constataram que 87% dos estudantes apresentavam prevalência de ON. Da mesma forma, no estudo de Cruz *et al.* (2018) com objetivo de avaliar comportamentos característicos de ON em estudantes de Nutrição, verificaram que 71% deles apresentou risco de desenvolver o transtorno. E Anjos (2018) que avaliou o índice de ON em 101 estudantes de Nutrição de ambos os sexos, aplicando o questionário ORTO-15 modificado, encontrou uma prevalência de 88,1% de estudantes com risco de ON, com predominância de indivíduos do sexo feminino e com estado nutricional de eutrofia.

Tais achados demonstraram que estudantes de cursos da área da saúde, principalmente de Nutrição, por apresentar uma maior proporção de mulheres, são grupo de risco para o desenvolvimento de ON. Pelo fato das mulheres acreditarem que a aparência física influencia no sucesso de suas profissões, há aumento da ocorrência de transtornos alimentares nessa população (MATOS; TOASSI; OLIVEIRA, 2013). Da mesma forma, esses indivíduos estão envolvidos diariamente com questões relacionadas aos hábitos alimentares, nutrição e a saúde, o que proporciona o interesse por hábitos saudáveis e uma alimentação mais seletiva, favorecendo o surgimento de ON (FIDAN *et al.*, 2010).

Os achados desse estudo não mostraram relação entre o IMC e a presença de ON. Da mesma forma, no estudo de Donini *et al.* (2004), realizado com 404 adultos, não encontrou-se associação entre a presença do transtorno alimentar e o IMC, diferentemente de outros estudos que demonstraram diferenças quanto a presença de ON e o IMC. Para Asil, Sürücüoğlu (2015), ao avaliarem 117 nutricionistas objetivando determinar a prevalência de ON entre essa amostra, na medida em que o IMC aumentava, as chances de

desenvolvimento do transtorno também se elevavam, entretanto, no estudo de Marchi e Baratto (2018) diferiram os resultados, quanto menor o valor de IMC maior foi a probabilidade de desenvolvimento do transtorno.

Por isso, sugere-se que a presença de ON não esteja relacionada a um estado nutricional específico, visto que segundo os resultados da amostra analisada obteve-se frequência da ON em indivíduos com magreza, eutrofia, sobrepeso ou obesidade. Conforme Souza e Rodrigues (2014), a obsessão por alimentos saudáveis e de qualidade pode estar presente em indivíduos independentemente do estado nutricional. Pontes (2012) confirma esses achados, encontrando em seu estudo, 10% dos participantes possuía baixo peso, 59% era eutrófico, 19% apresentaram sobrepeso e 12% eram obesos. Por outro lado, é evidente que indivíduos em estado nutricional de eutrofia possuem maior cuidado na alimentação, buscando consumir alimentos saudáveis, o que favorece na manutenção do peso corporal.

O desenvolvimento da ON pode ser resultante da preocupação excessiva com a saúde, onde os indivíduos restringem a alimentação de forma excessiva, excluindo grupos alimentares devido a composição nutricional deles. Da mesma forma, quem deseja emagrecer opta por uma alimentação saudável na busca de alcançar um peso ideal, ter saúde e qualidade de vida, mas muitas vezes perdem o equilíbrio entre o que é ser saudável e o que é doentio, desenvolvendo esse transtorno (OBERLE; SAMAGHABADI; HUGHES, 2017).

Em vista disso, gera-se uma preocupação ao verificar os resultados dos estudos que relacionam a presença de transtornos alimentares com estudantes de Nutrição e de outros cursos da área da saúde. Uma vez que essas profissões têm por objetivo instruir e educar a população sobre assuntos relacionados à saúde, estado nutricional e qualidade de vida, há uma maior dificuldade dos profissionais em atuar de forma prática com a população quando eles mesmos possuem diagnóstico de transtornos alimentares (MARTINS *et al.*, 2011).

É importante mencionar que os resultados do presente estudo possuem algumas limitações que devem ser consideradas, como é o caso do número de participantes, que ficou reduzido a um número menor que o esperado. Não havendo participação de alguns cursos, como da Educação Física, que poderia representar uma parcela da população com comportamentos característicos de ON, devido ao cuidado extremo que esses profissionais têm com a aparência física. Além disso, o peso e altura utilizados para cálculo do IMC foram autorreferidos pelos participantes, caracterizando um viés, sendo esta metodologia da pesquisa adotada devido a pandemia da COVID-19, que impediu o contato pessoal para a coleta de dados.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados do presente estudo constataram prevalência de comportamento de risco para ON em mulheres entre 21 a 25 anos. Entretanto,

não houve associação significativa entre a classificação do IMC, sexo e idade com a presença do transtorno.

Desse modo, são necessários mais estudos envolvendo a população de jovens acadêmicos e profissionais da área da saúde para identificar o transtorno alimentar e consequentemente as variáveis associadas ao comportamento de ON.

REFERÊNCIAS

ANJOS, L. P. dos; SALOMON, A. L. R. **Comportamento de risco para desenvolvimento de ortorexia nervosa em estudantes de nutrição do Centro Universitário de Brasília**. 2018. 25 f. Monografia (Graduação) – Faculdade de Ciências da Educação e Saúde, Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2018. Disponível em: <https://repositorio.uniceub.br/jspui/handle/235/12591>. Acesso em: 28 abr. 2021.

ASIL, E., SÜRÜCÜOĞLU, M.S. Orthorexia nervosa in Turkish dietitians. **Ecology of food and nutrition**, v. 54, n. 4, p. 303-313, 2015. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/03670244.2014.987920>. Acesso em: 28 abr. 2021.

BARNES, M. A.; CALTABIANO, M. L. The interrelationship between orthorexia nervosa, perfectionism, body image and attachment style. **Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity**, v. 22, n. 1, p. 177-184, 2016. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27068175/>. Acesso em: 28 abr. 2021.

BIELEMANN, R. M. *et al.* Consumo de alimentos ultraprocessados e impacto na dieta de adultos jovens. **Revista de Saúde Pública**, v. 49, p. 28, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/rsp/2015.v49/28/pt/>. Acesso em: 30 abr. 2021.

COSTA, D. G. *et al.* Qualidade de vida e atitudes alimentares de graduandos da área da saúde. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 71, p. 1642-1649, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/qZkpjny7BjybSKyw88XMhPk/?lang=pt&format=html>. Acesso em 28 abr. 2021.

CRUZ, R. T. *et al.* Verificação do estado nutricional de estudantes do curso de Nutrição das Faculdades Integradas de Bauru-SP com enfoque na ortorexia. **RBONE-Revista Brasileira De Obesidade, Nutrição E Emagrecimento**, v. 12, n. 76, p. 1119-1128, 2018. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6987410>. Acesso em 30 abr. 2021.

DELL'OSSO, L. *et al.* Prevalence and characteristics of orthorexia nervosa in a sample of university students in Italy. **Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity**, v. 23, n. 1, p. 55-65, 2018. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s40519-017-0460-3>. Acesso em 02 mai. 2021.

DONINI, L. M. *et al.* Orthorexia nervosa: a preliminary study with a proposal for diagnosis and an attempt to measure the dimension of the phenomenon. **Eating and**

Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity, v. 9, n. 2, p. 151-157, 2004. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/bf03325060>. Acesso em: 26 abr. 2021.

DUNN, Thomas M.; BRATMAN, Steven. On orthorexia nervosa: A review of the literature and proposed diagnostic criteria. **Eating behaviors**, v. 21, p. 11-17, 2016. Disponível em: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1471015315300362?casa_token=ltPK8QuBIJcAAAAA:gA1X1ODmoZA2cyB4R2j2Oow8XuwGRfpigc4_ke8EZDmP3nXyCanXmUQruvp1Q_DKHoZxcyVQAV8. Acesso em: 28 abr. 2021.

FIDAN, T. *et al.* Prevalence of orthorexia among medical students in Erzurum, Turkey. **Comprehensive psychiatry**, v. 51, n. 1, p. 49-54, 2010. Disponível em: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0010440X0900039X?casa_token=N3uQEXkWLBYAAAAA:JpdHL70Tv4dSfBkDjV1Li2SLHaWUI7OCpNo4BHAF0BvSGPRQgdtlg0r-XHtHvDny2DRBUKa-eU. Acesso em: 28 mai. 2021.

FONTES, N. T. V. **Prevalência de ortorexia nervosa em estudantes de cursos da área de saúde da Universidade Federal de Campina Grande - CES - Campus de Cuité - PB**. 2018. 61 fl. (Trabalho de Conclusão de Curso – Monografia), Curso de Bacharelado em Farmácia, Centro de Educação e Saúde, Universidade Federal de Campina Grande, Cuité – Paraíba – Brasil, 2018. Disponível em: <http://dspace.sti.ufcg.edu.br:8080/jspui/handle/riufcg/6822>. Acesso em 10 mai. 2021.

LOPES, M. R; KIRSTEN, V. R. Comportamentos de ortorexia nervosa em mulheres jovens. **Disciplinarum Scientia | Saúde**, v. 10, n. 1, p. 97-105, 2009. Disponível em: <https://periodicos.ufn.edu.br/index.php/disciplinarumS/article/view/954>. Acesso em: 28 mai. 2021.

LORENZON, L. F. L.; MINOSSI, P. B. P.; PEGOLO, G. E. Ortorexia nervosa e imagem corporal em adolescentes e adultos. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 69, p. 117-125, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/8rDx5nqcBZyPSJ9X54CW5Xq/?lang=pt&format=html>. Acesso em: 10 mai. 2021.

LUNA, C. de A.; BELMONTE, T. de S. A. Ortorexia nervosa: um desafio para o nutrólogo. **International Journal of Nutrology**, v. 9, n. 01, p. 128-139, 2016. Disponível em: <https://www.thieme-connect.com/products/ejournals/abstract/10.1055/s-0040-1705272>. Acesso em: 28 mai. 2021.

MARCHI, P. de; BARATTO, I. Prevalência de ortorexia nervosa em acadêmicos do curso de Nutrição em uma Instituição de Ensino Superior no sudoeste do Paraná. **RBONE-Revista Brasileira De Obesidade, Nutrição E Emagrecimento**, v. 12, n. 74, p. 699-706, 2018. Disponível em: <http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/771>. Acesso em: 01 jun. 2021.

MARTINS, M. C. T. *et al.* Ortorexia nervosa: reflexões sobre um novo conceito. **Revista de nutrição**, v. 24, p. 345-357, 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rn/a/kvYZqHdSzVBcjZfBj3Tx66q/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 10 mai. 2021.

MATERA, A. B. Orthorexia nervosa – an eating disorder, obsessive-compulsive disorder or disturbed eating habit? **Archives of psychiatry and psychotherapy**, v. 1, n. 1, pág. 55-60, 2012. Disponível em: http://www.archivespp.pl/uploads/images/2012_14_1/BrytekMatera55_APP1_2012.pdf. Acesso em: 30 abr. 2021.

MATOS, I. B.; TOASSI, R. F. C.; OLIVEIRA, M. C. de. Profissões e ocupações de saúde e o processo de feminização: tendências e implicações. **Athenea digital: revista de pensamento y investigación social**, v. 13, n. 2, p. 239-244, 2013. Disponível em: <https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/118035>. Acesso em 20 mai. 2021.

MOURA, H. D. P. P. **Prevalência de ortorexia nervosa em professores de universidade federal de Campina Grande - CES - Campus de Cuité - PB**. 2017. 72 fl. (Trabalho de Conclusão de Curso – Monografia), Curso de Bacharelado em Farmácia, Centro de Educação e Saúde, Universidade Federal de Campina Grande, Cuité – Paraíba – Brasil, 2017. Disponível em: <http://dspace.sti.ufcg.edu.br:8080/jspui/handle/riufcg/7111>. Acesso em: 10 mai. 2021.

OBERLE, C. D.; SAMAGHABADI, R. O.; HUGHES, E. M. Orthorexia nervosa: Assessment and correlates with gender, BMI, and personality. **Appetite**, v. 108, p. 303-310, 2017. Disponível em: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0195666316305761?casa_token=s_k3E96-qBgAAAAA:EzdoPO_Cl0yRU4C_KCoNVcLUIGVYEMBRlhJwtrHgAqX4xhUR7OfjpSx6SICt7_9SsMxPcF1oy_0. Acesso em 30 mai. 2021.

OLIVEIRA, R. F. de A. de; SALOMON, A. L. R. **Ocorrência de ortorexia nervosa entre mulheres adultas jovens frequentadoras de uma academia no Distrito Federal**. 2018. 18 f. Monografia (Graduação) - Faculdade de Ciências da Educação e Saúde, Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2018. Disponível em: <https://repositorio.uniceub.br/jspui/handle/235/12615>. Acesso em: 02 jun. 2021.

PENAFORTE, F. R. O. *et al.* Ortorexia nervosa em estudantes de nutrição: associações com o estado nutricional, satisfação corporal e período cursado. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 67, p. 18-24, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/QFXgCWDw8PsxtZZgnSW55Nh/?lang=pt>. Acesso em: 30 mai. 2021.

POÍNHOS, R. *et al.* Eating behaviour among undergraduate students. Comparing nutrition students with other courses. **Appetite**, v. 84, p. 28-33, 2015. Disponível em: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0195666314004541?casa_token=e4bTzvnvAEoAAAAA:pnBp_hqmhQlGq3XM9EiiHpqE-2K9iljZK4DcmO2odjUEDUBlQuJgFVvbCVi1Z7_hQSkyl6Y0AxM. Acesso em 30 abr. 2021.

PONTES, J. B. **Ortorexia em estudantes de nutrição: a hipercorreção incorporada ao habitus profissional?** 2012. 73 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde) - Universidade de Brasília, Brasília, 2012. Disponível em: <https://repositorio.unb.br/handle/10482/11131>. Acesso em 30 mai. 2021.

PONTES, J. B.; MONTAGNER, M. I.; MONTAGNER, M. A. Ortorexia nervosa: adaptação cultural do orto-15. **Demetra: Alimentação, nutrição & saúde**, v. 9, n. 2,

p. 533-548, 2014. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/demetra/article/view/8576>. Acesso em: 20 abr. 2021.

ROCHA, M. A. P. da. Ortorexia: uma compulsão por alimentos saudáveis. **Nutrição Brasil**, v. 14, n. 1, 2015. Disponível em: <https://convergenceseditorial.com.br/index.php/nutricaoBrasil/article/view/243>. Acesso em 10 mai. 2021.

SILVEIRA JR, L. a. da S. *et al.* Ortorexia nervosa e transtorno obsessivo-compulsivo: qual a relação?. **Psicologia Hospitalar**, v. 13, n. 2, p. 47-63, 2015. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-74092015000200004. Acesso em 20 abr. 2021.

SOUZA, A. C de; ALVARENGA, M. dos S. Insatisfação com a imagem corporal em estudantes universitários—Uma revisão integrativa. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 65, p. 286-299, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/9rqZF8vfvjLrqTJNXwyPzQN/?lang=pt&format=html>. Acesso em 30 mai. 2021.

SOUZA, Q. J. O V. de; RODRIGUES, A. M. Comportamento de risco para ortorexia nervosa em estudantes de nutrição. **Jornal brasileiro de Psiquiatria**, v. 63, n. 3, p. 200-204, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/gmvPgFNmwpMW8D8rbb5KLMP/abstract/?lang=pt>. Acesso em 02 jun. 2021.