



UNIVERSIDADE FEDERAL DO TOCANTINS  
CAMPUS UNIVERSTÁRIO DE PALMAS  
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO

**MILENA LAYANE REIS GAMA DE SENA  
SARAH ADRIELLE NASCIMENTO SOUZA**

**AVALIAÇÃO DA PRESENÇA DE COMPULSÃO ALIMENTAR E OUTROS  
COMPORTAMENTOS ALIMENTARES EM ESTUDANTES DA UNIVERSIDADE  
FEDERAL DO TOCANTINS.**

Palmas/TO  
2019

**MILENA LAYANE REIS GAMA DE SENA  
SARAH ADRIELLE NASCIMENTO SOUZA**

**AVALIAÇÃO DA PRESENÇA DE COMPULSÃO ALIMENTAR E OUTROS  
COMPORTAMENTOS ALIMENTARES EM ESTUDANTES DA UNIVERSIDADE  
FEDERAL DO TOCANTINS.**

Monografia foi avaliada e apresentada à UFT –  
Universidade Federal do Tocantins – Campus  
Universitário de Palmas, Curso de Nutrição  
como requisito para obtenção do título de  
Bacharel em Nutrição.

Orientadora: Prof. MSc. Simone Brasil Santos.

Palmas/TO  
2019

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)**  
**Biblioteca da Universidade Federal do Tocantins**  
**Campus Universitário de Palmas**

---

S726a Souza, Sarah Adrielle Nascimento

Avaliação da presença de compulsão alimentar e outros comportamentos alimentares em estudantes da Universidade Federal do Tocantins. / Milena Layane Reis Gama de Sena, Sarah Adrielle Nascimento Souza. – Palmas, TO, 2019.  
31 f.

Monografia de Graduação – Universidade Federal do Tocantins – Campus Universitário de Palmas – Curso de Nutrição, 2019.  
Orientadora: Simone Brasil Santos.

1. Compulsão alimentar. 2. Comportamento alimentar. 3. Emoções. 4. Ansiedade. 5. Universidades. I. Sena, Layane Reis Gama de. II. Santos, Simone Brasil. III. Título.

**CDD 612.3**

---

**Bibliotecária: Emanuele Eralda Pimentel Santos**  
**CRB-2 / 1309**

**Todos os Direitos Reservados – A reprodução total ou parcial, de qualquer forma ou por qualquer meio deste documento é autorizado desde que citada a fonte. A violação dos direitos do autor (Lei nº 9.610/98) é crime estabelecido pelo artigo 184 do código penal.**

MILENA LAYANE REIS GAMA DE SENA

AVALIAÇÃO DA PRESENÇA DE COMPULSÃO ALIMENTAR E  
OUTROS COMPORTAMENTOS ALIMENTARES EM ESTUDANTES  
DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO TOCANTINS.

Monografia foi avaliada e apresentada ao curso de Nutrição da UFT- Universidade Federal do Tocantins, Campus Universitário de Palmas-TO, para obtenção do título de Bacharel em Nutrição e aprovada em sua forma final pelo (a) Orientador (a) e pela Banca Examinadora.

Data da aprovação: 05/12/2019

Banca Examinadora:

---

Profa. MSc. Simone Brasil Santos, UFT  
Orientador e presidente da banca

---

Profa. Dra. Fabiane Aparecida Canaan Rezende, UFT  
Examinadora

---

Profa. Dra. Eloise schott, UFT  
Examinadora

Palmas/TO  
2019

Dedicamos este trabalho à Deus que foi nosso sustento, guia e fortaleza. À Ele, toda honra, toda glória. Nossos pais que foram grandes incentivadores e que sempre acreditaram nos nossos sonhos.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradecemos à Professora Simone Brasil Santos pelo apoio, carinho e orientação durante toda essa trajetória, pelo incentivo e compreensão nos momentos de dificuldade e pela confiança na nossa capacidade, acreditando sempre no nosso melhor.

Aos demais professores da graduação que fizeram parte do nosso crescimento pessoal e profissional, partilhando seus conhecimentos e experiências de vida para nós fornece a melhor educação possível.

Aos nossos familiares que foram nosso alicerce em toda essa caminhada, nos dando o melhor que tinham para nos sustentar nos momentos difíceis e sendo nossas motivações para seguir até final

## RESUMO

A compulsão Alimentar é uma das características de pessoas que estão com um nível de ansiedade e estresse elevado. O comportamento alimentar pode ser bastante afetado pelas emoções, visto que as suas escolhas alimentares, as quantidades ingeridas e a frequência das refeições dependem de vários fatores, sendo um deles as emoções e não apenas as suas necessidades fisiológicas. Para a coleta de dados, utilizou-se o Questionário de Escala de Compulsão Alimentar – BES que foi aplicado em alunos dos cursos de Direito, Engenharia Civil e Nutrição da Universidade Federal do Tocantins. Do total de discentes avaliados, 5,6% foram classificados com CAP (Compulsão Alimentar Periódica) grave, 7% com CAP moderada e 87,3 sem CAP. Avaliando os dados por curso, o grupo com maior índice de CAP grave foi o de direito (10,5%) e o menor em engenharia civil, que não apresentou nenhum indivíduo com essa caracterização. Os resultados mostraram que não há diferença significativa entre os grupos. Sendo assim, faz-se necessários estudos mais aprofundados, utilizando outras ferramentas associadas ao questionário Escala de Compulsão Alimentar – BES, e criando vínculos para que haja melhor avaliação dos participantes, verificando o real índice do transtorno dentro das universidades e incentivando a criação de medidas para ajudar e conscientizar sobre a seriedade desse transtorno alimentar.

Palavras-chaves: Compulsão alimentar; comportamento alimentar; emoções; ansiedade; universidades.

## **ABSTRACT**

Binge eating is one of the characteristics of people who have a high level of anxiety and stress. Eating behavior can be greatly affected by emotions, as your food choices, the amounts eaten and the frequency of meals depend on several factors, one of which is emotions and not just your physiological needs. For data collection, the Food Compulsion Scale Questionnaire - BES was used, which was applied to students of the Law, Civil Engineering and Nutrition courses at the Federal University of Tocantins. Of the total number of students evaluated, 5.6% were classified with severe CAP (Periodic Food Compulsion), 7% with moderate CAP and 87.3 without CAP. Evaluating the data by course, the group with the highest index of severe CAP was the law group (10.5%) and the lowest in civil engineering, which did not present any individual with this characterization. The results showed that there is no significant difference between the groups. Therefore, more in-depth studies are necessary, using other tools associated with the questionnaire Scale of Food Compulsion - BES, and creating links so that there is a better evaluation of the participants, verifying the real index of the disorder within the universities and encouraging the creation of measures to help and raise awareness about the seriousness of this eating disorder.

**Keywords:** Food compulsion; eating behavior; emotions; anxiety; universities.

## LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Caracterização da amostra estudada segundo variáveis sociodemográficas.....	16
Tabela 2 - Caracterização da amostra geral em relação aos níveis de compulsão alimentar .....	17
Tabela 3 - Percentual de alunos participantes divididos por curso, períodos e classificação quanto ao CAP.....	18

## **LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS**

CAP  
UFT

Compulsão Alimentar Periódica  
Universidade Federal do Tocantins

## SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	11
2. OBJETIVOS.....	13
2.1 Objetivo Geral.....	13
2.2 Objetivos Específicos.....	13
3. METODOLOGIA.....	14
3.1 Coleta de dados.....	14
3.2 Instrumentos de coleta de dados.....	14
4. RESULTADOS.....	16
5. DISCUSSÃO.....	20
6. CONCLUSÃO.....	22
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	23
APÊNDICES.....	25
APÊNDICE A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO.....	25
APÊNDICE B – QUESTIONÁRIO DA PESQUISA.....	28

## 1. INTRODUÇÃO

De acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtorno Mentais - DMS V, os transtornos alimentares são caracterizados por uma perturbação persistente na alimentação ou no comportamento relacionado à alimentação, o que gera um consumo alimentar alterado e que compromete significativamente a saúde física ou o funcionamento psicossocial. São descritas três categorias de diagnósticos principais nos transtornos alimentares: a anorexia nervosa, bulimia nervosa e transtorno de compulsão alimentar periódica. (DSM V, 2014)

Compulsão Alimentar, conhecido em inglês como *binge eating*, é caracterizado pela ingestão de grande quantidade de comida em um período delimitado (até 2 horas), acompanhado da sensação de perda de controle sobre o que ou o quanto se come. Porém, quando os episódios de compulsão alimentar acontecem pelo menos 2 dias por semana, num período de 6 meses, associados a perda de controle, mas não são acompanhados de comportamentos compensatórios dirigidos para a perda de peso, denomina-se Transtorno da Compulsão Alimentar (TCA) – *binge eating disorder*. (VITOLLO; BORTOLINI; HORTA, 2005)

A Compulsão Alimentar Periódica pode ser associada a sintomas como comer muito e mais rápido que o normal, comer até sentir-se incomodado, ingerir grandes quantidades de alimento mesmo sem estar com fome, comer sozinho ou escondido em razão da vergonha diante da quantidade ingerida e sentir repulsa, vergonha, culpa ou raiva de si mesmo após a compulsão. (NUNES, 2013)

A obesidade, mesmo não sendo um critério de diagnóstico de CA (Compulsão Alimentar), está associada frequentemente com esse transtorno. Segundo estudos, aproximadamente 30% dos indivíduos obesos que procuram tratamento para perda de peso apresentam esse transtorno. (MARQUES; BALDESSIN, 2016). De acordo com um estudo publicado na revista Lancet, nos últimos 30 anos, nenhum país conseguiu elaborar estratégias para reverter a epidemia de obesidade de forma consistente. (KLEINERT; HORTON, 2015)

Além disso, a transição da adolescência para a fase adulta, fase do ciclo vital em que se encontram grande parte dos universitários vem com grandes responsabilidades acerca de carreira, tarefas e estilo de vida, o que torna essa faixa etária vulnerável a modelos sociais. (VITOLLO; BORTOLINI; HORTA, 2005). Desta forma, quando se ingressa na universidade se constroem uma nova rotina, obrigações, isso faz com que o espaço se torne ansiógeno, e essas

alterações no modo de vida podem causar alterações no comportamento alimentar. (CATELAN; QUAGLIA; SILVA, 2015)

Assim, observando os motivos que levam a um quadro de ansiedade durante os estudos na universidade como provas, trabalhos, e outras preocupações, observou-se que muitos estudantes, utilizam a comida como uma forma de fugir e/ ou reduzir o estresse e sobrecarga que está presente dentro das universidades, além de ser um assunto pouco discutido nas instituições. Dessa forma, realizou-se um estudo com o objetivo de verificar a prevalência de Compulsão Alimentar em estudantes da Universidade Federal do Tocantins, campus Palmas.

## **2. OBJETIVOS**

### 2.1 Objetivos Específicos

- Averiguar os sintomas de compulsão alimentar presentes nos indivíduos estudados.
- Avaliar em qual área dos cursos de graduação da Universidade Federal do Tocantins, campus Palmas, apresentam maior índice de casos de compulsão alimentar.

### **3. METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo transversal, realizado na Universidade Federal do Tocantins - Campus Palmas com acadêmicos dos cursos de Direito Diurno, Engenharia Civil e Nutrição, maiores de 18 anos, matriculados e frequentando regularmente os cursos. Tais cursos foram escolhidos por serem um de biológicas, um de extras e um de humanas, sendo possível verificar se há diferença de CAP em cada área.

Para o cálculo amostral considerou-se o número de alunos ingressos nos três cursos nos anos de 2015 e 2016, sendo realizado cálculo no programa Open Epi com 95% de Intervalo de Confiança. 80% de resposta, 50% de presença de compulsão alimentar e amostra aleatória proporcional à quantidade de alunos por curso em cada semestre de ingresso. Portanto, do total de 359 alunos dos três cursos, foram sorteados aleatoriamente 186 para participar da pesquisa, sendo 43 do curso de Direito Diurno (23,12%), 74 da Engenharia Civil (39,78%) e 60 estudantes de Nutrição (37,10%).

#### **3.1 Coleta de dados**

A coleta de dados iniciou-se somente após aprovação do projeto de pesquisa pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da UFT (Número do Parecer do CEP:3.103.640) e a inclusão dos participantes na pesquisa ocorreu após assinatura do TCLE (Termo de Consentimento Livre e Esclarecido). (APÊNDICE A). Os dados foram coletados na primeira quinzena de Agosto de 2018, pelas pesquisadoras Milena Layane Reis Gama de Sena e Sarah Adrielle Nascimento Souza.

#### **3.2 Instrumentos de coleta de dados**

Para coleta de dados foi utilizado o questionário de Escala de compulsão alimentar periódica - BES, desenvolvido por Gormally, Black, Daston e Rardin (1982), tradução de Freitas S, Appolinario (2001), composto por 16 itens e 62 afirmativas, (APÊNDICE B), onde foram assinaladas em cada item a afirmativa que mais se adequava ao perfil do entrevistado. Ainda foram acrescentados dados em relação a outros transtornos alimentares, caso o participante relatasse outro transtorno associado e como se sentia respondendo a esse questionário.

As pesquisadoras foram nas salas dos cursos selecionados comunicando sobre a pesquisa e que um questionário sobre compulsão alimentar que estaria sendo aplicado, e os indivíduos

que tivessem interesse em participar deveriam realizar agendamento, dentro do seu horário disponível. A aplicação teve duração de 15 a 30 minutos e foi realizado no ambulatório de Nutrição da Universidade Federal do Tocantins, campus Palmas, com data marcada no período da primeira quinzena de agosto de 2018, das 08:00 horas às 18:00 horas.

A análise estatística foi realizada por meio do Statistical Package of Social Science (SPSS) versão 20.0, utilizou-se análise descritiva de frequência, medidas de tendência central e dispersão, testes de homogeneidade da amostra por Skwness, Kurtosis, Gráfico de Histograma e Shapiro-Wilk. A comparação dos dados foi realizada por teste qui-quadrado, teste t-student, teste de Mc Nemar, ANOVA e Kruskal-Wallis, considerando valor de significância de 5%.

Os resultados foram medidos de acordo com a grade de correção da escala de compulsão alimentar periódica e a tabela de classificação de grau de compulsão alimentar de acordo com o score final.

#### 4. RESULTADOS

A amostra foi composta por 71 estudantes da Universidade Federal do Tocantins, campus Palmas, sendo 19 do curso de direito, 07 de engenharia civil e 45 de nutrição. Devido à baixa adesão do questionário por parte dos cursos, o número de público-alvo não foi atendido.

Para classificar compulsão alimentar e outros comportamentos alimentares entre os estudantes, foi utilizada uma grade de correção da escala de compulsão alimentar periódica e a tabela de classificação de grau de compulsão alimentar de acordo com o score final e de acordo com a pontuação final obtida, os participantes foram classificados como sem CAP (Compulsão Alimentar Periódica), quando a pontuação menor que 17, CAP moderada para pontuação entre 18 e 26 e CAP grave para pontuação maior que 27. A amostra foi em sua maioria do sexo feminino com 78,9 % (Tabela 1).

Tabela 1. Caracterização da amostra estudada segundo sexo, Palmas –TO, Brasil. 2018.

<b>SEXO</b>	<b>FREQUÊNCIA</b>	<b>FREQUÊNCIA</b>
	<b>ABSOLUTA (n=71)</b>	<b>RELATIVA (%)</b>
FEMININO	56	78,9
MASCULINO	15	21,1

Do total de discentes avaliados, 5,6% foram classificados com CAP grave, 7% com CAP moderada e 87,3% sem CAP (Tabela 2). Avaliando cada curso individualmente, o curso de direito e nutrição apresentaram 10,5% e 4,4% dos alunos classificados com CAP grave e moderada, respectivamente. O curso de engenharia, não apresentou nenhum índice quanto CAP grave (Gráfico 1).

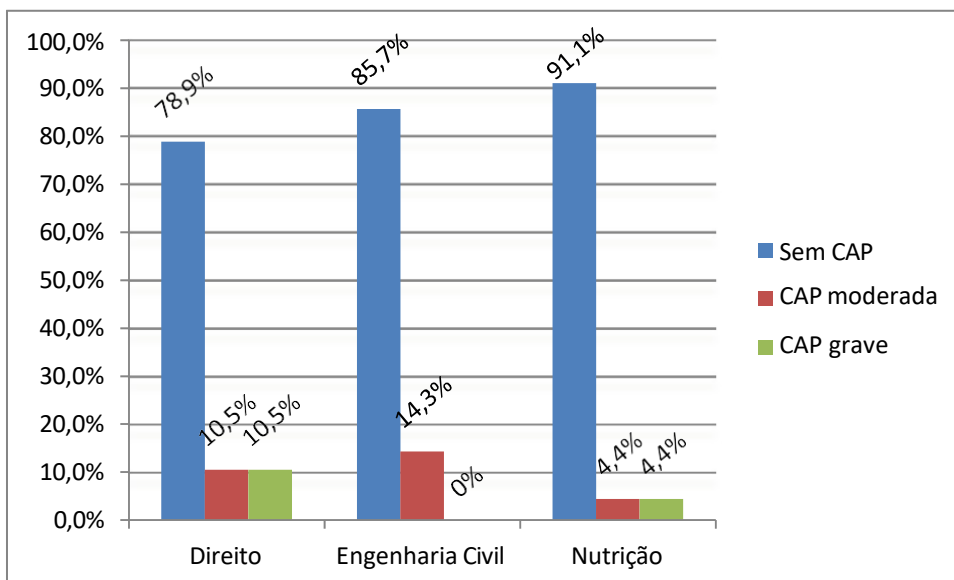
Tabela 2. Caracterização da amostra geral em relação aos níveis de compulsão alimentar. Palmas-TO, Brasil, 2018.

<b>CLASSIFICAÇÃO</b>	<b>FREQUÊNCIA ABSOLUTA</b>	<b>FREQUÊNCIA RELATIVA (%)</b>
CAP grave	4	5,6
CAP moderada	5	7,0
Sem CAP	62	87,3
<b>TOTAL</b>	<b>71</b>	<b>100</b>

Legenda: CAP: Compulsão Alimentar Periódica.

Avaliando a classificação sem CAP, o grupo com maior índice foi o de nutrição com 91,1%, seguido por engenharia civil com 85,7% e direito 78,9%.

Gráfico 1. Compulsão Alimentar entre universitários – análise por área de estudo. Palmas – TO, Brasil, 2018.



Avaliando outros critérios, comparando-os com cada curso, tem-se que o grupo com maior participação foram os alunos matriculados do 5º ao 7º período, com um percentual de 66,7%, períodos no qual os discentes estão mais inseridos na universidade. Na tabela 3, têm-se a análise de dados fazendo comparação dos resultados do grupo de nutrição com as informações

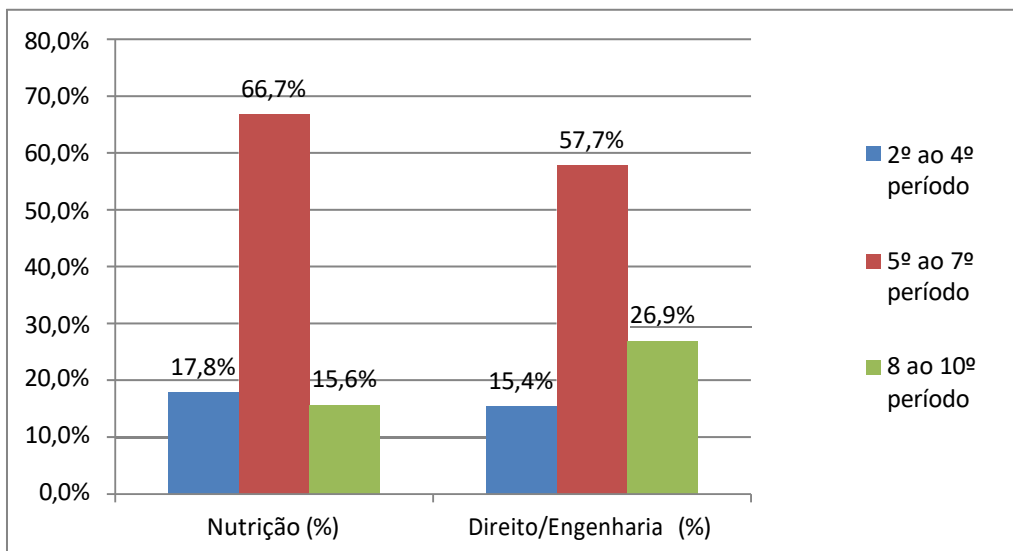
de engenharia civil e direito juntas. Quando realizado o teste de qui-quadrado, demonstrou-se que não há diferença significativa entre os grupos.

Tabela 3. Percentual de alunos participantes divididos por curso, períodos e classificação quanto ao CAP. Palmas – TO, Brasil, 2018.

	Nutrição (N=45)		Direito/Engenharia (N=26)		$\chi^2$
	FR (n)	FA (%)	FR (n)	FA (%)	
<b>Períodos</b>					
2º ao 4º	8	17,8	4	15,4	0,231
5º ao 7º	30	66,7	15	57,7	
8º ao 10º	7	15,6	7	26,9	
<b>Classificação</b>					
Sem CAP	41	91,1	21	80,8	0,43
CAP Moderado	2	4,4	3	11,5	
CAP Grave	2	4,4	2	7,7	

Legenda: FA: Frequência Absoluta; FR: Frequência Relativa;  $\chi^2$ : Qui-quadrado; CAP: Compulsão Alimentar Periódica.

Gráfico 3. Gráfico demonstrando o percentual de participantes de acordo com o período em que estão matriculados.



Analisando os dados, observou-se que os estudantes com maior pontuação nos questionários foram da área de ciências humanas. Vale ainda ressaltar que os estudantes da área de exatas foram os que obtiveram menor interesse em participar da pesquisa. A maior adesão foi da área de ciências biológicas, com maior interesse em participar do estudo e se apresentando em maior número.

## 5. DISCUSSÃO

Sabemos que muitos alunos dentro das universidades passam por um processo de aumento de estresse, e nem sempre isso é expressado. A compulsão Alimentar é uma das características de pessoas que estão com um nível de ansiedade e estresse elevado.

No ambiente acadêmico, a resolução de problemas se faz imperiosa. Devemos relatar que os estudantes universitários passam por momentos de mudança, desenvolvimento, frustração, crescimento, temores e angústias. Assim, o ambiente que contribuiria na edificação do conhecimento e ser a base para as suas experiências de formação profissional se torna, por vezes, o gatilho para distúrbios patológicos, quando ocorre uma exacerbação da problemática do estresse acadêmico nos estudantes (MONTEIRO et al., 2007).

Como relatado anteriormente, da amostra total, 5,6% apresentaram CAP grave e 7,0% CAP moderada. Segundo Lourenço 2016, o comportamento alimentar pode ser bastante afetado pelas emoções, visto que as suas escolhas alimentares, as quantidades ingeridas e a frequência das refeições dependem de vários fatores, sendo um deles as emoções e não apenas as suas necessidades fisiológicas.

Os resultados do teste de qui-quadrado para avaliar se houve diferença significativa entre os grupos mostrou que não há diferença significativa entre os grupos, ressaltando que a hipótese de que os cursos se diferem quanto à presença desse transtorno alimentar é nula.

Quando comparamos o presente estudo com o de Vitolo 2006, que avaliou o índice de compulsão alimentar em alunas das áreas de exatas, saúde e humanas, as participantes da área de saúde obtiveram maior índice do transtorno alimentar, com 20,7%, enquanto as alunas da área de humanas obtiveram um índice menor, com 16,4%. Já no presente trabalho, alunos dos cursos de humanas e exatas que apresentaram um maior percentual em relação ao transtorno.

Segundo Marques, 2013 averiguar a compulsão alimentar em universitários é importante e pode ser explicado pela maior tendência dessa população em ter padrões alimentares infrequentes, muitas vezes, relacionados a experiências negativas. E além de evidente que em meio universitário é visto por desafiador, levando ao estresse e ansiedade, e conseqüentemente aos estudantes um padrão alimentar desfavorável.

Nota-se ainda que o questionário utilizado de forma isolada não é uma ferramenta segura de análise, pois é necessário que haja um vínculo com o paciente para estimulá-lo confiança. Frases como “precisa ler para responder?” ou “é muito texto” eram ouvidas constantemente nos questionários respondidos presencialmente, principalmente pelos alunos de direito e engenharia civil, nessas ocasiões foi explicado ao participante a finalidade do estudo e sua importância. Alunos da nutrição mostravam maior curiosidade sobre o assunto referindo-se a pesquisa como “assunto interessante”, “assunto que precisa de atenção” e alguns poucos de direito diziam “assunto importante de ser investigado na universidade”.

No estudo de Bolognese 2018, realizado com adolescentes sobrepeso e obesos, cerca de 29,3 % e 5 % apresentaram a CAP moderada e a CAP grave, respectivamente.

O estudo de Fernandes, 2014, que avaliou a compulsão alimentar no ambiente acadêmico, utilizando o questionário autoaplicável denominado Escala de Compulsão Alimentar Periódico, obteve uma maior pontuação na área das ciências biológicas com 44%, o que entra em desacordo com os resultados do presente artigo, que mostrou maior índice no curso da área de humanas e exatas.

Surgiram desafios no momento da coleta de dados, pois o questionário foi fechado e aplicado sem a formação de um vínculo para que o participante pudesse se sentir à vontade para expor seus sentimentos e responder de uma forma aberta e entregue para o processo. Segundo Ribeiro 2016, é pela avaliação do discurso e do comportamento do paciente que se é possível efetivar o diagnóstico de Compulsão Alimentar e ainda diz que após o diagnóstico, a forma de comunicar com o paciente deve ser calma, positiva e privada, mostrando a importância de um atendimento acolhedor para o comprometimento do paciente com o tratamento.

Estudantes de ensino superior, devido seus estudos possuem uma rotina de vida agitada e pode levar há terem o transtorno alimentar segundo Vitolo et al. (2006), com isso o estudo relacionou a escolaridade com a compulsão alimentar periódica. Os resultados alcançados neste trabalho não foram estatisticamente significativos, o que se deu pela baixa adesão dos estudantes a pesquisa e podendo também ter-se avaliado outros determinantes como o uso de dados como IMC e a existência da obesidade e sobrepeso.

Outras escalas poderiam ser usadas além do BES são; Questionnaire of Eating and Weight Patterns - Revised (QEWPR) criado para o diagnóstico do transtorno da compulsão alimentar

periódica (TCAP) e de quadros subclínicos de compulsão alimentar (Spitzer et al.,1993); Questionnaire of Eating and Weight Patterns - Revised (QEWPR) criado para o diagnóstico do transtorno da compulsão alimentar periódica (TCAP) e de quadros subclínicos de compulsão alimentar (Spitzer et al.,1993).

## **6. CONCLUSÃO**

Situações de estresse, ansiedade podem levar aos estudantes a procurarem controlar suas emoções através de ingestão alimentar compulsiva e tal estudo mostra que o comportamento é presente no âmbito acadêmico, porém faz-se necessários estudos mais aprofundados, utilizando outras ferramentas associadas ao questionário Escala de Compulsão Alimentar – BES, e principalmente, criando vínculo com os participantes para que haja melhor avaliação dos participantes, verificando o real índice do transtorno dentro das universidades e incentivando a criação de medidas para ajudar e conscientizar sobre a seriedade desse transtorno alimentar.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

American Psychiatric Association. DSM V - Manual diagnóstico e estatístico de transtorno.

Porto Alegre 2014.

CATELAN, A. C.; QUAGLIA, C. A.; SILVA, L. A. Ansiedade e Comportamento Alimentar em Universitários. 2015.

OLIVEIRA, RODRIGUES, FERNANDA; MATTA, NAYARA CRISTINE; JAPUR, CREMONEZI, CAMILA. Associação entre estresse e comportamento alimentar em estudantes universitários. 2016.

FREITAS S et al. Tradução e adaptação para o português da Escala de Compulsão Alimentar Periódica. Rev Bras Psiquiatr 23(4):215-20,2001.

MENEZES, GALVÃO, VALOIS, IOLANDA. análise de evidências de validade e consistência interna do questionário sobre padrões de alimentação e peso revisado. (QEWPR). OSASCO. 2014.

KLEINERT S; HORTON R. Rethinking and reframing obesity. Jour The Lancet. 10.1016/S0140-6736(15)60163-5 VOL. 385, 2015.

MARQUES, E.; BALDESSIN, A. Obesidade associada ao Transtorno de Compulsão Alimentar Periódica: Breve Aporte do Tratamento da Terapia Cognitivo Comportamental. Disponível em < [www.psicologia.pt](http://www.psicologia.pt) > Acesso em 20 de março de 2018.

MONTEIRO, C. F. de S.; FREITAS, J. F. de M.; RIBEIRO, A. A. P. Estresse no Cotidiano dos Alunos de Enfermagem da UFPI. Escola Anna Nery Revista Enfermagem, v. 1, n. 11, p. 66 – 72. 2007.

NUNES, Renato. Transtorno da Compulsão Alimentar Periódica (TCAP) e a abordagem da Terapia Cognitiva Comportamental (TCC). Juiz de Fora, 2013.

RIBEIRO, Rita. Compulsão alimentar um encontro entre a nutrição e a psicologia. Psicologia o portal dos psicólogos. 2016.

SOUZA. et al. Ansiedade e alimentação: uma análise inter-relacional. In: II CONGRESSO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE.

VITOLO, M. R.; BORTOLINI, G. A.; HORTA, R. L. Prevalência de compulsão alimentar entre universitárias de diferentes áreas de estudo. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**. Rio Grande do Sul, v. 28(1):20-26, jan/abr 2006.

## APÊNDICES

### APÊNDICE A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

#### UNIVERSIDADE FEDERAL DO TOCANTINS TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Convidamos o (a) Sr. (a) para participar da Pesquisa: Avaliação da presença de compulsão alimentar e outros comportamentos alimentares entre os estudantes da universidade federal do Tocantins: seus sintomas e impactos, sob a responsabilidade da pesquisadora Simone Brasil Santos, a qual pretende realizar um estudo sobre a compulsão alimentar, visando identificar o número de universitários que são acometidos por tal transtorno e se tem conhecimento. Além de mensurar os efeitos desse distúrbio alimentar na vida acadêmica.

Observando os motivos que levam a um quadro de ansiedade durante os estudos na universidade como provas, trabalhos, diferentes preocupações, observou-se que muitos estudantes, utilizam a comida como uma forma de fugir e/ ou reduzir o estresse e sobrecarga que está presente dentro das universidades. Dessa forma, decidiu-se realizar um estudo para verificar o índice de estudantes que apresentam Compulsão Alimentar.

Para coleta de dados será utilizado o questionário de Escala de compulsão alimentar periódica - BES, composto por 16 itens e 62 afirmativas, onde deverão ser assinaladas em cada item a afirmativa que mais se adequa ao perfil do entrevistado. Ainda serão acrescentados dados em relação a outros transtornos alimentares, caso ela tenha outro associado e como ela se sente respondendo a esse questionário.

Sua participação é voluntária e se dará por meio de preenchimento do questionário, aonde será avaliado o índice de compulsão alimentar do participante. Caso esse procedimento possa gerar algum tipo de constrangimento, você não precisa realizá-lo. E caso precise será fornecido a assistência necessária, como atendimento especializado, encaminhado para a rede de atenção básica de saúde e o de centro de atenção psicossocial da Prefeitura de Palmas.

Se você aceitar participar, estará contribuindo para a pesquisa em que irá mostrar os níveis da compulsão alimentar dentro da Universidade Federal do Tocantins, campus Palmas, servindo

como alerta e mostrando a importância de se abordar mais sobre o assunto na Instituição, além de fornecer informações relevantes para a criação de ações em saúde dentro da Universidade.

Os riscos decorrentes de sua participação na pesquisa são o surgimento de constrangimento na hora de responder as perguntas do questionário, sentir que sua privacidade está sendo invadida, lembranças podem acarretar sentimento de culpa por algum episódio de compulsão alimentar.

O participante ele poderá ter acesso a pesquisa a qualquer momento que quiser. A sua participação é voluntária e a recusa em participar não irá acarretar qualquer penalidade ou perda de benefícios. Se depois de consentir em sua participação o Sr.(a) desistir de continuar participando, tem o direito e a liberdade de retirar seu consentimento em qualquer fase da pesquisa, seja antes ou depois da coleta dos dados, independente do motivo e sem nenhum prejuízo a sua pessoa. O (a) Sr.(a) não terá nenhuma despesa e não receberá nenhuma remuneração. Os resultados da pesquisa serão analisados e publicados, mas sua identidade não será divulgada, sendo guardada em sigilo. Para obtenção de qualquer tipo de informação sobre os seus dados, esclarecimentos, ou críticas, em qualquer fase do estudo, o (a) Sr.(a) poderá entrar em contato com o pesquisador responsável no endereço Avenida NS 15, Quadra 109 Norte - Plano Diretor Norte, CEP 77001-090, no Bloco de Apoio Logístico e Administrativo II, sala 9C ou pelo telefone (31)988845252, simonebrasil@uft.edu.br. Em caso de dúvidas quanto aos aspectos éticos da pesquisa o(a) Sr.(a) poderá entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa – CEP/UFT. O Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CEP) é composto por um grupo de pessoas que estão trabalhando para garantir que seus direitos como participante de pesquisa sejam respeitados. Ele tem a obrigação de avaliar se a pesquisa foi planejada e se está sendo executada de forma ética. Se você achar que a pesquisa não está sendo realizada da forma como você imaginou ou que está sendo prejudicado de alguma forma, você pode entrar em contato com o CEP da Universidade Federal do Tocantins pelo telefone 63 3229 4023, pelo email: cep\_uft@uft.edu.br, ou Quadra 109 Norte, Av. Ns 15, ALCNO 14, Prédio do Almoxarifado, CEP-UFT 77001-090 - Palmas/TO. O (A) Sr. (a) pode inclusive fazer a reclamação sem se identificar, se preferir. O horário de atendimento do CEP é de segunda e terça das 14 às 17 horas e quarta e quinta das 9 às 12 horas.

Este documento é emitido em duas vias que serão ambas assinadas por mim e pelo sr. (a), ficando uma via com cada um de nós.

Eu \_\_\_\_\_, fui informado sobre o que o pesquisador quer fazer e porque precisa da minha colaboração, e entendi a explicação. Por isso, eu concordo em participar do projeto, sabendo que não receberei nenhum tipo de compensação financeira pela minha participação neste estudo e que posso sair quando quiser.

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

---

Assinatura do participante da pesquisa

---

Assinatura do pesquisador responsável

## APÊNDICE B – QUESTIONÁRIO DA PESQUISA

CURSO: \_\_\_\_\_

Período: \_\_\_\_\_

### ESCALA DE COMPULSÃO ALIMENTAR PERIÓDICA BES (BINGE EATING SCALE)

Autores: Gormally J, Black S, Daston S, Rardin D. (1982).  
Tradutores: Freitas S, Appolinario JC. (2001).

*Você encontrará abaixo grupos de afirmações numeradas. Leia todas as afirmações em cada grupo e marque, nesta folha, aquela que melhor descreve o modo como você se sente em relação aos problemas que tem para controlar seu comportamento alimentar.*

#### # 1

- ( ) 1. Eu não me sinto constrangido(a) com o meu peso ou o tamanho do meu corpo quando estou com outras pessoas.
- ( ) 2. Eu me sinto preocupado(a) em como pareço para os outros, mas isto, normalmente, não me faz sentir desapontado(a) comigo mesmo(a).
- ( ) 3. Eu fico mesmo constrangido(a) com a minha aparência e o meu peso, o que me faz sentir desapontado(a) comigo mesmo(a).
- ( ) 4. Eu me sinto muito constrangido(a) com o meu peso e, freqüentemente, sinto muita vergonha e desprezo por mim mesmo(a). Tento evitar contatos sociais por causa desse constrangimento.

#### # 2

- ( ) 1. Eu não tenho nenhuma dificuldade para comer devagar, de maneira apropriada. ( ) 2. Embora pareça que eu devore os alimentos, não acabo me sentindo empanturrado(a) por comer demais.
- ( ) 3. Às vezes tendo a comer rapidamente, sentindo-me então desconfortavelmente cheio(a) depois. ( ) 4. Eu tenho o hábito de engolir minha comida sem realmente mastigá-la. Quando isto acontece, em geral me sinto desconfortavelmente empanturrado(a) por ter comido demais.

#### # 3

- ( ) 1. Eu me sinto capaz de controlar meus impulsos para comer, quando eu quero.
- ( ) 2. Eu sinto que tenho falhado em controlar meu comportamento alimentar mais do que a média das pessoas.
- ( ) 3. Eu me sinto totalmente incapaz de controlar meus impulsos para comer.

( ) 4. Por me sentir tão incapaz de controlar meu comportamento alimentar, entro em desespero tentando manter o controle.

#### # 4

( ) 1. Eu não tenho o hábito de comer quando estou chateado(a).

( ) 2. Às vezes eu como quando estou chateado(a) mas, freqüentemente, sou capaz de me ocupar e afastar minha mente da comida.

( ) 3. Eu tenho o hábito regular de comer quando estou chateado(a) mas, de vez em quando, posso usar alguma outra atividade para afastar minha mente da comida.

( ) 4. Eu tenho o forte hábito de comer quando estou chateado(a). Nada parece me ajudar a parar com esse hábito.

#### # 5

( ) 1. Normalmente quando como alguma coisa é porque estou fisicamente com fome.

( ) 2. De vez em quando como alguma coisa por impulso, mesmo quando não estou realmente com fome.

( ) 3. Eu tenho o hábito regular de comer alimentos que realmente não aprecio para satisfazer uma sensação de fome, mesmo que fisicamente eu não necessite de comida.

( ) 4. Mesmo que não esteja fisicamente com fome, tenho uma sensação de fome em minha boca que somente parece ser satisfeita quando eu como um alimento, tipo um sanduíche, que enche a minha boca. Às vezes, quando eu como o alimento para satisfazer minha “fome na boca”, em seguida eu o cuspo, assim não ganharei peso.

#### # 6

( ) 1. Eu não sinto qualquer culpa ou ódio de mim mesmo(a) depois de comer demais.

( ) 2. De vez em quando sinto culpa ou ódio de mim mesmo(a) depois de comer demais.

( ) 3. Quase o tempo todo sinto muita culpa ou ódio de mim mesmo(a) depois de comer demais.

#### # 7

( ) 1. Eu não perco o controle total da minha alimentação quando estou em dieta, mesmo após períodos em que como demais.

( ) 2. Às vezes, quando estou em dieta e como um alimento proibido, sinto como se tivesse estragado tudo e como ainda mais.

( ) 3. Frequentemente, quando como demais durante uma dieta, tenho o hábito de dizer para mim mesmo(a): “agora que estraguei tudo, porque não irei até o fim”. Quando isto acontece, eu como ainda mais.

( ) 4. Eu tenho o hábito regular de começar dietas rigorosas por mim mesmo(a), mas quebro as dietas entrando numa compulsão alimentar. Minha vida parece ser “uma festa” ou “um morrer de fome”.

## # 8

( ) 1. Eu raramente como tanta comida a ponto de me sentir desconfortavelmente empanturrado(a) depois.

( ) 2. Normalmente, cerca de uma vez por mês, como uma tal quantidade de comida que acabo me sentindo muito empanturrado(a).

( ) 3. Eu tenho períodos regulares durante o mês, quando como grandes quantidades de comida, seja na hora das refeições, seja nos lanches.

( ) 4. Eu como tanta comida que, regularmente, me sinto bastante desconfortável depois de comer e, algumas vezes, um pouco enjoado(a).

## # 9

( ) 1. Em geral, minha ingesta calórica não sobe a níveis muito altos, nem desce a níveis muito baixos.

( ) 2. Às vezes, depois de comer demais, tento reduzir minha ingesta calórica para quase nada, para compensar o excesso de calorias que ingeri.

( ) 3. Eu tenho o hábito regular de comer demais durante a noite. Parece que a minha rotina não é estar com fome de manhã, mas comer demais à noite.

( ) 4. Na minha vida adulta tenho tido períodos, que duram semanas, nos quais praticamente me mato de fome. Isto se segue a períodos em que como demais. Parece que vivo uma vida de “festa” ou de “morrer de fome”.

## #10

( ) 1. Normalmente eu sou capaz de parar de comer quando quero. Eu sei quando “já chega”.

( ) 2. De vez em quando, eu tenho uma compulsão para comer que parece que não posso controlar. ( ) 3. Frequentemente tenho fortes impulsos para comer que parece que não sou capaz de controlar, mas, em outras ocasiões, posso controlar meus impulsos para comer.

( ) 4. Eu me sinto incapaz de controlar impulsos para comer. Eu tenho medo de não ser capaz de parar de comer por vontade própria.

**#11**

- ( ) 1. Eu não tenho problema algum para parar de comer quando me sinto cheio(a).
- ( ) 2. Eu, normalmente, posso parar de comer quando me sinto cheio(a) mas, de vez em quando, comer demais me deixa desconfortavelmente empanturrado(a).
- ( ) 3. Eu tenho um problema para parar de comer uma vez que eu tenha começado e, normalmente, sinto-me desconfortavelmente empanturrado(a) depois que faço uma refeição.
- ( ) 4. Por eu ter o problema de não ser capaz de parar de comer quando quero, às vezes tenho que provocar o vômito, usar laxativos e/ou diuréticos para aliviar minha sensação de empanturramento.

**#12**

- ( ) 1. Parece que eu como tanto quando estou com os outros (reuniões familiares, sociais), como quando estou sozinho(a).
- ( ) 2. Às vezes, quando eu estou com outras pessoas, não como tanto quanto eu quero comer porque me sinto constrangido(a) com o meu comportamento alimentar.
- ( ) 3. Frequentemente eu como só uma pequena quantidade de comida quando outros estão presentes, pois me sinto muito embaraçado(a) com o meu comportamento alimentar.
- ( ) 4. Eu me sinto tão envergonhado(a) por comer demais que escolho horas para comer demais quando sei que ninguém me verá. Eu me sinto como uma pessoa que se esconde para comer.

**#13**

- ( ) 1. Eu faço três refeições ao dia com apenas um lanche ocasional entre as refeições.
- ( ) 2. Eu faço três refeições ao dia mas, normalmente, também lancho entre as refeições.
- ( ) 3. Quando eu faço lanches pesados, tenho o hábito de pular as refeições regulares.
- ( ) 4. Há períodos regulares em que parece que eu estou continuamente comendo, sem refeições planejadas.

**#14**

- ( ) 1. Eu não penso muito em tentar controlar impulsos indesejáveis para comer.
- ( ) 2. Pelo menos, em algum momento, sinto que meus pensamentos estão “pré-ocupados” com tentar controlar meus impulsos para comer.
- ( ) 3. Frequentemente, sinto que gasto muito tempo pensando no quanto comi ou tentando não comer mais.

( ) 4. Parece, para mim, que a maior parte das horas que passo acordado(a) estão “pré-ocupadas” por pensamentos sobre comer ou não comer. Sinto como se eu estivesse constantemente lutando para não comer.

### #15

( ) 1. Eu não penso muito sobre comida.

( ) 2. Eu tenho fortes desejos por comida, mas eles só duram curtos períodos de tempo.

( ) 3. Há dias em que parece que eu não posso pensar em mais nada a não ser comida.

( ) 4. Na maioria dos dias, meus pensamentos parecem estar “pré-ocupados” com comida. Sinto como se eu vivesse para comer.

### #16

( ) 1. Eu normalmente sei se estou ou não fisicamente com fome. Eu como a porção certa de comida para me satisfazer.

( ) 2. De vez em quando eu me sinto em dúvida para saber se estou ou não fisicamente com fome.

Nessas ocasiões é difícil saber quanto eu deveria comer para me satisfazer.

( ) 3. Mesmo que se eu pudesse saber quantas calorias eu deveria ingerir, não teria idéia alguma de qual seria a quantidade “normal” de comida para mim.