

ESTILOS ALIMENTARES EM MULHERES COM E SEM OBESIDADE

Isadora Moreira & Lisiane Bizarro

Instituto de Psicologia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Introdução

A obesidade é uma grave condição de saúde associada a uma ampla gama de comorbidades somáticas e psiquiátricas. Diversos estudos foram realizados na tentativa de identificar os comportamentos alimentares que predispõem à obesidade. Neste contexto, foi criado o questionário *Three-Factor Eating Questionnaire (TFEQ-R21)*¹, que divide o comportamento alimentar em três estilos: **Alimentação Emocional** (susceptibilidade a comer em resposta a estresse emocional e estados de humor negativos), **Restrição Cognitiva** (limitação auto imposta da ingestão alimentar para controle do peso corporal) e **Descontrole Alimentar** (tendência a perder o controle sobre comer ao sentir fome ou quando exposto a estímulos relacionados à comida, mesmo na ausência de fome fisiológica). Pesquisas anteriores^{2,3} indicam uma associação positiva entre escores elevados no TFEQ e ganho de peso ou maior Índice de Massa Corporal (IMC), o nosso estudo buscou contribuir para a investigação da relação entre essas variáveis..

Objetivo e Hipótese

O objetivo deste trabalho foi investigar diferenças em estilos alimentares (Alimentação Emocional, Restrição Cognitiva e Descontrole Alimentar) de mulheres com e sem obesidade. A hipótese foi de que esses três fatores apresentariam diferenças entre os dois grupos, com maiores escores para as mulheres com obesidade.



Referências

1. Natacci, L. C., & Ferreira Junior, M. (2011). The three factor eating questionnaire-R21: translation and administration to Brazilian women. *Rev. Nutr.*, 24(3), 383-394.
2. Lowe, M. R., Doshi, S. D., Katterman, S. N., & Feig, E. H. (2013). Dieting and restrained eating as prospective predictors of weight gain. *Front Psychol*, 4, 577.
3. Koenders, P. G., & van Strien, T. (2011). Emotional eating, rather than lifestyle behavior, drives weight gain in a prospective study in 1562 employees. *J Occup Environ Med*, 53(11), 1287-1293.

Método

Foram incluídos neste trabalho dados de 35 mulheres com obesidade (IMC \geq 30 kg/ m²) e 43 sem obesidade (IMC \leq 25 kg/m²), com idade a partir de 18 anos recrutadas nos Campi da UFRGS e de outras universidades, além de divulgação em jornal e online – portal da UFRGS e redes sociais. As participantes assinaram Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e responderam ao TFEQ-R21. Foi conduzido teste *t* para amostras independentes comparando os grupos com obesidade e peso normal para a médias nos três fatores do TFEQ.

Resultados

	Obesas n = 35 Média (DP)	Peso normal n = 43 Média (DP)	p
Idade (anos)	35,2 (4,0)	23,3 (1,8)	-
IMC (kg/m ²)	21,0 (5,2)	36,9 (2,2)	-
AE	45,8 (20,5)	47,9 (28,1)	0,71
RC	60,8 (15,4)	39,6 (24,3)	<0,001
DA	57,3 (13,8)	40,2 (18,5)	<0,001

AE=Alimentação Emocional; RC=Restrição Cognitiva; DA=Descontrole Alimentar

Conclusão

A hipótese de que os três fatores apresentariam diferenças entre mulheres com obesidade e peso normal, sendo mais elevado para as mulheres com obesidade foi parcialmente corroborada. Foram encontrados níveis similares de Alimentação Emocional entre as duas amostras ao contrário do esperado. Entretanto, os escores para o TFEQ nessa amostra diferiram dos encontrados no estudo de referência¹. Mais dados serão incluídos conforme o andamento do estudo maior e poderão elucidar tal achado. Achados futuros poderão contribuir para um melhor entendimento dos processos cognitivos-comportamentais envolvidos na obesidade facilitando a criação de estratégias de enfrentamento desta condição.