



## Relação entre a confiança nos sinais de fome e saciedade e o IMC em universitários da região sul do Brasil

Ana Corrêa Ruiz, Ana Maria Pandolfo Feoli (orientador)

*Escola de Ciências da Saúde e da Vida, PUCRS,*

Tipo de bolsa: BPA/PUCRS

### Resumo

A pandemia da covid-19 causou um aumento de estresse da população, devido às constantes notícias sobre as mortes causadas pelo vírus. Com isso, o isolamento social foi implementado e as universidades adotaram modelo de aulas *online*, a fim de conter a disseminação do vírus. Os universitários passam por períodos de estresse e muita exigência, que estão associados a uma maior propensão a desenvolver transtornos alimentares, ganho de peso e preocupações com imagem corporal. Todos esses fatores estão associados a uma relação conflituosa com o alimento. Uma das dimensões do comportamento alimentar afetada é a confiança nos sinais de fome e saciedade. Esse conceito diz respeito a seguir os sinais fisiológicos, ou seja, saber quando comer e quando parar de comer. Sendo assim, o objetivo deste estudo é relacionar a dimensão da escala do comer intuitivo “confiança nos sinais de fome e saciedade” (CSFS) com o IMC de universitários da região sul do Brasil durante a pandemia da covid-19. Este é um subprojeto do guarda-chuva intitulado: “Relação do comer intuitivo com o estado nutricional de universitários do Brasil”. Trata-se de um estudo quantitativo de delineamento transversal. Os participantes são universitários do sexo feminino e masculino matriculados em faculdades, centros universitários ou universidades de caráter público ou privado, com idade maior que 18 anos. A coleta foi realizada através do preenchimento de um formulário *online*, após a assinatura do termo de consentimento. A divulgação foi feita nas redes sociais e pelo envio de e-mails aos coordenadores de todos os cursos de instituições de ensino superior do sul do Brasil. Foi utilizada a *Intuitive Eating Scale 2* (IES-2), uma escala autoaplicável traduzida e adaptada para a população brasileira, para avaliar a CSFS que mensura o grau de confiança nos sinais de fome e saciedade. Altos escores estão relacionados com uma maior CSFS. Participaram do estudo 726 estudantes da região sul do Brasil, sendo 78,5% do Rio Grande do Sul, 9,5% de Santa Catarina e 12% do Paraná. A média de idade foi de  $26,25 \pm 7,6$  anos, composta majoritariamente pelo sexo feminino (81,7%). Foi realizado o teste ANOVA para comparar as médias da subescala CSFS com os níveis de IMC (baixo peso, eutrófico, sobrepeso e obesidade) no SPSS versão 21.0. Em nosso estudo observamos que os

universitários com sobrepeso e obesidade possuem menores índices de confiança nos sinais de fome e saciedade quando comparados aos eutróficos e com baixo peso.

**Palavras-chave:** estudantes; comportamento alimentar; sobrepeso; obesidade.

