



**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA – UniCEUB
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE
CURSO DE NUTRIÇÃO**

**ORTOREXIA NERVOSA ASSOCIADA À SATISFAÇÃO
CORPORAL: UMA ANÁLISE DOS ATLETAS ATENDIDOS
PELO PROJETO DE EXTENSÃO DO UNICEUB**

**Hugo Boschini Rodrigues
Pedro Plácido dos Santos Leite de Andrade
Orientadora: Michele Ferro de Amorim Cruz**

Brasília, 2019

RESUMO

Introdução: A ortorexia nervosa (ON) é um termo referido como uma fixação por alimentos saudáveis que pode levar a medidas perigosas de restrições alimentares, assim gerando uma falsa perspectiva de saúde fazendo com que esse distúrbio não seja visto como um problema grave. **Objetivo:** Identificar a tendência de ortorexia nervosa e sua associação a satisfação corporal em atletas do projeto de extensão do UniCEUB. **Metodologia:** Trata-se de um estudo de análise de corte transversal e caráter analítico. A pesquisa foi realizada com 18 atletas de baixa renda do projeto de extensão, sendo eles de ambos os sexos. Para avaliá-los foi utilizado o questionário ORTO-15 para verificar a tendência à ortorexia nervosa e o Body Shape Questionnaire (BSQ) para analisar a satisfação corporal. Para classificar o estado nutricional foi utilizado o índice de massa corporal (IMC – kg/m²). **Resultados:** Participaram do estudo 18 atletas de modalidades diferentes sendo eles atletas de futebol, ginástica acrobática, jiu-jitsu e boxe. Dentre eles com idade média de 14 anos (DP ± 6), sendo 72,2% (n=13) do sexo masculino. Com relação a classificação do estado nutricional, a maior parte deles (44,44%, n=8) foram classificados como eutróficos, 38,9% (n=7) apresentavam baixo peso e 16,66% (n=3) sobrepeso. Entre os atletas avaliados, 66,66% (n=12) apresentaram tendência à ON. Em relação à satisfação corporal, 38,88% (n=7) dos atletas afirmaram possuir algum grau de insatisfação corporal, variando de leve a moderado. **Conclusão:** De acordo com os resultados encontrados no presente estudo foi observado que mais da metade dos atletas atendidos pelo projeto de extensão do Uniceub apresentaram ter tendência a um comportamento ortoréxico. Isso significa que atletas de diversas modalidades esportivas parecem ser um grupo de risco para tendência à ON. No entanto, metade dos atletas que estavam com tendência à ON se encontravam no estado eutrófico, o que mostrou uma relação entre o comportamento ortoréxico e o estado nutricional.

Palavras-chave: Ortorexia nervosa, Transtornos da alimentação, Comportamento alimentar, Imagem corporal, Estado nutricional

INTRODUÇÃO

A preocupação com a vida saudável tem causado vários fatores que prejudicam a saúde humana. Dentre eles a imagem de que a “alimentação saudável” pode ser vista como algo perfeccionista e alimentação adequada como algo que foi recomendado nutricionalmente. No entanto, o ato de se alimentar de forma saudável não exige restrições, como por exemplo, taxar alimentos como “bons” ou “ruins” (MARTINS et al., 2011).

A ortorexia nervosa (ON) é um termo referido como um comportamento obsessivo por uma boa saúde alimentar, ou seja, uma fixação por “alimentos saudáveis” que podem acarretar em uma importante restrição alimentar. A ON foi citada pela primeira vez em 1997 pelo americano Bratman, que criou o termo “ortorexia”, que vem do latim orthos = correto e orexis = apetite, tendo o significado de “alimentação correta” (PONTES; MONTAGNER; MONTAGNER, 2014). Indivíduos ortoréxicos são extremamente preocupados com a qualidade, modo de preparo e matéria-prima dos alimentos, pois eles excluem os alimentos que consideram impuros, ou aqueles que apresentam substâncias artificiais com conservante, corante, ingredientes transgênicos, excesso de sal e gorduras menos saudáveis (SOUZA; RODRIGUES, 2014).

Prestar atenção nos alimentos que são ingeridos e preocupar-se com uma alimentação saudável é uma questão, em geral, excelente para a saúde e bem-estar. No entanto, isso pode ocasionar um disfarce na ON levando a uma falsa “perspectiva de saúde”, e então fazendo com que a ON não seja vista como um problema, considerando a dificuldade de compreender que comportamentos “saudáveis” ocasionam prejuízos à saúde (PENAFORTE et al., 2018).

Algumas modalidades esportivas exigem muito não só do desempenho esportivo dos atletas, mas também da aparência física dos mesmos. Na ginástica rítmica, por exemplo, preconiza-se que os atletas sejam mais leves e mais magros do que outros indivíduos da mesma idade, sendo que esta busca pelo perfil atlético adequado pode resultar em danos sérios para a saúde. A estreita relação entre imagem corporal e desempenho físico faz com que esses atletas sejam um grupo particularmente vulnerável a instalação de desordens alimentares, tendo em vista a ênfase dada ao controle de peso (KRAVCHYCHYN; SILVA; MACHADO, 2013).

Apesar de ser um tema consideravelmente novo na área, existem evidências que mostram que pessoas que se preocupam muito com o corpo e a saúde alimentar têm tendência a ON, evidenciando inclusive uma estreita relação entre satisfação corporal e o desenvolvimento da ON (SOUZA; RODRIGUES, 2014). Portanto, diante do exposto e considerando a relevância do tema, o presente estudo teve como objetivo identificar a tendência de ortorexia nervosa e

sua associação com a satisfação corporal de atletas participantes de um projeto de extensão do Centro Universitário De Brasília- Uniceub.

OBJETIVO

Objetivo primário

Identificar a tendência de ortorexia nervosa e sua associação a satisfação corporal em atletas do projeto de extensão do Centro Universitário De Brasília- UniCEUB.

MATERIAIS E MÉTODOS

Sujeitos da Pesquisa

Este estudo teve a participação de 18 atletas participantes do projeto de extensão do Centro Universitário de Brasília-UniCEUB, que são atendidos no CAC- Centro de atendimento Comunitário da mesma instituição com intuito de melhora de rendimento ou recuperação de lesões.

Desenho do estudo

Estudo de tipo corte transversal e caráter analítico.

Metodologia

O projeto de extensão de assistência à saúde de atletas visa oferecer atendimentos aos atletas de baixa renda do Distrito Federal nas áreas de nutrição e fisioterapia esportiva. Todos os atletas participantes da presente pesquisa foram entrevistados logo após o atendimento nutricional realizado pela equipe do projeto, facilitando dessa maneira a captação da amostra, ou seja, posteriormente o atendimento eles foram convidados a responderem os questionários.

Para a avaliação da ON foi utilizado um questionário autoaplicável o ORTO-15, composto por 15 questões que avaliam as atitudes das pessoas em relação à seleção, compra, preparo e consumo de alimentos. Cada questão mostra quatro opções de resposta (sempre, muitas vezes, algumas vezes, nunca), e cada resposta apresenta um tipo de pontuação de 1 a 4 pontos. Sendo assim a pontuação total do questionário é de no mínimo, 15 e, no máximo, 60 pontos. Pontuações abaixo de 40 pontos apontam um comportamento com tendências à ON (PONTES, J.B.; MONTAGNER, M.I.; MONTAGNER M.A., 2017) (ANEXO 1).

Para a avaliação da satisfação corporal foi utilizado o Body Shape Questionnaire (BSQ), que se trata de um questionário autoaplicável, composto por 34 perguntas, originalmente desenvolvido para mulheres, no entanto adaptado para ser usado com homens também. Portanto, a avaliação da satisfação corporal foi realizada em atletas de ambos os sexos. O instrumento aplicado para avaliar o grau de insatisfação é mostrado em uma escala de pontos, indo de 1 (nunca) a 6 (sempre). ” Pontuações menores que 80 sinalizam ausência de insatisfação com a imagem corporal; entre 80 e 110, insatisfação leve; entre 111 e 140, insatisfação moderada; e maior que 140, insatisfação grave” (PENAFORTE et al. 2017) (ANEXO 2).

Para a avaliação antropométrica, foram aferidos conforme as técnicas padronizadas de o peso (kg) e a altura (m), para calcular o índice de massa corporal (IMC – kg/m²). Vale ressaltar que essas medidas antropométricas já haviam sido feitas pela equipe de nutrição, e elas foram coletadas através dos dados secundários.

As aplicações desses questionários foram coletadas respectivamente durante o segundo semestre do ano, no período entre outubro e novembro de 2019.

Análise de dados

Após coletar os dados dos questionários, todos foram tabulados no programa Excel e analisados com o auxílio do programa de estatística *Statistical Package for the Social Sciences (SPSS)*. Foi utilizado o teste qui-quadrado como regra para analisar as associações entre: a ortorexia nervosa e a imagem corporal; ortorexia nervosa e estado nutricional; e a imagem corporal e o estado nutricional. No entanto, foi adotado o nível de significância de 5% para todas as análises.

Crítérios de Inclusão

A seleção da amostra incluiu atletas de todas as faixas etária, sendo eles atendidos no CAC por meio do projeto de extensão de assistência à saúde do atleta.

Crítérios de Exclusão

Seriam excluídos da pesquisa participantes que não respondessem o questionário adequadamente ou que tivessem algum diagnóstico de diabetes mellitus, doença cardiovascular ou hipertensão arterial sistêmica, devido ao fato dessas patologias exigirem orientações nutricionais específicas, ou seja, uma alimentação mais regrada e isso poderia trazer algum viés a pesquisa.

Aspectos Éticos

Os procedimentos metodológicos do presente trabalho foram preparados dentro dos procedimentos éticos e científicos fundamentais, como disposto na Resolução N.º 466, de 12 de dezembro de 2012 do Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde.

Antes da submissão do projeto ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), foi solicitada à instituição participante a assinatura no Termo de Aceite Institucional (APÊNDICE A). A coleta de dados foi iniciada apenas após a aprovação do referido comitê (sob o número 3.640.556/19), assinatura dos responsáveis legais (APÊNDICE B) e assinatura dos participantes do TCLE (APÊNDICE C). Na execução e divulgação dos resultados foi garantido o total sigilo da identidade dos participantes e a não discriminação ou estigmatização dos sujeitos da pesquisa, além da conscientização dos sujeitos quanto à publicação de seus dados.

RESULTADOS

Caracterização dos sujeitos

Participaram do estudo 18 atletas de modalidades diferentes sendo eles atletas de futebol, ginástica acrobática, jiu-jitsu e boxe. Dentre eles com idade média de 14 anos ($DP \pm 6$), sendo 72,2% (n=13) do sexo masculino. Com relação a classificação do estado nutricional, a maior parte deles (44,44%, n=8) foram classificados como eutróficos, 38,9% (n=7) apresentavam baixo peso e 16,66% (n=3) sobrepeso.

Ortorexia nervosa e satisfação corporal

Entre os atletas avaliados, 66,66% (n=12) apresentaram tendência à ON. Em relação à satisfação corporal, 38,88% (n=7) dos atletas afirmaram possuir algum grau de insatisfação corporal, variando de leve a moderado. Ao considerar os atletas com comportamento de risco para ON, observou-se que a maioria 66,66% (n=8) apresentou satisfação com a imagem corporal. Portanto, os dados analisados demonstram que não houve significância ($p=0,494$) entre a associação da ON e insatisfação corporal (Tabela 1).

Tabela 1. Divisão dos atletas de acordo com comportamento de tendência para ON e insatisfação corporal (n = 18).

Orto-15			
Sim	Não	Total	<i>p</i>

(BSQ)				
Sim	4	3	7	
Não	8	3	11	
Total	12	6	18	0,494

Ortorexia nervosa e estado nutricional

Ao avaliar a relação entre ON e o estado nutricional dos participantes da pesquisa, foi visto que a maioria dos indivíduos que apresentam comportamento para ON eram eutróficos 50% (n=6), comparado com os que apresentam baixo peso 33,33% (n=4) ou sobrepeso 16,66% (n=2). Ao avaliar de maneira separada os indivíduos de acordo com a classificação do estado nutricional e considerando a diferença nos tamanhos amostrais, observou-se que 57% (n=4) dos indivíduos de baixo peso apresenta comportamento de risco para ON, 66% (n= 2) dos indivíduos com sobrepeso e 75% (n=6) dos indivíduos eutróficos.

Tabela 2. Divisão dos atletas de acordo com comportamento de tendência para ON e o estado nutricional (n = 18).

	IMC			Total	<i>p</i>
	Baixo Peso	Eutrófico	Sobrepeso		
Orto15					
Sim	4	6	2	12	
Não	3	2	1	6	
Total	7	8	3	18	0,765

Imagem corporal e o estado nutricional

Com relação a imagem corporal e o estado nutricional não foi apresentada nenhuma associação significativa ($p=0,205$), pois foi observado que a maioria dos atletas 61,11% (n=11) não apresenta algum grau de insatisfação corporal (Tabela 3). Além disso, foi visto que a maioria dos indivíduos que apresenta insatisfação com a imagem corporal é eutrófico (57,14%, n=4). No entanto, ao avaliar de maneira separada de acordo com o estado nutricional e considerando a diferença nos tamanhos amostrais, observou-se que 50% (n=4) dos eutróficos, 14,28% (n=1) de baixo peso e 66,66% (n=2) de indivíduos com sobrepeso apresenta insatisfação com a imagem corporal.

Tabela 3. Divisão dos atletas de acordo com imagem corporal e o estado nutricional (n = 18).

(BSQ)	IMC			Total	p
	Baixo Peso	Eutrófico	Sobrepeso		
Sim	1	4	2	7	
Não	6	4	1	11	
Total	7	8	3	18	0,205

DISCUSSÃO

Atletas de diversas modalidades parecem ser um público vulnerável para desenvolver ON, visto que encaram alimentação como algo extremamente importante para melhora do seu desempenho esportivo. De fato, o presente estudo corroborou com essa afirmativa ao demonstrar que 66,66% dos atletas atendidos no projeto de extensão do Uniceub mostraram tendências de comportamentos de risco para ON.

Em relação a imagem corporal, foi encontrado um resultado sem significância na presente pesquisa ao observar que 61,11%(n=11) estão satisfeitos com seu corpo. Acredita-se que esse resultado foi encontrado devido a maioria dos atletas serem do sexo masculino.

Em estudo realizado por Iepsen e Silva (2012) intitulado: “ Prevalência e fatores associados à insatisfação com a imagem corporal de adolescentes de escolas do Ensino Médio da zona rural da região sul do Rio Grande do Sul, 2012”, e o resultado foi feito através do *Body Shape Questionnaire (BSQ)* que é um instrumento que avalia a imagem corporal, o mesmo utilizado no presente estudo, ao aplicar esse instrumento os autores verificaram que adolescentes do sexo feminino apresentaram maior probabilidade a ter algum grau de insatisfação corporal quando comparadas aos jovens do sexo masculino.

Ao avaliar especificamente os indivíduos com comportamento de risco para ON, foi visto que a maioria apresentou satisfação com a imagem corporal. Considerando esse resultado, Souza e Rodrigues (2018) apresentaram uma reflexão interessante acerca dessa temática ao afirmarem que indivíduos ortoréxicos são referidos por terem uma fixação por alimentos saudáveis, e não por satisfação corporal, o que pode explicar o resultado encontrado na presente pesquisa.

Ao avaliar o estado nutricional dos atletas, foi analisado maior predominância de eutrofia, o que firmou os resultados encontrados em outros estudos, com Marchi e Baratto (2018) que ao compararem o comportamento ortoréxico e o estado nutricional, observam que houve uma significativa (p=0,0358) associação entre essas duas variáveis, pois os indivíduos com

tendência para o comportamento ortoréxico foram aqueles que apresentaram IMC menor (entre 20 a 24,9). Já o estudo em questão verificou que entre os 18 atletas entrevistados 66,66% (n=12) deles apresentaram comportamento que confirma a tendência à ON, sendo que 50% (n=6) desses se encontram no estado eutrófico.

Corroborando com esses achados, o estudo de Souza e Rodrigues (2018) também demonstrou uma associação entre ON e o estado nutricional, e esse resultado mostra que a obsessão por uma boa saúde alimentar pode estar presente em indivíduos de estado nutricional eutrófico, pois neste estudo também houve um grande número de indivíduos com ON 87% (n=133), onde grande maioria 74,43% (n=99) deles se encontravam eutróficos, assim como no presente estudo.

De acordo com os resultados encontrados em relação a imagem corporal e o estado nutricional dos atletas, notou-se que neste estudo 66,66% (n=2) de indivíduos com sobrepeso apresentaram insatisfação com a imagem corporal, o que mostra que não houve significância entre essas duas variáveis. E essa relação pode ser explicada devido que na maioria dos estudos onde achou-se essa associação os indivíduos analisados estavam com excesso de peso, é por esse motivo mostravam algum tipo de insatisfação corporal, assim com Ferrari et al. (2012) mostraram em seu estudo.

Por ainda ser um tema consideravelmente novo na nutrição é aconselhável ter precaução na interpretação dos resultados deste estudo e de outros com a mesma temática. Pois as perguntas que consistem no Orto-15 podem levar a algum viés na pesquisa que faz algum indivíduo com restrição alimentar ou alimentação específica seja identificados com tendência à ON. No entanto, apesar de ser uma temática nova que necessita precaução em relação às prevalências encontradas, é fundamental um maior número de pesquisas para um melhor entendimento sobre o comportamento ortoréxico e as prováveis associações. E por esse motivo este presente estudo é importante, pois ele contribui para um maior conhecimento neste tema principalmente entre atletas.

CONCLUSÃO

De acordo com os resultados encontrados no presente estudo foi observado que mais da metade dos atletas atendidos pelo projeto de extensão do Uniceub apresentaram ter tendência a um comportamento ortoréxico. Isso significa que atletas de diversas modalidades esportivas parecem ser um grupo de risco para tendência à ON.

Ao associar o comportamento ortoréxico com a satisfação corporal, foi observado que não houve relação entre as variáveis, devido ao alto índice de satisfação corporal encontrado na pesquisa, porém ao relacionar a satisfação corporal e o estado nutricional pode-se observar que indivíduos com sobrepeso apresenta insatisfação com a imagem corporal.

No entanto, metade dos atletas que estavam com tendência à ON se encontravam no estado seu estado eutrófico, o que mostrou uma correlação entre o comportamento ortoréxico e o estado nutricional.

Tal achado sugere que é indispensável a argumentação dos conceitos de “alimentação saudável” durante a prescrição dietética dos atletas de diversas modalidades esportivas. Pois eles são um grupo que prioriza a alimentação, para obter um melhor rendimento no esporte. Porém, é necessário um maior número de estudos sobre o tema para ter um melhor aprofundamento sobre o presente estudo e suas associações.

REFERÊNCIAS

- CATALINA ZAMORA ML, BOTE BONAECHEA B, GARCÍA SÁNCHEZ F, RIOS RIAL B. [Orthorexia nervosa. A new eating behavior disorder?]. **Actas esp psiquiatr.** v.33, n.1, p.66-68, 2005.
- MARTINS, M.C.T.; ALVARENGA, M.S.; VARGAS, S.V.A; SATO, K.S.C.J.; SCAGLIUSI, F.B. Ortorexia nervosa: Reflexões sobre um novo conceito. **Rev Nutr.** v.24, n.2, p. 345-357, 2011.
- PENAFORTE, F. R. O.; BARROSO, S.M.; ARAÚJO M.E.; JAPUR, C.C. Ortorexia nervosa em estudantes de nutrição associações com o estado nutricional, satisfação corporal é período cursado. **Bras Psiquiatr.**v.67, n.1, p.18-24,2018.
- PONTES, J.B.; MONTAGNER, M.I.; MONTAGNER M.A. Ortorexia nervosa: adaptação cultural do orto-15. **Rev Demetra,** v.9, n.2, p. 533-548, 2014.
- SOUZA, Q.J.O.; RODRIGUES, A.M. Comportamento de risco para ortorexia nervosa em estudantes de nutrição. **J Bras Psiquiatr.** v.63, n.3, p.200-204, 2014.
- KRAVCHYCHYN, A.C.P.; SILVA, D.F.; MACHADO, F.A. Relação entre estado nutricional, adiposidade corporal, percepção de autoimagem corporal e risco para transtornos alimentares em atletas de modalidades coletivas do gênero feminino. **Rev. bras. educ. fís. esporte.** v. 27, n.3, p.4598-466, 2013.
- IEPSEN, A.M.; SILVA, M.C. Prevalência e fatores associados à insatisfação com a imagem corporal de adolescentes de escolas do Ensino Médio da zona rural da região sul do Rio Grande do Sul, 2012. **Epidemiol. Serv. Saúde.**v.23, n.2, p.317-325, 2014.
- Ferrari, E.P.; Gordia, A.P.; Martins, C.R.; D.A. Silva, D.A.; Quadros, T.M.; Petroski, E.L. Insatisfação com a imagem corporal e relação com o nível de atividade física e estado nutricional em universitários. **Motri.** v.8, n.3, p. 52-58, 2012.
- MARCHI, P.; INDIOMARA, B. Prevalencia de ortorexia nervosa em acadêmicos do curso de nutrição em uma instituição de ensino superior no sudeste do Paraná. **Rev. Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento.**v.12, n.74, p.699-706, 2018.

APÊNDICE A

Ao/À

Karina Aragão Nobre Mendonça
Coordenadora

Eu, Michele Ferro de Amorim responsável pela pesquisa "Ortorexia nervosa associada à satisfação corporal: uma análise dos atletas atendidos pelo projeto de extensão do UniCEUB", junto com os alunos Hugo Boschini Rodrigues e Pedro Plácido Dos Santos Leite de Andrade solicitamos autorização para desenvolvê-la nesta instituição, no período de agosto a outubro. O estudo tem como objetivo identificar a tendência de ortorexia nervosa e sua associação a satisfação corporal em atletas do projeto de extensão do Uniceub; será realizado por meio dos seguintes procedimentos aplicação de 2 questionários e terá aproximadamente 50 atletas de baixa renda de ambos os sexos, sendo 35 crianças e adolescentes com idade entre 7 a 18 anos e 15 adultos com idade entre 19 a 28 anos.

Declaro que a pesquisa ocorrerá em consonância com a Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde e suas complementares, que regulamentam as diretrizes éticas para as pesquisas que envolvem a participação de seres humanos, ressaltando que a coleta de dados e/ou informações somente será iniciada após a aprovação da pesquisa por parte do Comitê de Ética em Pesquisa do UniCEUB (CEP-UniCEUB) e da Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP), se também houver necessidade.

Michele Ferro de Amorim
Pesquisador responsável

Pedro Plácido Dos Santos Leite de Andrade
Pesquisador assistente

A coordenadora do centro universitário UniCEUB, Professora Karina Aragão Nobre Mendonça vem por meio desta informar que está ciente e de acordo com a realização da pesquisa nesta instituição, em conformidade com o exposto pelos pesquisadores.

Brasília-DF, 21 de agosto de 2019.

Karina Aragão Nobre Mendonça
Nome e carimbo com o cargo do representante da instituição onde será realizado o projeto

Karina Aragão Nobre Mendonça
Coordenadora
Unidade de Gestão de Extensão e
Pesquisa
UniCEUB

APÊNDICE B

Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE (para responsáveis legais)

“ ORTOREXIA NERVOSA ASSOCIADA À SATISFAÇÃO CORPORAL: UMA ANÁLISE DOS ATLETAS ATENDIDOS PELO PROJETO DE EXTENSÃO DO UNICEUB ”

Instituição dos pesquisadores: Centro Universitário de Brasília-UniCEUB

Pesquisador responsável: Michele Ferro

Pesquisador assistente: Hugo Boschini e Pedro Plácido

Seu filho (a) (ou outra pessoa por quem você é responsável) está sendo convidado (a) a participar do projeto de pesquisa acima citado. O texto abaixo apresenta todas as informações necessárias sobre o que estamos fazendo. A colaboração dele (a) neste estudo será de muita importância para nós, mas se desistir a qualquer momento, isso não lhe causará prejuízo.

O nome deste documento que você está lendo é Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Antes de decidir se deseja que ele (a) participe (de livre e espontânea vontade) você deverá ler e compreender todo o conteúdo. Ao final, caso decida permitir a participação, você será solicitado (a) a assiná-lo e receberá uma cópia do mesmo. Seu filho (a) (ou outra pessoa por quem você é responsável) também assinará um documento de participação, o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (a depender da capacidade de leitura e interpretação do participante).

Antes de assinar, faça perguntas sobre tudo o que não tiver entendido bem. A equipe deste estudo responderá às suas perguntas a qualquer momento (antes, durante e após o estudo).

Natureza e objetivos do estudo

- O objetivo específico deste estudo é identificar a tendência de ortorexia nervosa e sua associação a satisfação corporal em atletas do projeto de extensão do Uniceub.
- Seu filho (a) (ou outra pessoa por quem você é responsável) está sendo convidado (a) a participar exatamente por ser atleta do Projeto de extensão do Uniceub.

Procedimentos do estudo

- A participação dele (a) consiste em responder 2 questionários.
- Não haverá nenhuma outra forma de envolvimento ou comprometimento neste estudo.
- A pesquisa será realizada no Centro comunitário de atendimento do Uniceub.

Riscos e benefícios

- Este estudo possui riscos mínimos OS QUAIS se faz presente se o atleta se sentir incomodado durante o questionário, podendo abandoná-lo sem prejuízo. Relembra-se que de acordo com a resolução CNS nº 466/12 toda pesquisa envolve risco. No caso da sua pesquisa o CEP analisará se os riscos apresentados estão indicados corretamente).
- Medidas preventivas serão tomadas durante à consulta para minimizar qualquer risco ou incômodo.
- Caso esse procedimento possa gerar algum tipo de constrangimento, o (a) participante não precisa realizá-lo.
- Com a participação nesta pesquisa ele (a) poderá/terá melhorar o desempenho do atleta na prática da modalidade esportiva e na alimentação com um todo, além de contribuir para maior conhecimento sobre a ortotrexia nervosa.

Participação, recusa e direito de se retirar do estudo

- A participação é voluntária. A pessoa por quem você é responsável não terá nenhum prejuízo se você não quiser que ele (a) participe.
- Ele (a) poderá se retirar desta pesquisa a qualquer momento, bastando para isso entrar em contato com um dos pesquisadores responsáveis.
- Conforme previsto pelas normas brasileiras de pesquisa com a participação de seres humanos, não receberá nenhum tipo de compensação financeira pela participação dele (a) neste estudo.

Confidencialidade

- Os dados dele (a) serão manuseados somente pelos pesquisadores e não será permitido o acesso a outras pessoas.
- Os dados e instrumentos utilizados por questionários ficarão guardados sob a responsabilidade do Pedro e Hugo com a garantia de manutenção do sigilo e confidencialidade, e arquivados por um período de 5 anos; após esse tempo serão destruídos.
- Os resultados deste trabalho poderão ser apresentados em encontros ou revistas científicas. Entretanto, ele mostrará apenas os resultados obtidos como um todo, sem revelar o nome dele (a), instituição a qual pertence ou qualquer informação que esteja relacionada a privacidade de quem você é responsável.

Se houver alguma consideração ou dúvida referente aos aspectos éticos da pesquisa, entre em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário de Brasília – CEP/UniCEUB, que aprovou esta pesquisa, pelo telefone 3966.1511 ou pelo e-mail cep.uniceub@uniceub.br. Também entre em contato para informar ocorrências irregulares ou danosas durante a participação dele (a) no estudo.

Eu, _____ RG _____, após receber a explicação completa dos objetivos do estudo e dos procedimentos envolvidos nesta pesquisa concordo voluntariamente em consentir que ele(a) faça parte deste estudo.

Este Termo de Consentimento encontra-se impresso em duas vias, sendo que uma cópia será arquivada pelo pesquisador responsável, e a outra será fornecida ao senhor (a).

Brasília, ____ de _____ de _____.

Responsável Legal por _____

Michele Ferro de Amorim Cruz, celular: (61)98205-5927/telefone institucional: (61) 39661201/email: michele.amorim@ceub.edu.br

Hugo Boschini Rodrigues, celular: (61)996147600 /ou email: hugoboschini@yahoo.com.br

Pedro Plácido dos Santos Leite de Andrade, celular : (61)984219483 /ou email: pedroandr@gmail.com

Endereço dos (as) responsável (eis) pela pesquisa:

Instituição: Centro Universitário de Brasília-UniCeub

Endereço: QI 22

Bloco: /Nº: /Complemento: Bloco T, apartamento 207

Bairro: /CEP/Cidade: Guarã 2, 71.015-208, Brasília-DF

Endereço dos (as) responsável (eis) pela pesquisa:

Instituição: Centro Universitário de Brasília-UniCeub

Endereço: QI 23

Bloco: /Nº: /Complemento: Lote 13, apartamento 409

Bairro: /CEP/Cidade: Guarã 2, 71.060-637, Brasília-DF

APÊNDICE C

Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE (para participantes)

“ ORTOREXIA NERVOSA ASSOCIADA À SATISFAÇÃO CORPORAL: UMA ANÁLISE DOS ATLETAS ATENDIDOS PELO PROJETO DE EXTENSÃO DO UNICEUB ”

Instituição dos pesquisadores: Centro Universitário de Brasília-UniCEUB

Pesquisador responsável: Michele Ferro

Pesquisador assistente: Hugo Boschini e Pedro Plácido

Você está sendo convidado (a) a participar do projeto de pesquisa acima citado. O texto abaixo apresenta todas as informações necessárias sobre o que estamos fazendo. Sua colaboração neste estudo será de muita importância para nós, mas se desistir a qualquer momento, isso não lhe causará prejuízo.

O nome deste documento que você está lendo é Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Antes de decidir se deseja participar (de livre e espontânea vontade) você deverá ler e compreender todo o conteúdo. Ao final, caso decida participar, você será solicitado a assiná-lo e receberá uma cópia do mesmo.

Antes de assinar, faça perguntas sobre tudo o que não tiver entendido bem. A equipe deste estudo responderá às suas perguntas a qualquer momento (antes, durante e após o estudo).

Natureza e objetivos do estudo

- O objetivo específico deste estudo é identificar a tendência de ortorexia nervosa e sua associação a satisfação corporal em atletas do projeto de extensão do Uniceub.
- Você está sendo convidado a participar exatamente por ser atleta do Projeto de extensão do Uniceub.

Procedimentos do estudo

- Sua participação consiste em responder 2 questionários.
- Não haverá nenhuma outra forma de envolvimento ou comprometimento neste estudo.
- A pesquisa será realizada no Centro comunitário de atendimento do Uniceub.

Riscos e benefício

- Este estudo possui mínimos os quais se faz presente se o atleta se sentir incomodado durante o questionário, podendo abandoná-lo sem prejuízo. Lembra-se que de acordo com a resolução CNS nº 466/12 toda pesquisa envolve risco. No caso da sua pesquisa o CEP analisará se os riscos apresentados estão indicados corretamente).
- Medidas preventivas serão tomadas durante à consulta para minimizar qualquer risco ou incômodo.
- Caso esse procedimento possa gerar algum tipo de constrangimento, você não precisa realizá-lo.
- Com sua participação nesta pesquisa poderá/terá melhorar o desempenho do atleta na prática da modalidade esportiva e na alimentação com um todo, além de contribuir para maior conhecimento sobre a ortotrexia nervosa

Participação, recusa e direito de se retirar do estudo

- Sua participação é voluntária. Você não terá nenhum prejuízo se não quiser participar.
- Você poderá se retirar desta pesquisa a qualquer momento, bastando para isso entrar em contato com um dos pesquisadores responsáveis.
- Conforme previsto pelas normas brasileiras de pesquisa com a participação de seres humanos, você não receberá nenhum tipo de compensação financeira pela sua participação neste estudo.

Confidencialidade

- Seus dados serão manuseados somente pelos pesquisadores e não será permitido o acesso a outras pessoas.
- Os dados e instrumentos utilizados por questionários ficarão guardados sob a responsabilidade do Pedro e Hugo com a garantia de manutenção do sigilo e confidencialidade, e arquivados por um período de 5 anos; após esse tempo serão destruídos.
- Os resultados deste trabalho poderão ser apresentados em encontros ou revistas científicas. Entretanto, ele mostrará apenas os resultados obtidos como um todo, sem revelar seu nome, instituição a qual pertence ou qualquer informação que esteja relacionada com sua privacidade.

Se houver alguma consideração ou dúvida referente aos aspectos éticos da pesquisa, entre em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário de Brasília – CEP/UniCEUB, que aprovou esta pesquisa, pelo telefone 3966.1511 ou pelo e-mail cep.uniceub@uniceub.br. Também entre em contato para informar ocorrências irregulares ou danosas durante a sua participação no estudo.

Eu, _____ RG _____, após receber a explicação completa dos objetivos do estudo e dos procedimentos envolvidos nesta pesquisa concordo voluntariamente em fazer parte deste estudo.

Este Termo de Consentimento encontra-se impresso em duas vias, sendo que uma cópia será arquivada pelo pesquisador responsável, e a outra será fornecida ao senhor (a).

Brasília, ____ de _____ de _____.

Participante

Michele Ferro de Amorim Cruz, celular: (61)98205-5927/telefone institucional: (61) 39661201/email: michele.amorim@ceub.edu.br

Hugo Boschini Rodrigues, celular: (61)996147600 /ou email: hugoboschini@yahoo.com.br

Pedro Plácido dos Santos Leite de Andrade, celular : (61)984219483 /ou email: pedroandr@gmail.com

Endereço dos responsáveis pela pesquisa:

Instituição: Centro Universitário de Brasília-UniCeub

Endereço: Qi 22
apartamento 207

Bloco: /Nº: /Complemento: Bloco T,

Bairro: /CEP/Cidade: Guar´ 2, 71.015-208, Bras´lia-DF

Endereço dos responsáveis pela pesquisa:

Instituição: Centro Universitário de Brasília-UniCeub

Endereço: Qi 23
apartamento 409

Bloco: /Nº: /Complemento: Lote 13,

Bairro: /CEP/Cidade: Guar´ 2, 71.060-637, Bras´lia-DF

ANEXO 1

DEMETRAC ALIMENTAÇÃO, NUTRIÇÃO & SAÚDE

Quadro 3. Orto-15 adaptado por Pontes e Montagner, Brasília-DF, 2010.

Marcar com um X a alternativa que melhor corresponde ao seu comportamento em relação à comida	Sempre	Muitas vezes	Algumas vezes	Nunca
1. Você fica atento(a) às calorias dos alimentos quando come?				
2. Quando você vai a um mercado de alimentos, se sente confuso a respeito do que deve comprar?				
3. Nos últimos três meses, pensar sobre sua alimentação tem sido uma preocupação?				
4. As suas escolhas alimentares são determinadas pela preocupação com seu estado de saúde?				
5. O sabor é a qualidade mais importante que você leva em consideração ao escolher um alimento?				
6. Normalmente, você se dispõe a pagar mais por alimentos saudáveis?				
7. A preocupação com alimentação saudável toma mais de três horas do seu dia?				
8. Você se permite alguma quebra da sua rotina alimentar?				
9. Para você, o seu humor influencia o seu comportamento alimentar?				
10. Você acredita que a convicção de se alimentar saudavelmente aumenta sua autoestima?				
11. Você acha que o consumo de alimentos saudáveis modifica seu estilo de vida (ida a restaurantes, amigos...)?				

Ortorexia nervosa: adaptação cultural do orto-15

12. Você acredita que consumir alimentos saudáveis pode melhorar o seu aspecto físico?				
13. Sente-se culpado(a) quando sai da sua rotina alimentar?				
14. Você pensa que no mercado existem alimentos não saudáveis?				
15. Ultimamente, você costuma estar sozinho(a) quando se alimenta?				

ANEXO 2

QUESTIONÁRIO SOBRE A IMAGEM CORPORAL (BSQ)

Como você se sente em relação à sua aparência nas últimas quatro semanas. Por favor, leia cada uma das questões e assinale a mais apropriada usando a legenda abaixo:

- | | |
|--------------|-------------------------|
| 1. Nunca | 4. Frequentemente |
| 2. Raramente | 5. Muito frequentemente |
| 3. Às vezes | 6. Sempre |

Nas últimas quatro semanas:

- | | |
|---|-------------|
| 1. Sentir-se entediada(o) faz você se preocupar com sua forma física? | 1 2 3 4 5 6 |
| 2. Você tem estado tão preocupada(o) com sua forma física a ponto de sentir que deveria fazer dieta? | 1 2 3 4 5 6 |
| 3. Você acha que suas coxas, quadril ou nádegas são grande demais para o restante de seu corpo? | 1 2 3 4 5 6 |
| 4. Você tem sentido medo de ficar gorda(o) (ou mais gorda(o))? | 1 2 3 4 5 6 |
| 5. Você se preocupa com o fato de seu corpo não ser suficientemente firme? | 1 2 3 4 5 6 |
| 6. Sentir-se satisfeita(o) (por exemplo após ingerir uma grande refeição) faz você se sentir gorda(o)? | 1 2 3 4 5 6 |
| 7. Você já se sentiu tão mal a respeito do seu corpo que chegou a chorar? | 1 2 3 4 5 6 |
| 8. Você já evitou correr pelo fato de que seu corpo poderia balançar? | 1 2 3 4 5 6 |
| 9. Estar com mulheres (homens) magras(os) faz você se sentir preocupada em relação ao seu físico? | 1 2 3 4 5 6 |
| 10. Você já se preocupou com o fato de suas coxas poderem espalhar-se quando se senta? | 1 2 3 4 5 6 |
| 11. Você já se sentiu gorda(o), mesmo comendo uma quantidade menor de comida? | 1 2 3 4 5 6 |
| 12. Você tem reparado no físico de outras mulheres (ou outros homens) e, ao se comparar, sente-se em desvantagem? | 1 2 3 4 5 6 |

ANEXO 2 (continuação)

13. Pensar no seu físico interfere em sua capacidade de se concentrar em outras atividades (como por exemplo, enquanto assiste à televisão, lê ou conversa)?	1	2	3	4	5	6
14. Estar nua, por exemplo, durante o banho, faz você se sentir gorda(o)?	1	2	3	4	5	6
15. Você tem evitado usar roupas que a(o) fazem notar as formas do seu corpo?	1	2	3	4	5	6
16. Você se imagina cortando fora porções de seu corpo?	1	2	3	4	5	6
17. Comer doce, bolos ou outros alimentos ricos em calorias faz você se sentir gorda(o)?	1	2	3	4	5	6
18. Você deixou de participar de eventos sociais (como, por exemplo, festas) por sentir-se mal em relação ao seu físico?	1	2	3	4	5	6
19. Você se sente excessivamente grande e arredondada(o)?	1	2	3	4	5	6
20. Você já teve vergonha do seu corpo?	1	2	3	4	5	6
21. A preocupação diante do seu físico leva-lhe a fazer dieta?	1	2	3	4	5	6
22. Você se sente mais contente em relação ao seu físico quando de estômago vazio (por exemplo, pela manhã)?	1	2	3	4	5	6
23. Você acha que seu físico atual decorre de uma falta de autocontrole?	1	2	3	4	5	6
24. Você se preocupa que outras pessoas possam estar vendo dobras na sua cintura ou na barriga?	1	2	3	4	5	6
25. Você acha injusto que as outras mulheres (ou outros homens) sejam mais magras(os) que você?	1	2	3	4	5	6
26. Você já vomitou para se sentir mais magra(o)?	1	2	3	4	5	6
27. Quando acompanhada(o), você fica preocupada em estar ocupando muito espaço (por exemplo, sentado num sofá ou no banco de um ônibus)?	1	2	3	4	5	6
28. Você se preocupa com o fato de estarem surgindo dobrinhas em seu corpo?	1	2	3	4	5	6
29. Ver seu reflexo (por exemplo, num espelho ou na vitrine de uma loja) faz você se sentir mal em relação ao seu físico?	1	2	3	4	5	6
30. Você belisca áreas de seu corpo para ver o quanto há de gordura?	1	2	3	4	5	6
31. Você evita situações nas quais as pessoas possam ver seu corpo (por exemplo, vestiários ou banhos de piscina)?	1	2	3	4	5	6
32. Você toma laxantes para se sentir magra(o)?	1	2	3	4	5	6
33. Você fica particularmente consciente do seu físico quando em companhia de outras pessoas?	1	2	3	4	5	6
34. A preocupação com seu físico faz-lhe sentir que deveria fazer exercícios?	1	2	3	4	5	6

TOTAL:

(Cooper et al.: *International Journal of Eating Disorders*, 6:485-494, 1987).