

## **Relação entre idade e atitude alimentar em mulheres** **ingressantes de um programa de atividade física**

Mariângela Gagliardi Caro Salve; Camila Vieira Ligo Teixeira

Atualmente depara-se com o aumento da prevalência de dois quadros bastante distintos, porém igualmente prejudiciais: os transtornos alimentares (TA) e a obesidade. O ideal inatingível de beleza o desenvolvimento de TA (Levitan, Nardi, 2006). A anorexia e bulimia nervosas são caracterizada pelo medo de engordar, redução voluntária de ingestão alimentar, perda de peso ou ingestão maciça de alimentos, seguida de vômitos, uso de laxantes e/ou diuréticos. Estes acometem principalmente adolescentes e mulheres jovens em idade reprodutiva, e apresentam importantes prevalências na população geral (Magalhães, Mendonça, 2005). Por isso este trabalho teve como objetivo relacionar a idade e a atitude alimentar de ingressantes de um programa de atividade física. Foram avaliadas 22 mulheres com idade entre 21 e 74 anos (média de  $38,59 \pm 13,61$  anos) e IMC médio de  $24,18 \pm 3,04$  kg/m<sup>2</sup>, através do EAT-26 (Teste de Atitudes Alimentares) (Gardner e Garfinkel, 1979). Todas assinaram o Termo Livre e Esclarecido 398-2008. De acordo com a natureza dos dados, foi utilizada correlação não paramétrica (Teste de Spearman) para verificar a relação entre idade e o resultado do EAT-26. Nível de significância adotado foi de  $p < 0,05$ . Foi verificada uma correlação moderada e negativa ( $-0,0572$ ) e, significativa ( $p = 0,005$ ). Esse resultado demonstra que quanto mais idade a mulher apresenta, menor pontuação no EAT. Os estudos presentes na literatura (Hoerr *et al.*, 2002; Morgan, Azevedo, 1998; Morgan *et al.*, 2002) mostram que crianças, adolescentes e universitários apresentam tendência a distúrbios alimentares. Podemos concluir que a idade tem grande influência na atitude alimentar das mulheres.

## Referências

Gardner, D.M; Garfinkel, P.E. (1979) The Eating Attitudes Test: a index of the symptom of anorexia nervosa. *Psychol Med*, London, 9 (2): 273-279.

Hoerr SL, Bokram R, Lugo B, Bivins T, Keast DR. (2002) Risk for disordered eating relates to both gender and ethnicity for college students. *J Am Coll Nutr*, 21(4):307-14.

Livitan, Mn; Nardi, Ae. (2006). Transtornos alimentares e a obesidade. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 55 (3).

Magalhães VC, Mendonça GAS. (2005) Transtornos alimentares universitárias. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 8(3).

Morgan CM, Azevedo AMC (1998) *Aspectos sócio-culturais dos transtornos alimentares*. New York.

Morgan CM, Vecchiatti IR, Negrão AB. (2002) Etiologia dos transtornos alimentares: aspectos biológicos, psicológicos e sócio-culturais. *Revista Brasileira Psiquiatria*, 24(3):18-23.