

AVALIAÇÃO DA PREVALÊNCIA DE ORTOREXIA E DISMORFIA MUSCULAR EM DESPORTISTAS RECREACIONAIS UNIVERSITÁRIOS

Betina Franceschini Tocchetto, Carolina Guerini de Souza

INTRODUÇÃO

Embora o exercício físico esteja diretamente relacionado à saúde, ele também fomenta uma busca por melhor aparência e melhor desempenho físico, o que pode favorecer o desenvolvimento de distúrbios alimentares e relacionados ao exercício. No meio esportivo, distúrbios como a Ortorexia (ORTO) e a Dismorfia Muscular (DM) estão cada vez mais prevalentes. ORTO é o termo utilizado para caracterizar indivíduos com uma preocupação e comportamento obsessivos em relação à saúde alimentar e o comer saudável. Já a DM se caracteriza pelo indivíduo apresentar preocupações e comportamentos baseados em se considerar insuficiente musculoso. Poucos são os estudos que tenham avaliado os mesmos em ambos os sexos e considerando a coexistência do comer disfuncional e dismorfia muscular juntos, assim como nível de aptidão física dos avaliados.

OBJETIVO

Avaliar a presença de ORTO e DM em desportistas universitários, bem como o nível de aptidão física dos mesmos.

MÉTODOS

Estudo transversal

Amostra de conveniência (n=50 desportistas)

- Variáveis sociais e de prática esportiva;
- Antropometria.

Questionários:

- ORTO -15: ortorexia;
- Escala de Satisfação com Aparência Corporal: dismorfia muscular.

Testes Físicos:

- Teste de 1repetição máxima (1RM);
- Teste de 1 Milha .

ANÁLISE ESTATÍSTICA

Os dados foram testados quanto à sua normalidade pelo teste de Shapiro-Wilk e, sendo todos dados paramétricos, foram avaliados pelo teste t de Student para amostras independentes e teste de correlação de Pearson.

RESULTADOS

Tabela 1. Características antropométricas e relacionadas ao treinamento dos desportistas recreacionais.

| | Todos (n=50) | Masculino (n=27) | Feminino (n=23) |
|--------------------------|--------------|------------------|-----------------|
| Idade (anos) | 23,5 ± 4 | 21,5 ± 0,7 | 28,0 ± 1,4 |
| Peso (kg) | 62,2 ± 11,6 | 82,7 ± 17,7 | 56,2 ± 3,1 |
| Estatura (m) | 177 ± 12,7 | 184 ± 2,8 | 166 ± 2,8 |
| IMC (kg/m ²) | 19,7 ± 0,8 | 24,5 ± 5,8 | 20,4 ± 1,8 |
| Modalidades | | | |
| Coletivas (%) | 92 | 85 | 100 |
| Individuais (%) | 8 | 15 | 0 |
| Frequência semanal | 3,0 ± 1,0 | 3,2 ± 1,2 | 2,7 ± 1,4 |

Dados expressos em média±desvio padrão ou percentual da amostra.

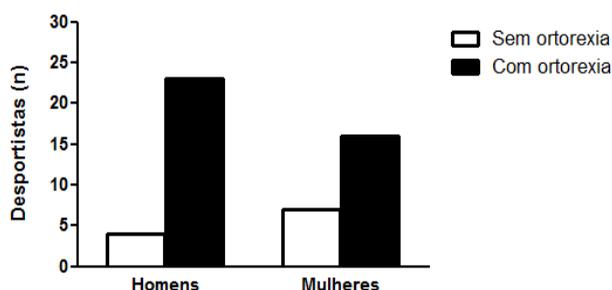


Figura 1: distribuição de acordo com o sexo dos dados de avaliação de ORTO por meio do questionário ORTO-15 (n=50).

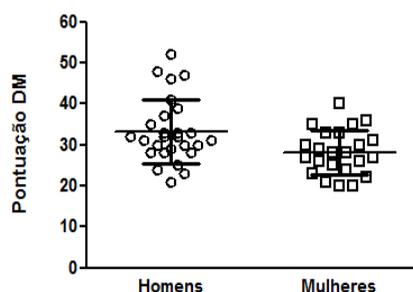


Figura 2: distribuição de acordo com o sexo da pontuação dos indivíduos na Escala de Insatisfação com Aparência Corporal (MASS) para avaliação de DM (ponto de corte > 52 pontos) (n=50).

CONCLUSÃO

Há um alto percentual de comportamentos alimentares disfuncionais na amostra de desportistas universitários avaliados, os quais indicam ORTO, especialmente em homens. Contudo, os indivíduos não apresentaram sintomas de DM. Independente do nível de aptidão física apresentado não houve correlação deste com os distúrbios avaliados.