

## O EXCESSO DA BUSCA POR ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL ENTRE OS PRATICANTES DE ESPORTES DA GRANDE FLORIANÓPOLIS

Amanda Ferreira da Silva<sup>1</sup>  
Joana Soares<sup>2</sup>  
Maitê Gloger<sup>3</sup>  
Nathália Lemos Blanke<sup>4</sup>  
Marília dos Santos Amaral<sup>5</sup>

### Resumo

O presente artigo tem como tema a busca excessiva por alimentação saudável, caracterizada como ortorexia. O objetivo da pesquisa é identificar indícios de comportamentos ortoréxicos em praticantes de exercício físico da Grande Florianópolis. Para a metodologia utilizou-se a abordagem qualitativa e quantitativa na qual utilizou-se das técnicas de análise de conteúdo para a análise dos dados. O procedimento adotado foi o de pesquisa de campo no qual foi utilizado um questionário fechado e mais 4 perguntas abertas com aplicação virtual sobre hábitos alimentares. A população escolhida para responder este questionário foi composta por 56 sujeitos, maiores de 18 anos, praticantes de exercícios físicos, moradores da Grande Florianópolis. As perguntas abordavam aspectos importantes no que se refere à ortorexia, como: carência nutricional, restrição alimentar, pensamento obsessivo com relação à dieta alimentar, seletividade e pureza na escolha, produção e consumo dos alimentos e aspectos sociais, tais como, o isolamento social e desprezo aos hábitos alimentares das pessoas com as quais convive, bem como a percepção da família e amigos do sujeito com relação à alimentação do mesmo. A partir das respostas notou-se um número significativo de praticantes de exercícios físicos com tendência a comportamentos ortoréxicos e identificou-se que para a maior parte dos sujeitos, fatores como saúde e estética foram as principais justificativas mencionadas para a adesão e prática dos hábitos saudáveis. Embora os dados demonstrem um número significativo de participantes com indícios de comportamentos ortoréxicos, conclui-se que esse é um tema a ser melhor questionado e problematizado, pois percebe-se uma fragilidade em seus critérios de classificação, assim como uma tendência contemporânea à patologização dos comportamentos, sem uma profunda contextualização social e cultural dos discursos que supervalorizam a ideia de “vida saudável” nos dias atuais.

**Palavras-chave:** Ortorexia. Hábitos alimentares. Psicologia.

<sup>1</sup> Graduanda em Psicologia. Faculdade Cesusc. E-mail: amanda.ween@gmail.com

<sup>2</sup> Graduanda em Psicologia. Faculdade Cesusc. E-mail: joanasaothiago@hotmail.com

<sup>3</sup> Graduanda em Psicologia Cesusc. E-mail: maitegloger@gmail.com

<sup>4</sup> Graduanda em Psicologia Cesusc. E-mail: nathaliablank@gmail.com

<sup>5</sup> Professora Doutora, do curso de Psicologia. Faculdade Cesusc. E-mail: mariliapsico@hotmail.com