

# ESTADO NUTRICIONAL E COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE SERVIDORES PÚBLICOS ADULTOS NO MUNICÍPIO DE CUIABÁ

Bianca THIELE<sup>1</sup>

Julia Carvalho DOURADO<sup>2</sup>

Marilia Aita Isquierdo BRIANEZE<sup>3</sup>

Patricia Egidio de Amorim MENDES<sup>4</sup>

Rayanne Ayumi YAMAGUCHI<sup>5</sup>

Marina Satie TAKI<sup>6</sup>

<sup>1</sup>Discente do curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG), ORCID: 0009-0008-0636-2359

<sup>2</sup>Discente do curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG), ORCID: 0009-0009-3774-8112

<sup>3</sup>Discente do curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG), ORCID: 0009-0006-6108-342X

<sup>4</sup>Discente do curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG), ORCID: 0009-0006-6122-7809

<sup>5</sup>Discente do curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG), ORCID: 0009-0007-9631-1733

<sup>6</sup>Mestre em Biociências. Docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG). ORCID: 0009-

0007-0427-4729. E-mail: marina.taki@univag.edu.br

## RESUMO

**Introdução:** O comportamento alimentar envolve diversas variáveis que o definem e o afetam. Ele também está relacionado aos fatores socioeconômicos, sendo estes, relevantes nas escolhas alimentares e acesso aos alimentos. Uma alimentação baseada em produtos com altos índices de calorias, carboidratos simples e gordura interferem na saúde do indivíduo que a adota e pode levar ao desenvolvimento de obesidade e doenças crônicas. O funcionário público é uma pessoa que possui certo poder aquisitivo e estabilidade financeira, estes fatores podem influenciar as suas escolhas alimentares. Conhecer o comportamento alimentar e estado nutricional de um grupo ou indivíduo é fundamental para que medidas educativas sejam planejadas, aplicadas e colaborem com uma melhora da qualidade de vida dos indivíduos. **Objetivo:** Analisar o comportamento alimentar de servidores públicos adultos e seus respectivos estados nutricionais. **Materiais e métodos:** Trata-se de um estudo transversal, que foi realizado no município de Cuiabá - Mato Grosso, Brasil, com 98 servidores públicos adultos, na faixa etária de 19 a 59 anos de ambos os sexos. O instrumento utilizado para o levantamento dos dados se deu por um questionário adaptado com 29 perguntas, viabilizado através da plataforma eletrônica *Google Forms*, é dividido em duas partes, sendo a primeira com 7 perguntas com finalidade de caracterizar informações gerais e a segunda parte, com 22 perguntas de foco investigativo acerca dos aspectos do comportamento alimentar, através do questionário *Intuitive eating scale -2 (IES-2)*, desenvolvido por Tylka e Kroon van Diest (2013). Esses dados foram tabulados através da plataforma eletrônica *Google Forms*. **Resultados:** Participaram da pesquisa 98 servidores, sendo 53,06% do sexo feminino e 46,94% do sexo masculino. Dentre os eutróficos, 83,33% são

peessoas do sexo feminino e 16,67% do sexo masculino. Com relação aos indivíduos com estado nutricional de sobrepeso, a maioria é do sexo masculino 82,05% e apenas 17,95% são mulheres. No que diz respeito aos participantes da pesquisa classificados como obesidade houve maior homogeneidade entre os sexos, sendo 41,18% do sexo masculino e 58,82% do sexo feminino. **Conclusão:** Este estudo investigou o comportamento alimentar de servidores públicos com diferentes estados nutricionais. Os resultados indicaram que indivíduos com obesidade apresentaram um comportamento alimentar mais motivado por razões emocionais, enquanto os eutróficos focaram mais em escolhas alimentares que favorecem o funcionamento saudável do corpo. A educação nutricional e uma boa condição financeira influenciam positivamente as escolhas alimentares e o estado nutricional, contribuindo para a prevenção de doenças.

**Palavras-chave:** Comportamento alimentar. Alimentação. Estado nutricional.

## ABSTRACT

**Introduction:** Eating behavior involves several variables that define and affect it. It is also related to socioeconomic factors, which are relevant to food choices and access to food. A diet based on products with high levels of calories, simple carbohydrates and fat interferes with the health of the individual who adopts it and can lead to the development of obesity and chronic diseases. Civil servants are people who have a certain purchasing power and financial stability, and these factors can influence their food choices. Knowing the eating behavior and nutritional status of a group or individual is essential for educational measures to be planned, implemented and collaborate with an improvement in the quality of life of individuals. **Objective:** To analyze the eating behavior of adult civil servants and their respective nutritional status. **Materials and methods:** This is a cross-sectional study that was carried out in the city of Cuiabá - Mato Grosso, Brazil, with 98 adult civil servants, aged 19 to 59 years old, of both sexes. The instrument used to collect data was an adapted questionnaire with 29 questions, made possible through the Google Forms electronic platform, divided into two parts, the first with 7 questions aimed at characterizing general information and the second part with 22 questions with an investigative focus on aspects of eating behavior, through the Intuitive Eating Scale -2 (IES-2) questionnaire, developed by Tylka and Kroon van Diest (2013). This data was tabulated through the Google Forms electronic platform. **Results:** 98 civil servants participated in the survey, 53,06% female and 46,94% male. Among those with normal weight, 83,33% were female and 16,67% were male. Regarding individuals with overweight nutritional status, the majority were male (82,05%) and only 17,95% were female. Regarding the research participants classified as obese, there was greater homogeneity between the sexes, with 41,18% being male and 58,82% being female. **Conclusion:** This study investigated the eating behavior of public servants with different nutrition statuses. The results indicated that obese individuals presented eating behaviors that were more motivated by emotional reasons, while those with normal weight focused more on food choices that favor the healthy functioning of the body. The nutritional education and a good financial condition positively influence food choices and nutritional status, contributing to disease prevention.

**Keywords:** Eating behavior. Food. Nutritional status.

## INTRODUÇÃO

Comportamento pode ser definido como um conjunto de ações e reações do indivíduo ao ambiente que está inserido (Alvarenga *et al.*, 2021). A definição literal do comportamento, significa “ato ou efeito de comportar-se, o procedimento de alguém em face de estímulos sociais ou sentimentos e necessidades; a reação de um indivíduo, grupo ou uma espécie; o procedimento de um organismo ou elemento da natureza; maneira de proceder em relação ao outro; reação peculiar de uma coisa em determinadas circunstâncias.” (Houaiss, 2001).

Dessa maneira, pode-se entender que o comportamento alimentar envolve toda a relação do indivíduo e a sua alimentação, aspectos como o consumo, hábitos, cultura, modo de comer e outras questões relacionadas (como e onde comer) (Alvarenga *et al.*, 2019).

As escolhas alimentares fazem parte do comportamento alimentar, e envolvem diversos determinantes. Dentre aqueles relacionados ao “comedor”, podemos citar fatores psicológicos, biológicos, antropológicos, socioculturais e socioeconômicos (Alvarenga *et al.*, 2021). Os fatores econômicos estão relacionados ao poder de compra individual e à disponibilidade de oferta, sendo influenciados pelos aspectos demográficos (Gedrich, 2003).

Ademais, como descrito anteriormente, os fatores econômicos podem ser um fator determinante para o comportamento alimentar, desempenhando um papel crucial nas decisões alimentares. O estudo se concentra em como a estabilidade financeira proporcionada pela constituição brasileira como direito para com os servidores públicos impacta nas escolhas de alimentação que fazem (Art. 3º da Lei 4.214/2011).

Adicionalmente, o conceito de servidor público pode ser descrito como alguém oficialmente designado para um cargo ou emprego no setor público, seja na administração direta, que é formada por entes políticos União, Estados, Distrito Federal e municípios, ou administração indireta, que é constituído em autarquias ou em fundações públicas (Brasil, 1990).

Constata-se ainda, que a Constituição Federal de 1988, ao democratizar o acesso aos cargos públicos por meio de concurso, também consagra a estabilidade do servidor após três anos de exercício efetivo, oferecendo, assim, a perspectiva de uma melhoria substancial em sua condição financeira (PIVA, 2010).

A condição financeira e a educação alimentar desempenham papéis fundamentais na escolha dos alimentos. A instrução elevada está relacionada a um maior consumo de frutas e vegetais, ao passo que a situação financeira influencia diretamente nas decisões alimentares, já

que produtos mais nutritivos, ou seja, mais saudáveis, tendem a ser mais onerosos. Manter uma dieta variada, que inclua frutas, vegetais, grãos integrais e proteínas magras, rica em nutrientes diversos, de forma genérica implica em um custo mais elevado em comparação com dietas baseadas em doces, alimentos gordurosos e carboidratos simples (Vaz, 2014).

Ademais, famílias com maior poder aquisitivo tendem a ter uma menor proporção de casos em que a ingestão alimentar não atende às necessidades energéticas (Vaz, 2014). Em contraponto, o alto padrão aquisitivo, pode também influenciar os indivíduos a optarem por seguir o padrão alimentar de *fast food* com escolhas mais rápidas e calóricas com uma dieta rica em alimentos gordurosos e mais caros (Cunha, 2022).

A alimentação baseada em produtos industrializados, comum nos dias atuais, é rica em energia, carboidratos simples e gorduras. Algumas complicações associadas à obesidade são: risco de desenvolver diabetes tipo 2, dislipidemias, hipertensão arterial, doença cardiovascular, síndrome metabólica, entre outras doenças crônicas (Cuppari, 2019). As doenças crônicas são patologias de desenvolvimento lento e apresentam uma duração longa, tendo a capacidade de acompanhar a pessoa durante toda sua vida (Borges *et al.*, 2006).

Dessa forma, fica evidente que o estudo do comportamento alimentar desempenha um papel importante na promoção da saúde e na prevenção de doenças, sendo um elemento fundamental na melhora da qualidade de vida da população. Sendo assim, estudar o comportamento alimentar é fundamental para o planejamento, desenvolvimento e aplicação de atividades socioeducativas em detrimento da promoção da saúde. Diante disso, o objetivo deste trabalho foi analisar o estado nutricional e comportamento alimentar de servidores públicos adultos.

## **MATERIAIS E MÉTODOS**

Trata-se de um estudo transversal, que foi realizado no município de Cuiabá, localizado no estado do Mato Grosso, Brasil, com 98 servidores públicos adultos, com faixa etária de 19 a 59 anos, de ambos os sexos, que atuam no Tribunal Regional do Trabalho de Mato Grosso, no ano de 2024. Não foram incluídos na amostra deste trabalho, os funcionários públicos gestantes, lactantes, pessoas com deficiência física, idosos, analfabetos e que não atuavam no município de Cuiabá, durante a coleta de dados.

As amostras foram escolhidas por conveniência e a participação da pesquisa foi livre, consentida, mediante concordância de termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE),

podendo o participante, a qualquer momento, optar pela desistência. O trabalho foi realizado em Mato Grosso, em 2024, após aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa com seres humanos do Centro Universitário Várzea Grande, sob o número do parecer 6.670.827 (CAEE: 77450023.6.0000.5692).

O instrumento utilizado para o levantamento dos dados se deu por um questionário adaptado com 29 perguntas, viabilizado através da plataforma eletrônica *Google Forms*. Foi disponibilizado através de *link* e enviado aos servidores pela comunicação interna do respectivo órgão público.

A primeira parte do questionário contou com 7 perguntas com finalidade de caracterizar as seguintes informações: idade, sexo, altura e peso (foi calculado o Índice de Massa Corporal - IMC, identificando assim o estado nutricional e sua classificação de acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS,1997), conforme quadro 1), faixa de renda, presença de doenças crônicas e a frequência de atividade física praticada.

**Quadro 1.** Classificação do estado nutricional segundo o Índice de Massa Corporal (IMC)

IMC (kg/m <sup>2</sup> )	Classificação
≤ 18,4	Desnutrição
18,5 a 24,9	Eutrofia
25,0 a 29,9	Sobrepeso
≥ 30,0	Obesidade

Fonte: Organização Mundial da Saúde (OMS), 1995 a 1997.

Quanto a segunda parte do questionário, essa por sua vez contou com 22 perguntas com o foco investigativo acerca dos aspectos do comportamento alimentar, e se deu através do questionário *Intuitive eating scale-2 (IES-2)*, desenvolvido por Tylka e Kroon Van Diest (2013) que foi adaptado e validado para o idioma português (brasileiro) por da Silva *et al.* (2018).

Para cada item foi atribuída uma pontuação de acordo com a resposta obtida (Nunca = 1, Raramente = 2, Frequentemente = 4, Sempre =5), para os itens com pontuação reversa (1,2,4,5,8,9,10,12,13 e 16), foram utilizadas de forma inversa a pontuação (Nunca = 5, Raramente = 4, Frequentemente = 2, Sempre = 1).

Os itens do questionário são divididos por subescalas, sendo elas, permissão incondicional para comer, comer por motivos físicos e não emocionais, dependência de sinais de fome e saciedade e congruência de escolha corpo alimento.

A permissão incondicional para comer diz respeito à atitude quando sente fome, se há atitude de ignorar a fome, ou ainda se há recusa a determinado tipo de alimento que julga como proibido. Já a subescala comer por motivos físicos e não emocionais diz respeito ao comer quando há sinais de fome física e não por motivos emocionais. Enquanto a dependência de sinais de fome e saciedade representa o quanto os indivíduos se baseiam nos seus sinais de fome e saciedade para se alimentar e para parar de comer (Tylka e Wilcox, 2006; Tylka E Kroon, 2012). Congruência de escolha corpo-alimento diz respeito a quanto os indivíduos baseiam suas escolhas alimentares no que seu corpo precisa para funcionar bem (Tylka E Kroon, 2012).

Os dados coletados pelo *Google Forms* foram enviados automaticamente para a ferramenta de planilha própria do *Google*, o *Google Sheets*, uma vez que os aplicativos são interligados. Assim, a tabulação dos dados teve um caráter facilitado e a frequência relativa foi calculada a partir dos dados consolidados. As informações de comportamento alimentar foram testadas quanto à normalidade da distribuição, pelo teste de Kolmogorov Smirnov, através do *software SPSS*, e devido a assimetria, utilizou-se a mediana para caracterizar os pontos de corte das subescalas.

Quanto à classificação das pontuações das subescalas, entende-se que quanto maior forem estas pontuações, mais este comportamento alimentar tende a ser positivo.

## RESULTADOS

Como descrito na Tabela 1, 98 servidores públicos participaram da pesquisa, dentre estes, 53,06% (n=52) do sexo feminino, com idade variável de 21 a 59 anos e quanto à faixa de renda, 93,88% (n=92) ganham 6 salários mínimos ou mais. Além disso, 85,71% (n=84) possuem alguma pós graduação.

Quanto à frequência de atividade física mais assinalada foi “3 a 5 vezes na semana”, com 57,14% (n=56) e em relação ao histórico de doenças crônicas, a resposta foi majoritária “não” com 72,45% (n=71) conforme evidenciado na Tabela 1.

**Tabela 1.** Descrição da amostra de servidores públicos.

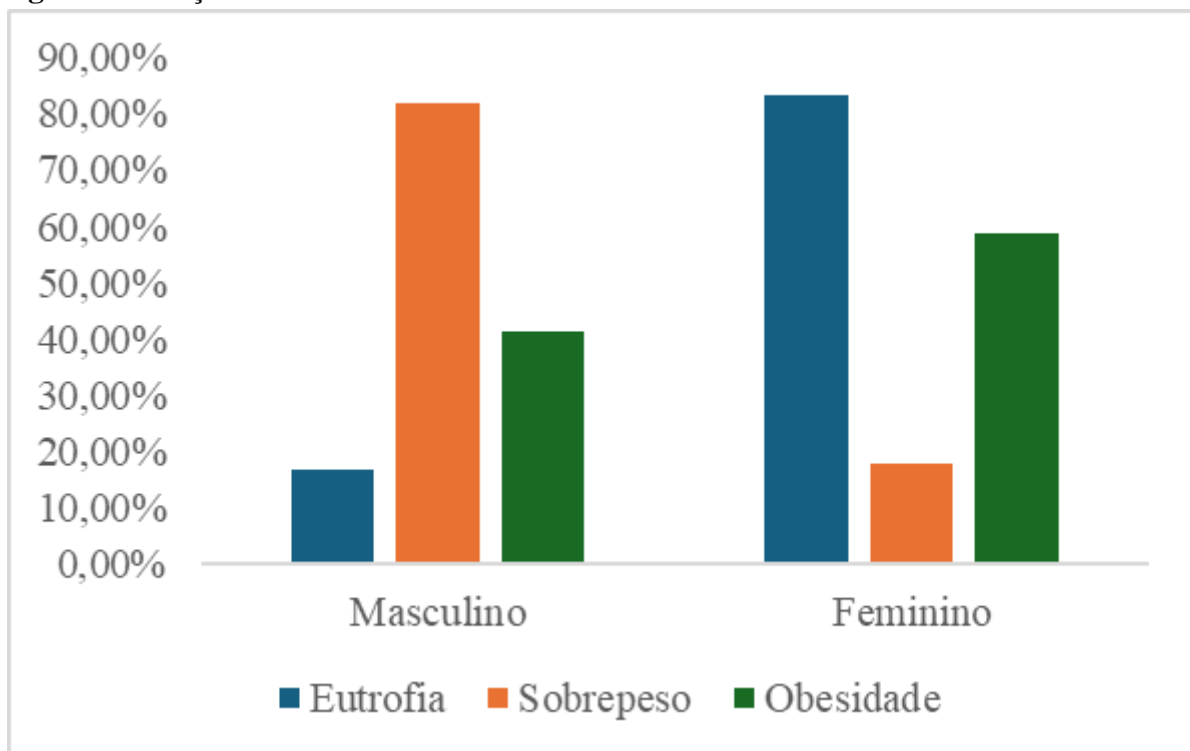
Variável	n = 98	%
----------	--------	---

<b>Sexo</b>		
Feminino	52	53,06
Masculino	46	46,94
<b>Nível de escolaridade</b>		
Ensino médio completo ou superior incompleto	4	4,09
Superior completo	10	10,20
Pós graduação	84	85,71
<b>Faixa de renda</b>		
1 a 2 salários mínimos	3	3,06
3 a 5 salários mínimos	3	3,06
6 salários mínimos ou mais	92	93,88
<b>Frequência de atividade física</b>		
Nunca	6	6,12
1 a 2 vezes na semana	27	27,55
3 a 5 vezes na semana	56	57,14
Todos os dias	9	9,19
<b>Histórico de doenças crônicas</b>		
Sim	27	27,55
Não	71	72,45
<b>Estado Nutricional</b>		
Eutrofia	42	42,86
Sobrepeso	39	39,80
Obesidade	17	17,34

**Fonte:** As autoras, 2024.

A Figura 1 ilustra a relação entre o estado nutricional e o sexo dos indivíduos. Ao analisar a figura, é possível perceber que 53,06% são do sexo feminino (n=52) e 46,94% do sexo masculino (n=46). Dentre os eutróficos, 83,33% (n=35) são pessoas do sexo feminino e 16,67% (n=7) do sexo masculino. Com relação aos indivíduos com estado nutricional de sobrepeso, a maioria é do sexo masculino 82,05% (n=32) e apenas 17,95% (n=7) são mulheres. No que diz respeito aos participantes da pesquisa classificados como obesidade houve maior similaridade entre os sexos, sendo 41,18% (n=7) do sexo masculino e 58,82% (n=10) do sexo feminino.

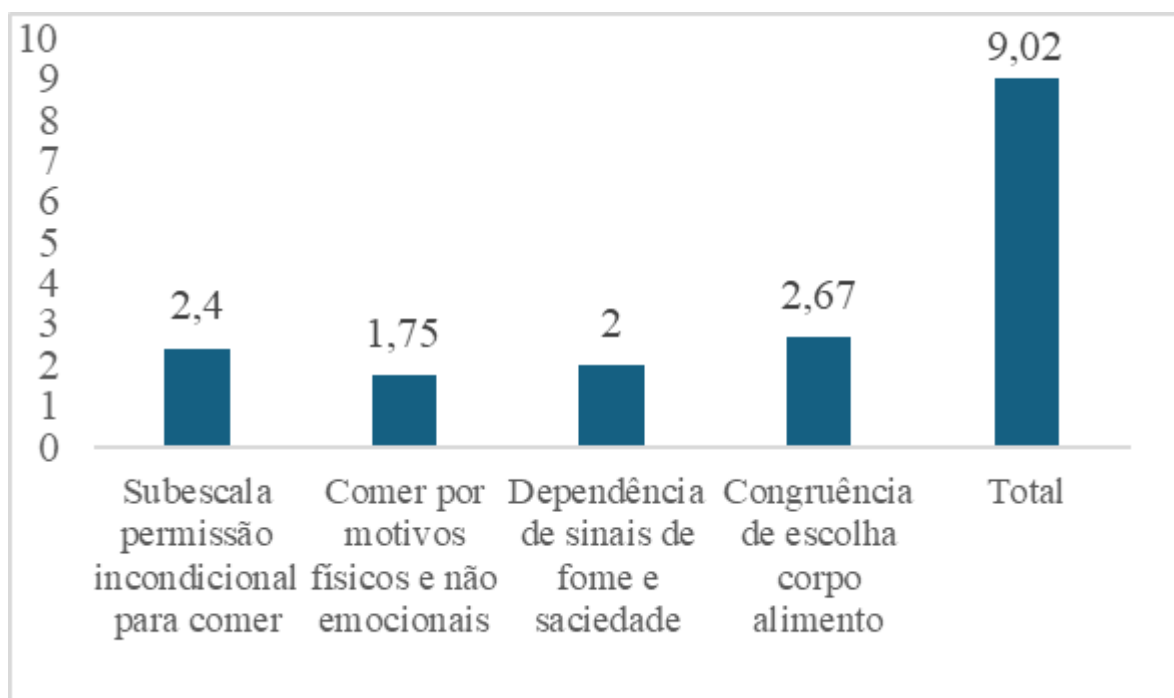
**Figura 1.** Relação sexo e estado nutricional.



Fonte: As autoras, 2024.

Os dados de comportamento alimentar, classificados por diferentes subescalas, foram apresentados na Figura 2. Cada subescala representa diferentes aspectos avaliados. Para estes dados, utilizou-se a mediana, sendo que a subescala que mais impactou a somatória das medianas foi a de congruência de escolha corpo alimento, seguida da subescala permissão incondicional para comer, dependência dos sinais de fome e saciedade e, por último, comer por motivos físicos e não emocionais. A última barra mostra a soma total das medianas.

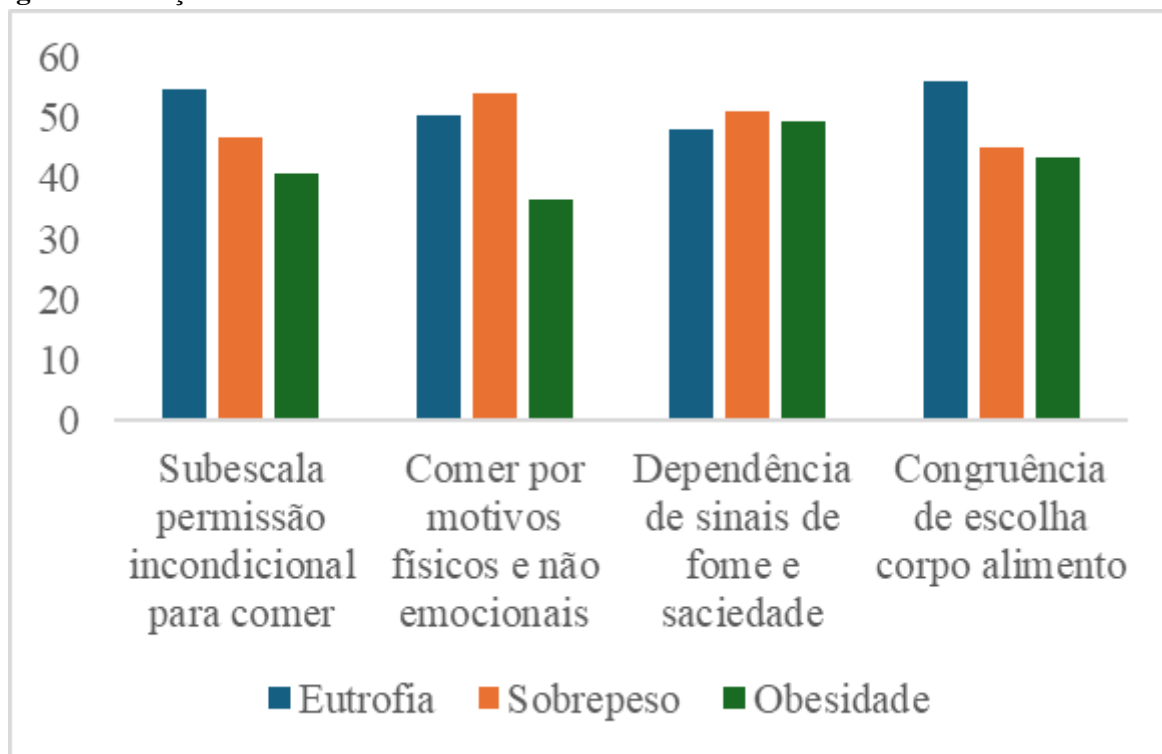
**Figura 2.** Mediana das subescalas



**Fonte:** As autoras, 2024.

A Figura 3 ilustra a comparação de atitudes alimentares entre indivíduos classificados como Eutrofia, Sobrepeso e Obesidade. Ao analisar a figura, é possível observar que os indivíduos do grupo obesidade apresentam características distintas em alguns aspectos do seu comportamento alimentar. Em comparação com os outros grupos, aqueles com obesidade demonstram uma menor permissão incondicional para comer, além de se alimentarem mais por motivos emocionais do que físicos. Em relação às subescalas permissão incondicional para comer e congruência de escolha corpo alimento, o grupo de eutróficos se distanciou mais dos outros grupos, sendo o grupo que mais pontuou. Por fim, a escala de dependência de sinais de fome e saciedade apresentou resultados semelhantes entre os três grupos.

**Figura 3.** Relação Subescala com o Estado nutricional



Fonte: As autoras, 2024.

## DISCUSSÃO

Conforme os achados do presente estudo, constatou-se um predomínio de sobrepeso entre os participantes do sexo masculino, representando 82,05%, enquanto apenas 17,95% pertenciam ao sexo feminino. Dados semelhantes foram observados nos resultados mais recentes do VIGITEL (2019), que apontam uma maior prevalência de excesso de peso entre os homens. No entanto, em uma pesquisa conduzida por Gomes *et al.* (2018) com 55 servidores adultos da Universidade Federal do Maranhão, atendidos pelo Programa Institucional "UFMA Saudável", observou-se uma diferença: 57,7% dos casos de excesso de peso foram identificados em mulheres, enquanto 42,3% foram identificados em homens.

Nos estudos de Lisowski *et al.* (2019) que analisou a prevalência de sobrepeso de mulheres e de Velásquez-Meléndez *et al.* (2004) que aborda a epidemiologia de sobrepeso e da obesidade e seus fatores determinantes em Belo Horizonte, observou-se que mulheres com maior poder socioeconômico tendem a apresentar menor porcentagem de sobrepeso, podendo ser um dos fatores relacionados ao fato desta pesquisa ter apresentado público do sexo masculino com maior excesso de peso. Além disso, de acordo com Lucas *et al.* (2023) os

homens com peso elevado tendem a transmitir uma imagem de poder e autoridade, além de aparentarem estar mais aptos para exercer funções que exigem maior esforço físico.

Um elevado nível de informação, combinado com um maior poder socioeconômico e uma preocupação acentuada com a saúde, o bem-estar e a qualidade de vida, frequentemente observado entre as mulheres, exerce uma influência positiva no estado nutricional. Esses fatores contribuem para escolhas alimentares mais conscientes e equilibradas, maior acesso a recursos de saúde e práticas de autocuidado que, em conjunto, promovem um perfil nutricional mais adequado e sustentável ao longo do tempo (Brasil, 2021).

Em relação à presença de doenças crônicas na amostra, constatou-se que apenas 27 participantes relataram possuir alguma dessas condições, representando 27,55% do total. De acordo com os dados do VIGITEL (2020), a hipertensão arterial apresentou prevalência de 25,25%, seguida pelo diabetes mellitus, com 7,3%. As doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), como diabetes mellitus tipo 2 (DM2), hipertensão arterial sistêmica (HAS) e obesidade, destacam-se entre as principais causas de mortalidade mundial, sendo associadas a hábitos alimentares inadequados e alterações no estado nutricional (Gottlieb et al., 2021).

Em relação à frequência de exercícios físicos, apenas 6,12% dos participantes (n=6) relataram nunca praticar. A ausência de atividade física regular está fortemente associada ao sedentarismo, um fator que contribui diretamente para o aumento do sobrepeso e da obesidade (ABESO, 2016). Isso pode ser evidenciado pelos dados deste estudo, nos quais todos os indivíduos inativos apresentam excesso de peso.

Enquanto isso, a prática de atividade física de 3 a 5 vezes na semana foi a de maior percentual, configurando 57,14% (n=56) de participantes da amostra. As mulheres apresentaram estado nutricional eutrófico 61,29% (n=19), 22,58% (n=7) sobrepeso e 16,13% (n=5) obesidade. Os homens, entretanto, apresentam dados contrários das mulheres, uma vez que pode ser testemunhado uma preponderância ao sobrepeso (n=19) e obesidade (n=4) do que eutrofia (n=2).

A reduzida prevalência de doenças crônicas na amostra pode ser atribuída ao nível de informação, poder aquisitivo e ao estado nutricional adequado dos participantes. Indivíduos com maior acesso a recursos econômicos e culturais tendem a adotar hábitos saudáveis, como uma alimentação balanceada e a prática regular de exercícios, fatores essenciais para a manutenção de um estado nutricional ótimo. Adicionalmente, o conhecimento sobre saúde e o acesso a serviços médicos preventivos capacitam esses indivíduos a tomarem decisões informadas e a evitarem comportamentos de risco, o que resulta em uma menor incidência de

doenças crônicas, como diabetes tipo 2, hipertensão e obesidade (Alvez & Faerstein, 2015; Almeida *et al.*, 2024).

Quanto ao comportamento alimentar, o presente estudo encontrou uma menor relação em comer por motivos físicos e não emocionais no grupo de indivíduos com obesidade comparado aos outros grupos. Em estudo de revisão, Dakanalis *et al.* (2023) encontraram relação entre estado nutricional de sobrepeso/obesidade e alimentação por motivos emocionais, corroborando as informações coletadas. Tais fatores estão associados com o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis. A alta prevalência desses aspectos aumentam a taxa de mortalidade, além de acarretar prejuízos do sistema imunológico, do nível de saúde mental e redução da qualidade de vida (Soares *et al.* 2023).

Na análise da subescala de permissão incondicional para comer, observa-se que a maioria dos indivíduos eutróficos apresentam o comportamento de comer livremente, não ignorando sinais de fome e saciedade, nem se limitando à apenas comidas específicas. Esse comportamento diminui em indivíduos com sobrepeso e é ainda menos frequente entre pessoas obesas, de forma que esses dois estados nutricionais possuem maiores limitações com alimentos, levando assim, à interpretação de que tais indivíduos tendem a ignorar sinais de fome e possuem “comidas proibidas” sendo um comportamento que pode levar ao desenvolvimento de transtornos alimentares, assim como relatado em Leite e Freitas (2021).

Em relação ao fator congruência de escolha corpo alimento, o grupo que mais pontuou neste quesito encontra-se com estado nutricional de eutrofia, considerando que este item diz respeito à escolha de alimentos que ajudam o corpo a funcionar melhor, logo, um padrão alimentar mais saudável é esperado, contudo a falta de evidências mostra que mais estudos são necessários para analisar esta relação.

A literatura recente disponível carece de diversidade e profundidade no que tange à discussão sobre as subescalas do comportamento alimentar, especificamente no que se refere à "permissão incondicional para comer" e à "congruência entre escolhas alimentares e as necessidades do corpo". A escassez de estudos abrangentes e detalhados sobre esses aspectos impede o avanço de uma análise mais robusta e fundamentada, limitando a compreensão das dinâmicas que envolvem esses comportamentos alimentares e suas implicações para a saúde e o bem-estar.

Além disso, destaca-se como limitação particular deste trabalho, que o questionário foi aplicado de forma virtual, o que pode impactar a qualidade dos dados coletados. Os participantes podem interpretar as perguntas de maneiras diferentes ou, em alguns casos, não dedicar a atenção necessária ao preenchimento, levando a respostas apressadas ou imprecisas.

A ausência de interações pessoais também pode limitar a possibilidade de esclarecer dúvidas em tempo real, o que poderia melhorar a compreensão das questões. Entretanto, apesar de tais limitações, é notável que a educação proporciona maior compreensão sobre nutrição e saúde, permitindo escolhas alimentares mais conscientes. Ademais, uma boa condição financeira facilita o acesso a alimentos de qualidade, além de serviços de saúde e programas preventivos. Esses fatores juntos podem ter contribuído para um estado nutricional adequado e para a prevenção de doenças, promovendo um melhor estado de saúde e qualidade de vida.

## **CONCLUSÃO**

A partir dos resultados encontrados pode-se perceber que servidores públicos apresentam de forma prevalente excesso de peso, sendo que os com obesidade apresentam comportamento alimentar mais motivado por razões emocionais do que físicas, e indivíduos que apresentam estado nutricional de eutrofia se preocupam em consumir alimentos que ajudam seu corpo a funcionar melhor.

Ademais, para aprimorar a precisão e a abrangência dos resultados, recomenda-se a realização de novos estudos que considerem a aplicação de questionários de forma presencial, o que pode reduzir fatores de confusão na interpretação das respostas e permitir um esclarecimento mais eficiente de eventuais dúvidas dos participantes. Além disso, é essencial ampliar a amostra para aumentar a representatividade dos dados e fortalecer as conclusões.

Aditado a tal, a avaliação do estado nutricional também pode ser enriquecida com o uso de métodos complementares, como a bioimpedância, que oferece uma análise mais detalhada da composição corporal, superando as limitações de métodos tradicionais como o IMC. Esses aprimoramentos metodológicos contribuirão para uma compreensão mais robusta e precisa dos fatores que influenciam o comportamento alimentar e o estado de saúde da população estudada.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, A. A. P.; *et al.* Fatores Associados ao Excesso de Peso em Adultos em um Município do Sudoeste Baiano. **Revista Contemporânea**, v. 4, n. 7, p. 01-16, Jun, 2024. DOI: <https://doi.org/10.56083/RCV4N7-041>. Disponível em: <https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home/article/view/4993/3757>. Acesso em: 22. nov. 2024.

ALVARENGA, M.; DAHÁS, L.; MORAES, C. **Ciência do Comportamento Alimentar**. de Parnaíba: Manole, 2021.

ALVARENGA M.S.; FIGUEIREDO M.; TIMERMAN F., ANTONACCIO C.M.A. **Nutrição Comportamental**. 2º ed ampliada e revisada. São Paulo: Manole, 2019.

ALVES, R. F. S.; FAERSTEIN, E. Desigualdade educacional na ocorrência de obesidade abdominal: Estudo Pró-Saúde. **Revista de Saúde Pública**, v. 49, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/LKJT43RStFyvMP45QBD9q8L/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 22. nov.2024.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA PARA O ESTUDO DA OBESIDADE E DA SÍNDROME METABÓLICA. **Diretrizes brasileiras de obesidade**. 4. ed. São Paulo: ABESO, 2016. Disponível em: <https://abeso.org.br/wp-content/uploads/2019/12/Diretrizes-Download-Diretrizes-Brasileiras-de-Obesidade-2016.pdf>. Acesso em: 22. out. 2024.

BORGES, N. J. B. G.; *et al.* Transtornos alimentares-quadro clínico. **Medicina (Ribeirão Preto)**, v. 39, n. 3, p. 340-348, 2006. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rmrp/article/view/389/390>. Acesso em: 12.out. 2023.

BRASIL. **Constituição (1988)**. Constituição da República Federativa do Brasil: promulgada em 5 de outubro de 1988. Organização do texto: Juarez de Oliveira. 4.ed. São Paulo: Saraiva, 1990. 168 p. (Série de Legislação Brasileira).

BRASIL. **Lei nº 8.027, de 12 de abril de 1990**. Dispõe sobre normas de conduta dos servidores públicos civis da União, das Autarquias e das Fundações Públicas, e dá outras providências. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 1990. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/18027.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/18027.htm) Acesso em: 15. set. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. Guia de Atividade Física para a População Brasileira. Brasília: Ministério da Saúde, 2021. Disponível em: [https://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/guia\\_atividade\\_fisica\\_populacao\\_brasileira.pdf](https://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/guia_atividade_fisica_populacao_brasileira.pdf). Acesso em: 22. nov. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Vigilância de Doenças e Agravos não Transmissíveis e Promoção da Saúde. **VIGITEL: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico**. Brasília: Ministério da Saúde; 2019.

CALDEIRA, T. C. M.; *et al.* Comportamentos de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais brasileiras e no Distrito Federal, segundo a Pesquisa Nacional de Saúde e o Sistema

de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico, 2019. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 31, p. 01-22, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ress/a/bY7VBTFXGJ7jCmY7B96f3pq/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 22. nov. 2024.

CUNHA, C. M. L.; *et al.* Associação entre padrões alimentares com fatores socioeconômicos e ambiente alimentar em uma cidade do Sul do Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 27, n. 02, p. 687-700, 2022.

CUPPARI, L. **Nutrição clínica no adulto**. 4 ed. São Paulo: Manole, 2019.

DA SILVA, W.R.; NEVES, A.N.; FERREIRA, L.; CAMPOS, J.A.D.B.; SWAMI, V. A psychometric investigation of Brazilian Portuguese versions of the Caregiver Eating Messages Scale and Intuitive Eating Scale-2. **Eat Weight Disord**, August , 2018. DOI:10.1007/s40519-018-0557-3. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/server/api/core/bitstreams/339fe158-2e57-465a-a026-7a42c84eb002/content>. Acesso em: 22. out. 2023.

DAKANALIS, A.; MENTZELOU, M.; PAPADOPOULOU, S.K.; PAPANDREOU, D.; SPANOUDAKI, M.; VASIOS, G.K.; PAVLIDOU, E.; MANTZOROU, M.; GIAGINIS, C. The Association of Emotional Eating with Overweight/Obesity, Depression, Anxiety/Stress, and Dietary Patterns: A Review of the Current Clinical Evidence. **Nutrients**, 2023. n. 05, 1173. Disponível em: <https://www.mdpi.com/2072-6643/15/5/1173>. Acesso em: 08 out. 2024.

HOUAISS, A. **Dicionário Houaiss da Língua Portuguesa**. 1. ed. Rio de Janeiro: Objetiva, 2001.

GEDRICH, K. Determinants of nutritional behavior: a multitude of levers for successful intervention?. **Appetite**, v. 41, n. 3, p. 231-238, Dec, 2003. DOI: 10.1016/j.appet.2003.08.005. Disponível em: <https://sci-hub.se/10.1016/j.appet.2003.08.005>. Acesso em: 12. out. 2023

GOTTLIEB, T.; WINTER, C. Estado nutricional de adultos atendidos em Estratégias de Saúde da Família de um município do Vale do Paranhana–RS. **Revista da Associação Brasileira de Nutrição- RASBRAN**, v. 12, n. 1, p. 88-103, Maio, 2021. DOI: <https://doi.org/10.47320/rasbran.2021.1965>. Disponível em: <https://www.rasbran.com.br/rasbran/article/view/1965/368>. Acesso em: 01. nov. 2024.

GOMES, M. K.; *et al.* Excesso de Peso e Risco Cardiometabólico em Servidores Atendidos Pelo Programa Institucional “UFMA Saudável”. **Revista Pesquisa em Saúde**, p.07-12, jan-abr, 2018. Disponível em: <https://periodicoseletronicos.ufma.br/index.php/revistahuufma/article/view/9454/6915>. Acesso em: 23.out. 2024.

LEITE, R. A.; FREITAS, F.M.N.O. A influência da mídia na saúde do indivíduo: Dietas restritas versus reeducação alimentar. **Brazilian Applied Science Review**, Curitiba, v. 5, ed. 5, p. 2052-2066, set./out. 2021. DOI 10.34115. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BASR/article/view/38747/pdf>. Acesso em: 8 nov. 2024.

LISOWSKI, J. F.; *et al.* Prevalência de sobrepeso e obesidade e fatores associados em mulheres de São Leopoldo, Rio Grande do Sul: um estudo de base populacional. **Cadernos saúde coletiva**, v. 27, p. 380-389, 2019. Disponível em: [scielo.br/j/cadsc/a/jWtnzLYtDnbcB5mrMt3Wydg/?format=pdf&lang=pt](https://scielo.br/j/cadsc/a/jWtnzLYtDnbcB5mrMt3Wydg/?format=pdf&lang=pt). Acesso em: 23. out. 2024.

LUCAS, M. S.; FAVORETTO, C. K.; BONDEZAN, K. L. Impacto da obesidade adulta no mercado de trabalho brasileiro: uma análise das diferenças entre homens e mulheres. **Economia e Sociedade**, Campinas, v. 32, p. 225-256, Jan./Abr. 2023. DOI: <https://doi.org/10.1590/1982-3533.2023v32n1art10>. Disponível em: [scielo.br/j/ecos/a/wK9DvYGjhcFVCLtVf3k3cxb/?format=pdf&lang=pt](https://scielo.br/j/ecos/a/wK9DvYGjhcFVCLtVf3k3cxb/?format=pdf&lang=pt). Acesso em: 24.out. 2024.

MELÉNDEZ, G. V.; PIMENTA, A. M.; KAC, G. "Epidemiologia do sobrepeso e da obesidade e seus fatores determinantes em Belo Horizonte (MG), Brasil: estudo transversal de base populacional.". **Revista Panamericana de Salud Publica**, p.308-314, Belo Horizonte. 2004. Disponível em: <https://www.scielosp.org/pdf/rpsp/v16n5/23667.pdf>. Acesso em: 22. out. 2024.

MELO, S. P. S. C.; *et al.* Doenças crônicas não transmissíveis e fatores associados em adultos numa área urbana de pobreza do nordeste brasileiro. **Ciência & saúde coletiva**, v. 24, p. 3159-3168, 2019. DOI:10.1590/1413-81232018248.30742017. Disponível em: <https://www.scielosp.org/pdf/csc/2019.v24n8/3159-3168/pt>. Acesso em: 24. out. 2024.

SOARES, M. M.: *et al.* A importância de hábitos saudáveis e adequados na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis. **Research, Society and Development**, v.12, n.1, DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v12i1.39295>. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/39295/32507>. Acesso em: 23. nov. 2024.

TYLKA, T. L.; DIEST, A. M. K. V. The Intuitive Eating Scale–2: Item refinement and psychometric evaluation with college women and men. **Journal of Counseling Psychology**, v. 60, n. 1, p. 137, 2013. DOI:10.1037/a0030893. Disponível em: <https://sci-hub.se/10.1037/a0030893>. Acesso em: 12. out. 2023

VAZ, D. S. S.; BENNEMANN, R. M. Comportamento alimentar e hábito alimentar: uma revisão. **Uningá Review**, Paraná, v. 20, n. 1, p.108-112, Setembro, 2014. Disponível em: <https://revista.uninga.br/uningareviews/article/view/1557/1168> Acesso em: 22. out. 2024.