

A INFLUÊNCIA DA ANSIEDADE NO CONSUMO ALIMENTAR DE ADOLESCENTES:
UMA REVISÃO DE LITERATURA

THE INFLUENCE OF ANXIETY ON FOOD CONSUMPTION OF ADOLESCENTS: A
LITERATURE REVIEW

LA INFLUENCIA DE ANSIEDAD EN EL CONSUMO DE COMIDA DE
ADOLESCENTES: UNA REVISIÓN DE LA LITERATURA

Ansiedade e consumo alimentar de adolescentes

Beatriz Fortunato dos Santos Marinho¹; Aída Bruna Quilici Camozzi²

¹ Aluna do Curso de Nutrição da Pontifícia Universidade Católica de Goiás.

ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-6029-7239>.

² Docente do Curso de Nutrição da Pontifícia Universidade Católica de Goiás

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0253-8448>.

Contribuição dos autores:

- ¹. Concepção, projeto, análise de dados e interpretação dos dados; redação do artigo, aprovação final da versão, responsável por todos os aspectos do trabalho garantindo a integridade da obra.
- ². Análise e interpretação dos dados, revisão crítica relevante do conteúdo, aprovação final da versão a ser publicada, responsável por todos os aspectos do trabalho na garantia da integridade da obra.

Conflito de interesses: não há conflito de interesses.

Financiamento: Não houve fonte de financiamento.

Resumo

A adolescência é uma fase de transição entre a infância e a idade adulta em que os indivíduos estão mais propensos a desenvolver quadros de ansiedade, e essa condição pode influenciar nas suas escolhas e consumo alimentar. Esse trabalho teve por objetivo realizar uma revisão acerca da influência da ansiedade no consumo alimentar de adolescentes. Trata-se de uma revisão sistemática de literatura realizada nas bases de dados MEDLINE, LILACS, SciELO e PUBMED utilizando os descritores transtorno de ansiedade, ansiedade, consumo alimentar, ingestão de alimentos e adolescentes em português, inglês e espanhol combinados utilizando o operador booleano “and”. No processo de busca e seleção foram identificados nove artigos. Nessa pesquisa foi possível verificar que a ansiedade interfere negativamente nas escolhas alimentares dos adolescentes como fator primário ou secundário causada por fatores emocionais, ambientais e hábitos de vida não saudáveis. Importante atentar para a condição de exacerbação da ansiedade em adolescentes para prevenir prejuízo nas suas condições de saúde.

Palavras-chave: Ansiedade. Ingestão de alimentos. Adolescentes.

Abstract

The adolescence is a transition phase between childhood and adulthood in which individuals are more likely to develop anxiety, and this condition can influence their choices and food consumption. This study aimed to carry out a review of the influence of anxiety on food consumption among adolescents. This is a systematic literature review carried out in the MEDLINE, LILACS, SciELO and PUBMED databases using the descriptors anxiety disorder, anxiety, food consumption, food intake and adolescents in Portuguese, English and Spanish combined using the Boolean operator “and”. In the search and selection process, new articles were identified. In this research, it was possible to verify whether anxiety interferes with adolescents' food choices as a primary or secondary factor caused by emotional and environmental factors and unhealthy lifestyle habits. It is important to pay attention to the condition of exacerbation of anxiety in adolescents to prevent damage to their health conditions.

Keywords: Anxiety. Food intake. Adolescents.

Resumen

La adolescencia es una fase de transición entre la niñez y la edad adulta en la que los individuos tienen más probabilidades de desarrollar ansiedad, y esta condición puede influir en sus elecciones y consumo de alimentos. Este estudio tuvo como objetivo realizar una revisión de la influencia de la ansiedad en el consumo de alimentos entre los adolescentes. Se trata de una revisión sistemática de la literatura realizada en las bases de datos MEDLINE, LILACS, SciELO y PUBMED utilizando los descriptores trastorno de ansiedad, ansiedad, consumo de alimentos, ingesta de alimentos y adolescentes en portugués, inglés y español combinados mediante el operador booleano “and”. En el proceso de búsqueda y selección se identificaron nueve artículos. En esta investigación, fue posible verificar que la ansiedad interfiere negativamente en la elección de alimentos de los adolescentes como factor primario o secundario causado por factores emocionales, ambientales y hábitos de vida no saludables. Es

importante prestar atención a la condición de exacerbación de la ansiedad en los adolescentes para prevenir daños en sus condiciones de salud.

Palabras clave: Ansiedad. La ingesta de alimentos. Adolescentes.

1. INTRODUÇÃO

O homem é um ser vivo onívoro, podendo se alimentar de tudo, tanto de matéria vegetal como animal, de certa forma possuindo uma liberdade de escolha alimentar. No entanto, as escolhas alimentares dos indivíduos são determinadas por certos fatores biológicos, socioculturais, antropológicos, econômicos e psicológicos. Nesse sentido, pode-se dizer que a escolha alimentar do ser humano está associada às condições do meio ambiente, da história pessoal e em valores pessoais. No processo de seleção de alimentos para consumo também estão envolvidos aspectos como o preço, o sabor, a variedade, o valor nutricional, a aparência e a higiene¹.

algumas fases da vida, como a adolescência, ocorrem grandes transformações, uma vez que hábitos e conhecimentos adquiridos neste espaço de tempo possuem uma relevante influência em alguns pontos da vida adulta, relacionados à alimentação, saúde, preferências, desenvolvimento psicossocial, entre outros².

Segundo os dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PENSE)³, que investiga fatores de risco à saúde de adolescentes matriculados no 9º ano do ensino fundamental (13 a 17 anos) foi verificada uma dominância do consumo regular (≥ 5 dias/semana) de guloseimas, refrigerantes, biscoitos doces, salgados fritos e salgadinhos de pacote por adolescentes brasileiros. Na pesquisa foi verificado que cerca de 97,3% dos escolares brasileiros de 13 a 17 anos consumiram, no mínimo, um alimento ultraprocessado no dia anterior à pesquisa realizada. E apenas 2,7% deles não fez consumo de qualquer alimento desse grupo. Esse consumo alimentar também está associado a um comportamento sedentário e, quanto maior tempo dessa conduta, maior o predomínio de tal consumo por alimentos ultraprocessados⁴.

Foi realizado um estudo utilizando o questionário de apetite emocional com universitários, onde foi constatado que as emoções são capazes de influir na ingesta alimentar dos seres humanos. Entre essas emoções, a ansiedade está presente, influenciando no consumo

alimentar desregulado em consequência da impulsividade que o indivíduo que está com ansiedade sente ⁵.

A ansiedade é definida por um sentimento vago e desconfortável de medo, tensão e apreensão. Geralmente, a ansiedade está relacionada a uma sensação de angústia por algo que nem aconteceu, é uma antecipação de ameaça futura, e por ser subjetiva, ela tende a ser crônica. A ansiedade também possui seu lado fundamental de nos proteger, pois nos faz pensar nas consequências de nossas escolhas. Porém, ela deixa de ser protetora e passa a ser prejudicial a nossa saúde quando está exacerbada⁶.

Esse transtorno é uma das condições neuropsiquiátricas mais predominantes no mundo, segundo informações divulgadas em 2017 pela Organização Mundial de Saúde (OMS), cerca de 3,6% da população mundial vivem com este distúrbio. O Brasil, sendo o país que possui a maior prevalência de casos de ansiedade no mundo, apresenta aproximadamente 9,3% dos brasileiros sofrendo com tal situação, e desse modo, geram mudanças físicas e psíquicas ⁷.

Em nossa sociedade atual, a ansiedade tende a estar mais presente em consequência da tendência hereditária, aos acontecimentos sociais e também está associada ao sistema de neurotransmissores noradrenérgicos e serotoninérgicos, ou seja, a ansiedade além de atuar na influência da alimentação em si, também pode ser influenciada pela mesma⁸.

Entre os vários transtornos que a condição de ansiedade pode ocasionar estão aqueles que acometem a alimentação, fundamentada na compulsão alimentar, podendo levar entre outros problemas, à obesidade, que atualmente é considerado um dos grandes problemas enfrentados pela Saúde Pública ⁹.

Vale destacar que entre 5% e 10% dos adolescentes enfrentam dificuldades que envolvem transtornos alimentares e essa condição pode ter sido afetada com a pandemia, uma vez que esse público é muito sujeito às influências sociais ⁹.

Considerando a adolescência como período de transição entre a infância e a idade adulta, período esse, que tem potencial para desenvolver a ansiedade, na maior parte das situações como consequência de medos que surgem nesse intervalo de tempo, sendo considerada uma coisa normal de se verificar, existem condições biopsicossociais que ocasionam o desenvolvimento de uma prática irregular que altera a relação do indivíduo com a alimentação¹⁰.

De um modo geral, o padrão de consumo alimentar dos adolescentes é inadequado, caracterizado em ser rico em alimentos ultraprocessados com grande teor de gordura, açúcar e sódio. Também se define pela escassa ingestão de alimentos *in natura* como as hortaliças ¹¹.

É importante entender essas influências para ajudar a orientar as decisões de consumo dos adolescentes, além de auxiliar profissionais de saúde mental, como psiquiatras e psicólogos, e outros profissionais que trabalham com adolescentes sobre como lidar com a ansiedade e ajudar os adolescentes a gerenciar seu comportamento de consumo de maneira saudável ⁹.

Diante do exposto, esse estudo teve como objetivo realizar uma revisão de literatura acerca da influência da ansiedade no consumo alimentar de adolescentes.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão de literatura, realizada nas bases de dados do Sistema *Online* de Busca e Análise de Literatura Médica (MEDLINE), Literatura Latinoamericana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e Pubmed, utilizando como descritores, em português, inglês e espanhol, as palavras: ansiedade (anxiety, ansiedad), ingestão de alimentos (food intake, la ingesta de alimentos), adolescentes (adolescents, adolescentes). Os descritores foram combinados entre si, utilizando o operador booleano “*and*: ansiedade *and* ingestão de alimentos *and* adolescentes, e seus respectivos descritores em inglês e espanhol.

Foram incluídos artigos publicados nos últimos cinco anos (2018 a 2023), realizados em humanos, tendo como público-alvo adolescentes, considerados pela OMS a faixa etária de 10 a 19 anos, associando ao quadro de ansiedade e suas consequências no consumo alimentar desses jovens.

Foram excluídos os artigos de pesquisas realizadas em animais e em humanos de outras faixas etárias que não adolescentes, estudos de revisão, artigos não disponibilizados na íntegra e fora da delimitação do período de publicação de cinco anos.

A seleção dos artigos foi feita após a aplicação dos descritores. Inicialmente foi realizada a leitura do título e do resumo, foram aplicados os critérios de inclusão e exclusão estabelecidos. Posteriormente foi realizada a leitura do artigo na íntegra com aplicação dos critérios de inclusão e exclusão e por fim, foram excluídos os artigos duplicados e que não possuíam conteúdo de relevância para a coleta de dados.

A partir da leitura final foi elaborada uma síntese crítica das informações dos artigos e uma conclusão da análise de toda pesquisa de dados.

RESULTADOS

A partir da busca nas bases de dados utilizando os descritores foram identificados 5.845 artigos. Com a aplicação dos critérios de exclusão foram excluídos 5.622 e no processo de seleção foram excluídos 215 artigos restando 8 artigos que compõem essa revisão.

Na figura 1 está o fluxograma que descreve o processo de seleção dos artigos.

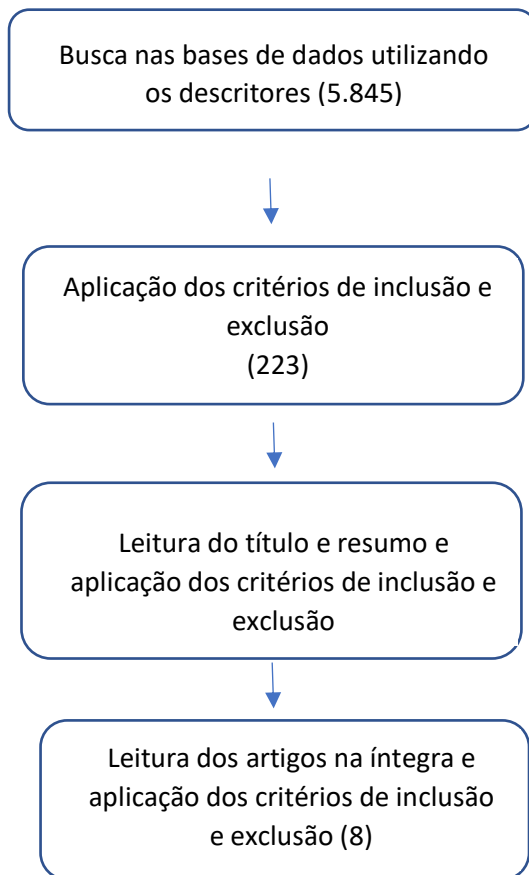


Figura 1: fluxograma do processo de seleção dos artigos da revisão.

No quadro 1 estão descritos os autores, objetivos, metodologia e principais resultados dos estudos que compõem essa revisão de literatura.

Autor/ Data	Objetivos	Metodologia	Resultados
ANNAM, et al. 2022. ¹²	Avaliar o impacto da COVID-19 nos comportamentos e estilo de vida das crianças e adolescentes do Paquistão.	Realizado um estudo transversal com 323 crianças e adolescentes com a idade de 4 a 18 anos e a participação dos pais. Foi utilizado um questionário para coletar dados sobre o perfil sociodemográfico, atitudes e fatores comportamentais	Foi observado que durante o período de COVID-19, devido ao crescimento de estresse, ansiedade e depressão houve um aumento significativo do consumo de <i>fast food</i> e frituras. Aproximadamente 90% dos participantes aumentaram o tempo de tela. Cerca de metade dos

		impactados pela COVID-19 em crianças e adolescentes.	indivíduos experienciou sensação de depressão e solidão durante a pandemia.
CÉSAR, et al. 2022. ¹³	Analisar fatores associados aos hábitos alimentares de estudantes de 18 anos ou mais, de uma instituição de ensino superior, incluída em um Estudo PADu: “Sintomas de ansiedade e depressão entre universitários de Minas Gerais: um estudo longitudinal”.	Estudo transversal da linha de base do projeto PADu com alunos do primeiro período da graduação, que responderam presencialmente a um questionário impresso e autoaplicável. As práticas alimentares foram avaliadas por meio de uma escala de 24 itens baseada sobre as recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira. As variáveis explicativas foram: sociodemográficas (sexo, idade, área de conhecimento, cor da pele, estado civil, renda familiar mensal), comportamentos (consumo excessivo de álcool, exercício físico, exposição à tela, uso da internet), condições de saúde (autoavaliação da saúde, estado nutricional, sintomas de depressão, ansiedade, estresse). 356 alunos participaram do estudo.	Na análise bivariada, a variável ansiedade foi relacionada com as práticas alimentares. A prática do exercício físico foi associada a pontuações mais altas no escore alimentar dos alunos. Foi constatado fatores associados ao menor escore uma maior exposição a telas, uso excessivo de internet, autoavaliação de saúde ruim, consumo excessivo de álcool e sintomas de estresse.
DRIEBERG, et al. 2019. ¹⁴	Analisar a associação entre perfeccionismo, ansiedade, depressão e sintomas de transtorno alimentar em crianças e adolescentes que possuem transtornos alimentares.	Registro de dados da avaliação de rotina do projeto HOPE para um Inventário de Transtornos Alimentares e analisar 3 modelos em amostra clínica de crianças e adolescentes. Os critérios de inclusão foram ser do sexo feminino, ser o primeiro atendimento no serviço e possuir o diagnóstico de transtorno alimentar.	O estudo indicou que a ansiedade e depressão interferem no perfeccionismo e nos sintomas de transtorno alimentar, como também os transtornos alimentares intervêm na relação entre perfeccionismo e ansiedade e/ou depressão.
LEE, VAILLANCOURT, 2019. ¹⁵	Investigar as vias de desenvolvimento entre o bullying e o comportamento alimentar desordenado em meninos e meninas no final da infância ao início da adolescência com associação da ansiedade e do sexo.	Este estudo utilizou dados do McMaster Teen Study, um estudo de coorte canadense em andamento examinando as relações entre bullying e saúde mental. O estudo foi realizado com 703 alunos do 5º ao 8º ano, de 10 a 14 anos. Os dados foram coletados primeiro dos alunos	A ansiedade teve efeitos diretos sobre o comportamento alimentar em vários momentos e iniciou um efeito cascata na vitimização do bullying e, posteriormente, na perpetração. Bullying, perpetração e ansiedade podem servir como sinais

		em sua sala de aula de forma manuscrita e nos anos subsequentes os alunos concluíram de forma manuscrita ou uma versão online de questionário em casa.	precoces de transtorno alimentar.
LIU, et al. 2022. ¹⁶	Utilizar os dados mais recentes de uma pesquisa transversal na China para relatar as associações entre o consumo habitual de laticínios e sintomas depressivos e de ansiedade social entre crianças e adolescentes de 7 a 17 anos.	Um estudo transversal incluindo crianças e adolescentes de 7 a 17 anos foi realizado em 2020 em Pequim. A depressão e a ansiedade social foram avaliadas por meio do Inventário de Depressão Infantil e da escala de ansiedade social para crianças. O consumo habitual de laticínios foi definido como ≥ 6 dias/semana. Métodos foram empregados para analisar as associações entre consumo de laticínios e depressão e ansiedade social. Foram incluídos 1.353 participantes, com idade média de 12,06 anos.	Em comparação com os participantes com menor ingestão de laticínios, os escores de depressão e ansiedade social em consumidores habituais de laticínios diminuíram, então o consumo habitual de laticínios foi inversamente correlacionado com depressão e ansiedade social.
PARAD, et al. 2019. ¹⁷	Analisar o desempenho escolar, teste de ansiedade e o consumo alimentar em relação a adolescentes urbanos e rurais em uma cidade da Índia.	Foi selecionado 6 escolas aleatoriamente (3 urbanas e 3 rurais), o estudo foi realizado com 401 crianças saudáveis de 13 a 16 anos. Estudo foi realizado após a aprovação do Comitê de Ética Institucional. Foi avaliado o IMC e altura para idade, o desempenho escolar e o registro de notas escolares. Foi aplicado um teste de múltipla escolha com 15 questões de matemática e ciências elaborado com ajuda dos professores, um teste de ansiedade e um recordatório alimentar de 24 horas.	Crianças urbanas foram associadas com desempenho escolar negativo indicando maior ansiedade durante os exames, sendo responsável pelo menor desempenho escolar. O teste de ansiedade foi associado com a má ingestão alimentar de crianças urbanas. E a alimentação inadequada foi associada ao menor desempenho escolar. Em crianças rurais não foi observado essas associações de desempenho escolar, má alimentação e ansiedade.
SCHAUMBERG, et al. 2019. ¹⁸	Investigar as associações entre ansiedade relatada pelos pais na metade da infância (10 anos) e comportamentos e transtornos alimentares relatados na adolescência (14 e 16 anos).	Os participantes eram indivíduos inscritos no Estudo Longitudinal Avon de Pais e Crianças (ALSPAC), que tinha base populacional de mulheres e seus filhos. 7.767 crianças cujos pais forneceram dados aos 10 anos de idade foram	Foi observado que os fatores físicos de ansiedade tiveram associação com diagnóstico de bulimia nervosa aos 16 anos, e o fator de preocupações estava associado a diagnósticos

		incluídas nas análises atuais. Foi identificado fatores de ansiedade aos 10 anos, seguido por uma análise de associações entre esses fatores e sintomas de transtorno alimentar e cognições aos 14 anos.	de anorexia nervosa aos 16 anos.
ZICKGRAF, ELKINS, 2018. ¹⁹	Analisar as relações entre ansiedade, sensibilidade a estímulos sensoriais e seletividade alimentar em crianças e adolescentes clinicamente ansiosos e em estudantes universitários adultos.	Estudo transversal realizado com 158 crianças, com idades entre 8 e 17 anos, e em 813 jovens universitários respondendo um formulário.	Em ambas as amostras, a sensibilidade sensorial mediou a relação entre ansiedade e seletividade alimentar. Na amostra de graduandos, o mesmo ocorreu para a relação entre ansiedade e neofobia alimentar.

Quadro 1: Descrição dos artigos selecionados nessa revisão de literatura

DISCUSSÃO

Nessa revisão foi possível verificar que condições de ansiedade podem alterar os hábitos alimentares de adolescentes. Essas alterações são negativas em vista das escolhas alimentares que esses adolescentes fazem em decorrência do sentimento de ansiedade ocasionado por várias questões que estão vivenciando nesse período. Isso pode gerar futuras consequências graves.

No estudo transversal de César *et al.*¹³ foi utilizado um questionário baseado nas recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira, para analisar os hábitos alimentares de estudantes do projeto PADu: “Sintomas de ansiedade e depressão entre universitários de Minas Gerais: um estudo longitudinal”. A conclusão é de que a ansiedade foi relacionada com as práticas alimentares, e a prática do exercício físico foi associada a pontuações mais altas no escore alimentar dos alunos. E consequentemente foram identificados fatores associados ao menor escore como uma maior exposição a telas, uso excessivo de internet, autoavaliação de saúde ruim, consumo excessivo de álcool e sintomas de estresse.

Conclui-se que o estilo de vida dos indivíduos tem relação com a ansiedade e consequentemente com o comportamento alimentar.

O meio ambiente também mostrou influenciar a condição de ansiedade e de consumo alimentar. O estudo de Parad *et al.*¹⁷ realizado com escolares utilizando um teste aplicado para analisar o desempenho escolar, a ansiedade e o consumo alimentar em relação a adolescentes urbanos e rurais em uma cidade da Índia, concluiu que o teste de ansiedade foi associado com a má ingestão alimentar de crianças urbanas, e essa alimentação inadequada foi associada ao

menor desempenho escolar. Já em crianças rurais não foram observadas essas associações de desempenho escolar, má alimentação e ansiedade.

Pode-se concluir com esse estudo que a disponibilidade no ambiente, como no meio urbano, para uma alimentação inadequada é um fator determinante para a influência no consumo alimentar de adolescentes.

Nessa revisão foram identificadas condições que levaram a exacerbação da ansiedade resultando em mudanças no comportamento alimentar dos adolescentes^{12,15}.

Estudo transversal conduzido por Annam *et al.*¹² utilizando um questionário de coleta dados sobre o perfil sociodemográfico, atitudes e fatores comportamentais impactados pela COVID-19 em crianças e adolescentes, concluiu que houve um aumento significativo do consumo de *fast food* e frituras em consequência do aumento do estresse, depressão e ansiedade gerados pela condição do COVID19.

Já no estudo de Lee e Vaillancourt¹⁵ utilizando dados do *McMaster Teen Study* para avaliar o *bullying* e o comportamento alimentar de pré-adolescentes, foi verificado entre os indivíduos vitimizados do *bullying* um aumento da ansiedade que trouxe como consequência mudanças no padrão alimentar. Concluíram que *bullying* e a ansiedade gerada nessa condição podem ser sinais precoces de desenvolvimento de transtorno alimentar.

Estudos mostram que a ansiedade para além da mudança de comportamento alimentar, pode estar relacionado ao desenvolvimento de transtornos alimentares^{14,18}.

O estudo de Drieberg *et al.*¹⁴ utilizando o registro de dados da avaliação de rotina do projeto HOPE para um Inventário de Transtornos Alimentares com o intuito de analisar a associação entre perfeccionismo, ansiedade, depressão e sintomas de transtorno alimentar em crianças e adolescentes que possuem transtornos alimentares, concluiu que a ansiedade e a depressão interferem no perfeccionismo e nos sintomas de transtorno alimentar, como também os transtornos alimentares intervêm na relação entre perfeccionismo e ansiedade e/ou depressão.

Estudo realizado por Schaumberg *et al.*¹⁸ com mulheres e seus filhos de 10 anos, participantes do estudo ALSPAC, objetivou avaliar a associação entre ansiedade relatada pelos pais na metade da infância e comportamentos e transtornos alimentares. Eles concluíram que a ansiedade está associada com bulimia nervosa na adolescência e preocupação associava-se com diagnóstico de anorexia nervosa aos 16 anos.

O estudo transversal de Liu *et al.*¹⁶ foi por meio do Inventário de Depressão Infantil e da escala de ansiedade social para crianças, associado com o consumo habitual de laticínios, e

foi observado que o consumo habitual de laticínios foi inversamente correlacionado com depressão e ansiedade social.

Zickgraf e Elkins¹⁹ em estudo transversal analisando a relação entre ansiedade, sensibilidade e seletividade alimentar em crianças e adolescentes identificaram que a sensibilidade sensorial mediou a relação entre a ansiedade e a seletividade alimentar.

Foi identificado nesse estudo a existência de uma relação de causa e efeito entre ansiedade e consumo alimentar, na qual o alimento pode ter influência sobre o indivíduo levando a desencadear a ansiedade, como podemos ver isso nos estudos de Liu *et al.*¹⁶ que mostraram a diminuição dos escores de depressão e ansiedade social em consumidores habituais de laticínios, e no estudo de Drieberg *et al.*¹⁴, os transtornos alimentares interferem na relação entre perfeccionismo e ansiedade e/ou depressão. Esse segmento de causa e efeito é constatado em outros estudos como Zahed *et al.*²⁰ 2014, no qual é observada associação significativa entre comportamentos violentos e *junk food*, além de também aumentarem as chances de sofrimento psiquiátrico autorrelatado.

CONCLUSÃO

Foi possível verificar que a ansiedade, como fator primário ou secundário, influencia no consumo alimentar de adolescentes. Fatores emocionais, ambientais e hábitos de vida não saudáveis podem provocar a piora na qualidade da alimentação e, até mesmo transtornos alimentares em adolescentes.

Em decorrência disso é importante atentar para a condição de exacerbação da ansiedade para intervir de tal forma a prevenir as mudanças deletérias do comportamento alimentar, que a longo prazo podem trazer consequências na condição de saúde dos adolescentes ou adultos jovens, com o aumento de risco para doenças crônicas não transmissíveis.

REFERÊNCIAS

- 1 Jomori MM, Proença RPC, Calvo MCM. Determinantes de escolha alimentar. *Revista de Nutrição*. 2008 Feb;21(1):63–73.
- 2 Alves MA, Souza AM, Barufaldi LA, Tavares BM, Bloch KV, Vasconcelos FAG. Padrões alimentares de adolescentes brasileiros por regiões geográficas: análise do Estudo de Riscos Cardiovasculares em Adolescentes (ERICA). *Cadernos de Saúde Pública*. 2019;35(6).
- 3 Camelo LV, Rodrigues JFC, Giatti L, Barreto SM. Lazer sedentário e consumo de alimentos entre adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), 2009. *Cadernos de Saúde Pública*. 2012; 28:2155-62.

- 4 Costa CS, Flores TR, Wendt A, Neves RG, Assunção MCF, Santos IS, et al. Comportamento sedentário e consumo de alimentos ultraprocessados entre adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), 2015. *Cadernos de Saúde Pública*. 2018; v. 34.
- 5 Bourdier L, Morvan Y, Kotbagi G, Kern L, Romo L, Berthoz S. Examination of emotion-induced changes in eating: A latent profile analysis of the Emotional Appetite Questionnaire. *Appetite*. 2018; 123:72–81.
- 6 Castillo ARG, Recondo R, Asbahr FR, Manfro GG. Transtornos de ansiedade. *Revista Brasileira de Psiquiatria*. 2000 Dec;22(suppl 2):20–3.
- 7 Costa CO, Branco JC, Vieira IS, Souza LDM, Silva RA. Prevalência de ansiedade e fatores associados em adultos. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria [Internet]*. 2019 Jun;68(2):92–100.
- 8 De Souza DTB, Lúcio JM, Araújo AS, Batista DA. Ansiedade e alimentação: uma análise inter-relacional. II Congresso Brasileiro de Ciências da Saúde. 2017.
- 9 Munhoz PG, Borges GDR, Beuron TA, Petry JF. A influência da ansiedade na compulsão alimentar e na obesidade de universitários. *Revista de Gestão em Sistemas de Saúde*. 2021 Mar 8;10(1):21–44.
- 10 Appolinário CJ, Claudino AM. Transtornos alimentares. *Brazilian Journal of Psychiatry*. 2000; 22:28-31.
- 11 Alves MA, Souza AM, Barufaldi LA, Tavares BM, Bloch KV, Vasconcelos FAG. Padrões alimentares de adolescentes brasileiros por regiões geográficas: análise do Estudo de Riscos Cardiovasculares em Adolescentes (ERICA). *Cadernos de Saúde Pública*. 2019;35(6).
- 12 Annam S, Fleming MF, Gulraiz A, Zafar MT, Khan S, Oghomitse-Omene PT, Saleemuddin S, Patel P, Ahsan Z, Qavi MSS. The Impact of COVID-19 on the Behaviors and Attitudes of Children and Adolescents: A Cross-Sectional Study. *Cureus*. 2022 Sep 28;14(9):e29719.
- 13 César PS, Paula W, Mendonça RD, Meireles AL, Amaral JF. Práticas alimentares de universitários segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira: estudo PADu. *Revista de Nutrição*. 2022;35.
- 14 Drieberg H, McEvoy PM, Hoiles KJ, Shu CY, Egan SJ. Um exame das relações diretas, indiretas e recíprocas entre perfeccionismo, sintomas de transtorno alimentar, ansiedade e depressão em crianças e adolescentes com transtornos alimentares. *Comportamentos alimentares*. 2019;32,53-59.
- 15 Lee KS, Vaillancourt T. A Four-Year Prospective Study of Bullying, Anxiety, and Disordered Eating Behavior Across Early Adolescence. *Child Psychiatry & Human Development*. 2019 Mar 26;50(5):815–25.
- 16 Liu J, Chen M, Ma Y, Ma T, Gao D, Li Y, et al. Habitual dairy consumption is inversely associated with depressive and social anxiety symptoms among children and adolescents aged 7–17 years: Findings from a cross-sectional study in Beijing, China. *Journal of Affective Disorders*. 2022 Dec;319: 309–17.

17 Parad M, Kajale N, Vartak V, Khadilkar AV. Scholastic Performance, Test Anxiety, Dietary Intakes and their Interrelationship in Urban and Rural Adolescents. *The Indian Journal of Pediatrics*. 2019 Apr 24;86(9):790–6.

18 Schaumberg K, Zerwas S, Goodman E, Yilmaz Z, Bulik CM, Micali N. Anxiety disorder symptoms at age 10 predict eating disorder symptoms and diagnoses in adolescence. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 2018;60(6):686–96.

19 Zickgraf HF, Elkins A. Sensory sensitivity mediates the relationship between anxiety and picky eating in children/ adolescents ages 8–17, and in college undergraduates: A replication and age-upward extension. *Appetite*. 2018 Sep; 128:333–9.

20 Zahedi H, Kelishadi R, Heshmat R, Motlagh ME, Ranjbar SH, Ardalan G, et al. Association between junk food consumption and mental health in a national sample of Iranian children and adolescents: The CASPIAN-IV study. *Nutrition*. 2014 Nov 1;30(11):1391–7.