

Actas do 13º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde

Organizado por Henrique Pereira, Samuel Monteiro, Graça Esgalhado, Ana Cunha, & Isabel Leal

30 de Janeiro a 1 de Fevereiro de 2020, Covilhã: Faculdade de Ciências da Saúde

DEPENDÊNCIAS ONLINE: A RELAÇÃO COM O COMPORTAMENTO ALIMENTAR, AUTOCONTROLO E IMAGEM CORPORAL

Carolina Cordeiro¹ (✉ karinamoutinho@gmail.com), Ivone Patrão^{1,2}, & Isabel Leal^{1,3}

¹ ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

² Applied Psychology Research Center Capabilities & Inclusion, ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

³ William James Center for Research, ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

A internet é rápida, de uso simples, fácil e permite obter toda a informação desejada num curto espaço de tempo (Kamal & Kamal 2018). Existem cerca de 719 milhões de utilizadores na Europa, e no mundo mais de 4,3 biliões de utilizadores, isto é, 56,8% da população mundial (*Internet World Start*. 2019).

Young (1998) evidencia que o uso excessivo da internet promoveu diversas problemáticas, sobretudo a dependência online, relacionada com outros vícios, como o jogo patológico, alcoolismo e transtornos alimentares.

Os transtornos alimentares como a anorexia, bulimia e compulsão alimentar são enumerados no *Diagnostic Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM5) (*American Psychiatric Association* [APA], 2013), geralmente em comorbidade com outra psicopatologia (Wade, Keski-Rahkonen & Hudson, 2011).

A questão da percepção corporal e o corpo tem diversas relações, segundo Fernández-Villa et al. (2015) os indivíduos com um índice de massa corporal superior a 30 podem apresentar um uso problemática da internet. Já no manual *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM5) (*American Psychiatric Association* [APA], 2013) há evidência de possível comorbidade entre as patologias alimentares em geral e a percepção corporal que cada individuo tem de si mesmo.

Segundo Slade (1994) a imagem corporal é composta por duas componentes, a componente precetiva que envolve o conceito da percepção corporal, e a atitudinal, que tende a explicar o conceito de corpo.

O autocontrole está relacionado com os reforços e o tipo de reforço usado tende a influenciar o autocontrole (Forzano & Louge, 1994). O reduzido autocontrole caracteriza-se pela impulsividade, pela insensibilidade, pelo gosto e preponderância do aspeto físico, já que as interações não têm importância (Gottfredson & Hirschi, 1990; Li, Dang, Zhang, Zhang, & Guo, 2014). Para Young (1998) o uso da internet está relacionado com a falta de desejo do indivíduo se controlar relativamente ao uso normal diário. Esta falta de autocontrole é uma característica que distingue os dependentes dos não dependentes da internet.

Em Portugal, a investigação que aborda a dependência na internet, concomitante com as perturbações alimentares é nula. As faixas etárias, tendem a incidir sobre os adolescentes, porém Bakken, Wenzel, Götestam, Johansson e Øren, (2009) mencionam que o vício pela internet não se limita à adolescência.

O objetivo principal deste estudo foi relacionar as dependências online (IAT) e os comportamentos alimentares dos adultos (P-YFAS). Como objetivos específicos: relacionar a dependência na internet (IAT) com o autocontrole (EBAC) e a percepção corporal (BSQ), e a dependência alimentar (P-YFAS) com o autocontrole (EBAC) e a percepção corporal (BSQ).

MÉTODO

Participantes

A amostra é composta por 202 indivíduos, 129 mulheres e 73 homens entre os 18 e os 68 anos, ($M=37,30$; $DP=13,397$). No que concerne à idade iniciação ao uso da internet, varia entre os 7 anos e os 50 anos ($M=21,11$; $DP=11,33$). 51% joga online, 42,1% tem alguma atividade física e 48,5% consome alimentos enquanto usa o telemóvel.

Material

Utilizou-se um protocolo de avaliação que se compunha em 5 secções. A primeira secção engloba questões sociodemográficas. As restantes são 4 escalas:

Internet Addictions Test – IAT (Pontes, Patrão & Griffiths, 2014) – Esta escala tem o intuito de medir a adição na internet, composta por 20 itens tipo Likert de seis pontos, sendo que (0): “não aplicável” e (5): “sempre”. Segundo Young (2011), o score final é calculado através da soma dos itens. Este criou 4 intervalos que demonstra os níveis de adição: Normal [0-30]; leve [31-49]; Moderado [50-79] e Severo [80-100]. Na validação da escala, denota-se um $\alpha=0.90$, na investigação decorrente o $\alpha=0.93$ – ambos os estudos têm uma excelente consistência interna.

Versão Portuguesa da Yale Food Addiction Scale – P-YFAS (Torres, Camacho, Costa, Ribeiro, Santos, Vieira, Brandão, Sampaio, & Oliveira-Maia, 2017) – Esta escala avalia 8 sintomas e tem 24 itens, divididos em 3 partes. Do item 1 ao 16, escala Likert de 5 pontos, (0): Nunca e (4): 4 ou mais vezes por semana, ou diariamente. Os itens 17 a 23 são dicotómicos (1) Sim ou (0) Não. O item 24 é Likert, em que (0): 1 ou menos vezes e (4) 5 ou mais vezes. Para se cotar é necessário recodificar em itens dicotómicos. No estudo de validação encontra-se um $\alpha=0.82$, e neste estudo encontra-se um $\alpha=0.79$.

Body Shape Questionnaire – BSQ (Silva, Costa, Pimenta, Maroco, Alvares, & Campos, 2016) – Esta escala avalia a percepção da imagem corporal, é composta por 34 itens, tipo Likert de 6 pontos (1) “Nunca” e (6) “Sempre”, e. A pontuação é obtida pelo somatório da cotação dos itens, cujo o máximo é 204 pontos, quanto maior for o valor maior será a preocupação com a imagem corporal. No estudo de validação e no presente estudo existem valores excelentes de consistência interna, respetivamente $\alpha=0.97$ no estudo de validação e $\alpha=0.97$ neste estudo.

Escala Breve de Auto-controlo – EBAC (Tangney, Baumeister & Boone, 2004; validação portuguesa, Águas, Patrão, Pimenta, & Leal, in press) – Esta escala avalia o controlo de cada indivíduo. É composta por 13 itens, Likert de 5 pontos, sendo que (1): Nada a ver comigo e (5): Tudo

a ver comigo. Alfa 0.83 e de 0.85 no estudo de validação de Tangney, Banmeister e Boone, (2004). Neste estudo, encontra-se $\alpha=0,787$, o que indica boa consistência interna.

Procedimentos

Inicialmente, procedeu-se à revisão de literatura através de diversas bases de dados, permitindo assim definir as variáveis em estudo, delimitar os objetivos e observar as lacunas já existentes. Posteriormente, foi elaborado um protocolo de avaliação com consentimento informado, constituído por um questionário que reunia questões sociodemográficas, questões de acesso e uso da internet e por diferentes escalas específicas, IAT *Internet Addiction Test*, P-YFAS, versão portuguesa da *Yale Food Addiction Scale*, EBAC Escala Breve de Autocontrolo e BSQ *Body Shape Questionnaire*.

Quanto aos critérios de seleção, a única particularidade imposta foi ser maior do que 18 anos. Por seu turno, o processo da recolha da amostra ocorreu em plataformas online, como, por exemplo, as redes sociais, tais como *Facebook*, *Gmail* e foi em efeito “bola de neve”. Posteriormente após a recolha dos dados, estes foram analisados através do programa IBM SPSS, versão 25. De modo a cumprir os objetivos propostos, em primeiro lugar, verificou-se a normalidade através do teste de *Kolmogorov-Smimov*, que possibilitou a escolha de teste mais adequada no que concerne as correlações, foram usados ambos os testes o de *Pearson* e o *Spearman*. Por último, os resultados obtidos foram interpretados e discutidos, à luz da literatura.

RESULTADOS

Relação da escala de IAT com a escala P-FYAS

Procedeu-se ao teste de normalidade de *Kolmogorov-Smimov*, o que nos indica que não há normalidade, logo será utilizado o teste de correlação não paramétrica de *Spearman* verifica-se que existe uma correlação significativa positiva, embora muito fraca, entre a escala IAT e a P-FYAS ($r=0,193$; $p<0,01$).

Relação entre a escala do IAT com a escala de EBAC

Na relação entre as escalas IAT e EBAC, salienta-se que há normalidade na amostra. Recorre-se ao teste de *Pearson* e verifica-se que existe um coeficiente de correlação fraca positiva. ($r=0,374$; $p<0,01$).

Relação entre a escala do IAT e a escala do BSQ

Na hipótese “existe correlação significativa entre as escalas IAT e a escala BSQ”, foi possível observar que as escalas não apresentam normalidade. Recorre-se ao teste de *rô* de *Spearman* e confirma-se correlação positiva moderada ($r=0,405$; $p<0,01$).

Relação entre a escala P-YFAS e EBAC

Relação entre a P-YFAS e EBAC, constatou-se que a distribuição numa das escalas não é normal, (Sig.=0,000 logo $<0,05$). Recorre-se ao teste de *Skewess* e considera-se que a distribuição é fortemente assimétrica, o que requer o uso o teste *rô* de *Spearman*. Verifica-se uma correlação significativa positiva fraca ($r=0,305$; $p<0,01$).

Relação entre a escala P-YFAS e a escala BSQ

Na relação entre P-YFAS e a escala BSQ verificou-se que não existe normalidade. Usa-se o teste de *rô* de *Spearman*. O coeficiente de correlação indica uma correlação significativa positiva fraca ($r=0,322$; $p<0,01$).

DISCUSSÃO

Atendendo aos objetivos propostos, pretendeu-se avaliar se existia uma relação entre a dependência na internet, a dependência alimentar, a preocupação corporal e a capacidade de autocontrolo de cada indivíduo.

Constatou-se que a idade média de iniciação de uso internet, foi aproximadamente aos 21 anos. Há que ter em consideração que a internet

em Portugal só começou a ter assinantes a partir de 1997 com um valor de 88670 assinantes (Pordata, 2018). Com isso, explica-se o motivo da média de idade ser tão alta relativamente aos adultos.

De um modo geral, pôde-se visualizar que entre todas as variáveis em estudo existem correlações significativas positivas.

Da revisão da literatura efetuada pôde constatar-se que, os resultados de Yildirim, Sevincer, Kandeger e Afacan (2018), são semelhantes aos do presente estudo. Isto significa que quanto maior a dependência na internet, maior será a dependência alimentar. Kamal e Kamal (2018) evidenciam a preocupação constante com uso da internet e dos vários problemas, doenças e desordens alimentares associadas.

Özdemir, Kuzucu e Ak (2014) confirmam que o vício na internet influencia o baixo autocontrolo. Já para Xinaris e Boland (1989) o único preditor significativo para os distúrbios alimentares foi o autocontrolo. De um modo geral, pode-se dizer que o autocontrolo exerce e prediz comportamentos associados à alimentação e ao uso da internet.

A percepção da imagem corporal é influenciada tanto pela dependência na internet e pela dependência alimentar, isto é quanto maior o nível de dependência maior é a preocupação que cada individuo tem com sua imagem corporal. Segundo Rodgers, Melioli, Laconi, Bui e Chabrol (2013) a dependência na internet relaciona-se com percepção corporal. No estudo de Lavoisy, Guelfi, Vera, Dardannes e Rouillon, (2007) a imagem corporal é afetada por diversas questões alimentares. Contrariamente na investigação de Odaci e Çelik, (2015) dizem não haver relação entre a dependência na internet e a imagem corporal.

Este estudo teve diversas limitações: a carência de literatura e a incidência numa população adulta. Este é um estudo exploratório correlacional. Estudos de correlação não estabelece relações de causalidade, e não permite um controlo rigoroso das variáveis, estes são focados numa determinada amostra e não podem ser interpretados como absolutos (Coutinho, 2008; Anderson & Arsenault, 1999; Borg & Gall 1989).

Com base neste estudo pode-se então perceber a importância e a necessidade de melhor compreender esta temática, visto que atinge todas as idades e não só os jovens, capacitando assim a necessidade de aprofundar, sobre a mesma numa amostra maior.

REFERÊNCIAS

- Água, J., Patrão, I., Pimenta, F., & Leal, I. (in press). EBAC – Escala Breve de Auto-controlo. *Atas do 13 Congresso de Psicologia da Saúde*.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed.). Arlington, VA: Author.
- Anerson, G., & Arsenault, N. (1999). *Fundamentals of educational research*. London: Falmer Press Teachers Library.
- Bakken, I. J., Wenzel, H. G., Götestam, K. G., Johansson, A., & Øren, A. (2009). Internet addiction among Norwegian adults: A stratified probability sample study. *Scandinavian Journal of Psychology*, 50, 121-127. doi: 10.1111/j.1467-9450.2008.00685.x
- Borg, W. R., & Gall, M. D. (1989). *Educational research: An introduction*. New York: Longman.
- Coutinho, C. (2008). Estudos correlacionais em educação: Potencialidade e limitações. *Psicologia Educação e Cultura*, XII(1), 143-169.
- Fernandez-Villa, T., Ojeda, J., Gomez, A., Carral, J. M., Delgado-Rodriguez, M., Garcia-Martin, M., . . . Martin, V. (2015). Uso problematico de internet en estudiantes universitarios: Factores asociados y diferencias de género. Problematic internet use in university students: Associated factors and differences of gender. *Adicciones*, 27(4), 265-275. <https://doi.org/10.20882/adicciones.751>
- Forzano, L. B., & Logue, A. W. (1994). Self-control in adult humans: Comparison of qualitatively different reinforcers. *Learning and Motivation*, 25, 65-82. <https://doi.org/10.1006/lmot.1994.1004>
- Gottfredson, M. R., & Hirschi, T. (1990). *A general theory of crime*. Stanford, CA: Stanford University Press.
- Internet World Stats. (2019) *World internet usage and population statistics*. <https://www.internetworldstats.com/stats.htm>
- Kamal, N., & Kamal, N. (2018). Determinants of problematic internet use and its association with disordered eating attitudes among Minia university students. *International Journal of Preventive Medicine*, 9. https://doi.org/10.4103/ijpvm.IJPVM_489_17
- Lavoisy, G., Guelfi, J., Vera, L., Dardennes, R., & Rouillon, F. (2008). Évaluation des préoccupations corporelles dans les troubles des conduites alimentaires par le Body Shape Questionnaire Evaluation of perturbed body image in eating disorders using the Body Shape Questionnaire. *L'Encéphale*, 570-576. <https://doi.org/10.1016/j.encep.2007.11.005>

- Li, C., Dang, J., Zhang, X., Zhang, Q., & Guo, J. (2014). Computers in Human Behavior Internet addiction among Chinese adolescents: The effect of parental behavior and self-control. *Computers in human behavior*, 41, 1-7. <https://doi.org/10.1016>
- Odaci, H., & Çelik, Ç. B. (2016). Does internet dependence affect young people's psycho-social status? Intrafamilial and social relations, impulse control, coping ability and body image. *Computers in Human Behavior*, 57, 343-347. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.12.057>
- Özdemir, Y., Kuzucu, Y., & Ak, S. (2014). Computers in human behavior depression loneliness and internet addiction: How important is low. *Elsevier Ltd.*, 34, 284-290. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.02.009>
- Pontes, H. M., Patrão, I. M., & Griffiths, M. D. (2014). Portuguese validation of the internet addiction test: An empirical study. *Journal of Behavioral Addictions*, 3(2), 107-114. <https://doi.org/10.1556/JBA.3.2014.2.4>
- Rodgers, R. F., Melioli, T., Laconi, S., Bui, E., & Chabrol, H. (2013). Internet addiction symptoms, disordered eating, and body image avoidance Rachel. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 16(1), 56-60. <https://doi.org/10.1089/cyber.2012.1570>
- Silva, W. R., Costa, D., Pimenta, F., Marôco, J., & Campos, J. A. D. B. (2016). Psychometric evaluation of a unified Portuguese-language version of the Body Shape Questionnaire in female university students TT – Avaliação psicométrica de uma versão unificada em língua portuguesa do Body Shape Questionnaire para uso em estudantes universitários. *Cadernos de Saúde Publica*, 32(7), e00133715-e00133715. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00133715>
- Slade, P. (1994). What is body image? *Behaviour Research and Therapy*, 32(5), 497-502. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)90136-8](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)90136-8)
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72(2), 271-324. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x>
- Wade, T. D., Keski-Rahkonen, A., & Hudson, J. I. (2011). Epidemiology of eating disorders. In *Psychiatric epidemiology* (pp. 343-360). https://doi.org/10.1007/978-981-287-087-2_55-1
- Xinaris, S., & Boland, F. (1990). Disordered eating in relation to tobacco use, alcohol and sex-role ideology. *International Journal of Eating Disorders*, 9(4), 425-433. [https://doi.org/10.1002/1098-108X\(199007\)](https://doi.org/10.1002/1098-108X(199007))

- Yildirim, M. S., Sevincer, G. M., Kandeger, A., & Afacan, C. (2018). Investigation of the relationship between risk of Internet addiction, food addiction, and self-esteem in high school students. *Dusunen Adam: The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 31(2), 187-194. <https://doi.org/10.5350/DAJPN2018310206>
- Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 237-244. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>