



**LETÍCIA ADRIELLE ROCHA  
RAFAELA DOS REIS MAGALHÃES  
VERÔNICA CARNEIRO DE OLIVEIRA**

**TRANSTORNOS ALIMENTARES NA ADOLESCÊNCIA**

**FEIRA DE SANTANA-BA  
2022**

**LETÍCIA ADRIELLE ROCHA**  
**RAFAELA DOS REIS MAGALHÃES**  
**VERÔNICA CARNEIRO DE OLIVEIRA**

## **TRANSTORNOS ALIMENTARES NA ADOLESCÊNCIA**

Trabalho de Conclusão de Curso de Nutrição da Faculdade Anísio Teixeira (FAT) solicitado pela Bruna Matos Santos Dantas, como requisito parcial obrigatório para obtenção do grau de Bacharel em Nutrição, sob a orientação do professor Antônio Carlos Magalhães.

**Orientador: Antônio Carlos Magalhães**

**2022**

### **AGRADECIMENTO**

A Deus por ter nos permitido a chegar até aqui apesar das dificuldades.

A faculdade Anísio Teixeira por dispor de excelentes docentes que direcionaram nosso até aqui e nos proporcionar uma base para sermos profissionais de excelências.

Ao nosso orientador Antônio Carlos Magalhães que dispor do seu tempo para dá suporte nas correções e incentivar na conclusão do trabalho.

A nossa família e a todos que direta e indiretamente fizeram parte de nossa formação.

## SUMÁRIO

### Sumário

RESUMO.....	5
ABSTRACT.....	6
INTRODUÇÃO .....	7
MÉTODO .....	9
RESULTADOS E DISCUSSÃO .....	9
CONSIDERAÇÕES FINAIS .....	18
REFERENCIAS.....	19

## RESUMO

O objetivo do trabalho foi investigar os transtornos alimentares (TA) recorrentes na adolescência, suas causas e consequências, destacando o papel do nutricionista no tratamento, superação e melhoria da qualidade de vida dos portadores de TAs. Atualmente, as pessoas se preocupam com o corpo perfeito, gerando uma busca constante pelo estereótipo socialmente bonito e aceitável. Tal perseguição leva ao uso de dietas milagrosas ao comprometimento da própria saúde com o intuito de chegar aos padrões impostos pela sociedade. A adolescência é um período relativamente sensível nessa questão, é nessa fase que começam a surgir as inseguranças e insatisfações com o próprio corpo. Para identificação de artigos relacionados ao tema, foram percorridas pesquisas nas bases de dados bibliográficas via Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) onde foram identificados 82 resultados conforme os critérios adotados, dos quais 74 foram excluídos durante a verificação de elegibilidade. Os artigos selecionados relacionam os TAs com a influência da mídia na construção da imagem a ser alcançada pelos adolescentes. São muitos os aspectos envolvidos na etiologia dos transtornos alimentares pois constituem uma extensa lista de variáveis que podem influenciar a propensão no desenvolvimento de TAs e psicológicos. A revisão de literatura mostrou de forma unânime a escassez de artigos ligados ao tema, condição percebida na concepção deste estudo, destacando a necessidade de aprofundamento científico em estudos relacionados ao papel do nutricionista no cuidado de adolescentes que vivem com TA. O cuidado com o corpo apresenta motivos distorcidos, em vez de autopreservação, os adolescentes estão mais focados em serem aceitos socialmente e satisfazerem expectativas que não são suas, mas que foram alienadas a eles.

Palavras chaves: Mídia, Adolescentes. Transtornos Alimentares. Insatisfação Corporal. Nutricionista.

## **ABSTRACT**

The objective of this study was to investigate recurrent eating disorders in adolescence, their causes and consequences, highlighting the role of the nutritionist in the treatment, overcoming and improvement of the quality of life of patients with EDs. Nowadays, people are concerned with the perfect body, generating a constant search for the socially beautiful and acceptable stereotype. Such persecution leads to the use of miracle diets to compromise one's own health in order to reach the standards imposed by society. Adolescence is a relatively sensitive period in this matter, it is at this stage that insecurities and dissatisfaction with one's own body begin to emerge. In order to identify articles related to the topic, searches were carried out in the bibliographic databases via the Virtual Health Library (VHL) where 82 results were identified according to the adopted criteria, of which 66 were excluded during the eligibility verification. The selected articles relate the ATs to the influence of the media in the construction of the image to be achieved by adolescents. There are many aspects involved in the etiology of eating disorders, constituting an extensive list of variables that can influence the propensity to develop eating and psychological disorders. The literature reviews addressed unanimously report the scarcity of articles related to the theme, a condition perceived in the design of this review, highlighting the need for scientific deepening in studies related to the nutritionist's role in the care of adolescents with AD. skewed motives, rather than self-preservation, teenagers are more focused on being socially accepted and fulfilling expectations that are not theirs but that have been alienated from them.

**Keywords:** Media, adolescents, eating disorders, body dissatisfaction, nutritionist.

## INTRODUÇÃO

Vivemos um momento em que as pessoas se preocupam com o corpo perfeito, gerando uma busca constante pelo estereótipo socialmente bonito e aceitável. Tal perseguição leva ao uso de dietas mirabolantes e milagrosas ao comprometimento da própria saúde com o intuito de chegar aos padrões impostos pela sociedade. A busca excessiva pelo corpo que a mídia induz ser o ideal, acaba causando transtornos alimentares (TA) que são alterações no comportamento alimentar que resultam de uma relação complexa entre aspectos biológicos, psicológicos e socioculturais. Podem levar tanto ao emagrecimento extremo como à obesidade modificando a forma que o indivíduo se alimenta e em alguns casos a distorção da própria imagem. De acordo com a Sociedade Brasileira de Psiquiatria Clínica (SBPC), o número de pessoas que desenvolve graves transtornos do comportamento alimentar aumenta a cada ano, as adolescentes e mulheres jovens constituem a maior parte deste aumento, correspondendo cerca de 90%.

Os transtornos alimentares são reconhecidos como maléficos por causarem alterações no comportamento alimentar e visão distorcida do seu corpo Da Costa et al., (2019). Existem desordens alimentícias em que o indivíduo passa a ter repulsa pela comida, alimentam-se em poucas quantidades ou de forma exagerada e compulsiva, para alguns, ocorre um sentimento de culpa que induz diferentes métodos para eliminação do alimento, conhecidos métodos purgativos, são eles: uso de laxantes, indução do vômito e uso de medicamentos (APPOLINÁRIO; CLAUDINO, 2000). Ainda, há indivíduos portadores que conseguem remastigar um alimento que já foi engolido antes ou realizar a ingestão de substâncias não nutritivas e inadequadas como: terra, barro, cabelo, alimentos crus, cinzas de cigarro e fezes de animais.

Os TAs mais comuns são a anorexia nervosa, bulimia nervosa e o Transtorno Compulsivo Alimentar Periódico (TCAP), esses causam alterações no comportamento alimentar afetando diretamente o peso do indivíduo (OLIVEIRA et al., 2020). De acordo com Appolinário; Claudino, (2000) a anorexia está relacionada como a restrição exagerada da alimentação devido ao medo de engordar, os portadores dessa patologia procuram comer minimamente em um espaço maior de tempo ou não se alimentam, recorrendo a métodos não purgativos, que consistem na prática excessiva de atividades físicas e jejum como aliados na perda calórica, apesar de suas reservas energéticas serem mínimas. Da Costa, (2019) comenta que pacientes com bulimia nervosa (BN) apresentam quadros repetidos e exagerados de

compulsão alimentar, seguido de sentimento de culpa, levando ao indivíduo a se utilizar de métodos purgativos a fim de perderem peso de forma rápida e minimizar o sentimento de culpa. No TCAP ocorre uma grande ingestão de alimentos acompanhado da sensação da perda de controle sobre a quantidade e o tipo de alimento que são ingeridos de forma mais rápida que o normal, mesmo que o indivíduo não esteja com fome, come até se sentir incomodado e apesar de sentirem repulsa, vergonha, culpa ou raiva de si mesmo após cada episódio compulsivo os métodos compensatórios para perda de peso não são adotados, o que leva indivíduos a desenvolver obesidade (NUNES, 2013).

Segundo Morgam; Vecchiatti; Negrão, (2002) os TAs podem ser causados pela junção de vários fatores predisponentes que estão divididos em três grupos: o individual, familiar/hereditário e sociocultural. Os fatores individuais são provenientes dos próprios traços do indivíduo como obissessividade, a perfeição e introversão comuns em pacientes com anorexia nervosa (AN), já aqueles mais sociáveis com comportamento impulsivo, traços de descontrole e instabilidade afetiva são propensos ao desenvolvimento da. Os fatores familiares/hereditários em que pacientes com TA tem parentes de primeiro grau que apresentam os mesmos transtornos, isso ocorre tanto devido a genética quanto aos padrões de interação familiar pois quando se faz comparações das famílias dos anoréxicos com as demais famílias nota-se que estas são mais rígidas na criação, e as dos bulímicos são consideradas como desorganizados e se queixam de falta de afeto.

Oliveira et al., (2020) relata que os fatores socioculturais estão relacionados aos padrões de beleza impostos pela sociedade. No Brasil, as principais influências sociais estão relacionadas a televisão e internet, que possuem fácil acesso e permitem maior exposição a padrões preestabelecidos de beleza. A evolução tecnológica possibilitou uma comunicação imediata que permite a interação com o mundo sem que saia do lugar, esse avanço contribui para mudanças de hábitos culturais e acaba enfraquecendo as relações sociais, impedido a criação de laços estáveis e experiências reais. Os adolescentes são os mais afetados por essas transições devido a maior acesso à mídia que os expõem a valorização dos padrões estéticos que causam insatisfação com o corpo e causam consequências para vida adulta (BITTAR; SOARES, 2020).

Sabe-se que a adolescência como um período sensível, é nessa fase que começam a surgir as inseguranças e insatisfações com o corpo. A pouca idade e experiência os fazem facilmente influenciáveis pelo que a mídia mostra como ideal, levando a busca de métodos que levem a perda de peso rápida e excessiva, mesmo que para isso tenham uma alimentação inadequada e consequências agravantes em sua saúde (ABREU; CANGELLI 2004).

Indivíduos obesos com TCAP geralmente desenvolvem ansiedade e utilizam alimentos para suprir o estado emocional, isolando-se socialmente e aumentando a probabilidade de desenvolver depressão. Na observância de um paciente com transtorno alimentar por um profissional de saúde, esse deve ser encaminhado para uma equipe multidisciplinar, a fim de que haja também o acompanhamento por um profissional de nutrição. Latterzaet al., (2004) afirma que o nutricionista está capacitado para propor mudanças do consumo, padrão e comportamento alimentar dos jovens com TA. O nutricionista deve, além de familiarizar-se com os hábitos alimentares e histórico familiar do paciente, realizar o acompanhamento de forma empática e humana, proporcionando educação alimentar e a reiteração com o significado e importância da alimentação enquanto forma de cuidar de si e do próprio corpo.

Portanto, o objetivo deste trabalho foi investigar os transtornos alimentares recorrentes na adolescência, suas causas e consequências, destacando o papel do nutricionista no tratamento, superação e melhoria da qualidade de vida dos portadores de TAs.

## **MÉTODO**

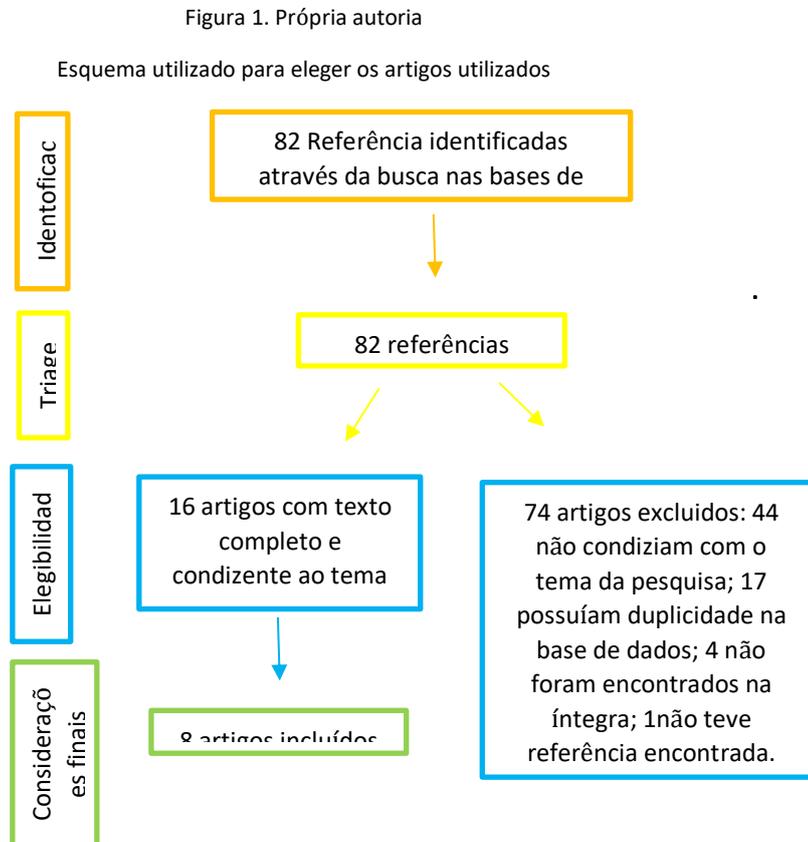
Para identificação de artigos relacionados ao tema, foram percorridas pesquisas nas bases de dados bibliográficas via Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), utilizou-se a combinação de descritores “Transtornos da Alimentação e da Ingestão de Alimentos” AND “adolescentes”, os critérios de inclusão foram: textos completos em português e artigos publicados nos últimos 10 anos. Dos resultados, incluíram-se artigos originais que envolviam as temáticas relacionadas a transtornos e comportamentos alimentares. Foram excluídos artigos que não condiziam com o tema da pesquisa que não estavam disponíveis na íntegra e que apresentavam duplicidade na base de dados.

Para selecionar os artigos, considerou-se a abordagem que relacionavam os transtornos alimentares com a imagem corporal durante a adolescência, com síndromes psiquiátricas com etiologia multifatorial e a interferência da mídia e da sociedade neste processo.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Após as pesquisas foram identificados 82 artigos de acordo com os critérios citados, dos quais 74 foram excluídos durante a verificação de elegibilidade: 4 não foram encontrados

nos links citados, 1 não havia correspondência para as referências citadas, 17 excluídos por duplicidade na base de dados e 44 foram excluídos após a leitura dos títulos e resumos, por abordarem públicos específicos não mencionados nesta revisão. Restando 16 artigos lidos na íntegra, dos quais 8 foram elegidos para serem inclusos no trabalho. A figura 1 retrata o esquema utilizado para eleger os artigos utilizados.



A fim de ordenar e metodizar os resultados encontrados, construiu-se um quadro (abaixo) contendo as informações dos autores e suas respectivas publicações, bem como os objetivos do estudo, o tipo de artigo e as variáveis analisadas.

Quadro 1. Informações dos autores e suas respectivas publicações

TÍTULO	AUTOR/ANO BASE DE DADOS	OBJETIVO	METODO	RESULTADOS ENCONTRADOS
--------	-------------------------------	----------	--------	---------------------------

Modelo etiológico dos comportamentos de risco para os transtornos alimentares em adolescentes brasileiros do sexo feminino	FONTES et al., 2016 SciELO	Construir um modelo etiológico dos comportamentos de risco para os transtornos alimentares em adolescentes brasileiros do sexo feminino.	Estudo prospectivo.	Os adolescentes demonstraram comportamento de risco para os transtornos alimentares.
A insatisfação corporal na infância e no início da adolescência	DUARTE et al., 2018 Revista Pensar a Prática	Presença da insatisfação com o corpo em crianças e pré-adolescentes	Pesquisa transversal do tipo correlacional	Há evidências que as insatisfações corporais em meninas no início da maturação sexual, à extinção da antiga imagem corporal, fazem com que busquem uma nova imagem corporal a partir da idealização do corpo feminino.
Conhecimento e comportamento de risco para anorexia e bulimia em adolescentes.	DA COSTA et al., 2019 Revista Baiana de Enfermagem	Descrever o conhecimento de adolescentes acerca de anorexia e bulimia nervosa e identificar comportamentos alimentares de risco.	Corte transversal	Adolescentes possuíam o conhecimento sobre AN e BN, mas não sabiam diferenciá-las. Meninas apresentaram maior fator de risco na pré-disposição para desenvolver TAs
Anorexia e bulimia – corpo perfeito versus morte	CONTI et al., 2012 LILACS	Relatar o uso do Programa de Transtornos Alimentares do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da	Pesquisa descritiva	O atendimento nutricional auxilia na recuperação e/ou manutenção do peso adequado, estabelecer padrões alimentares saudáveis, minimizar as práticas alimentares inadequadas e os comportamentos inapropriados para controle

		Universidade de São Paulo		de peso e melhorar as atitudes alimentares e os distúrbios de imagem corporal
Sintomas de transtorno alimentar: associação com os traços perfeccionistas em adolescentes do sexo masculino	FORTES et al., 2014 sciELO	Analisar uma possível associação entre os STA e os traços de perfeccionismo em adolescentes do sexo masculino	Corte transversal	Os resultados indicaram associação estatisticamente significativa entre o alto traço de perfeccionismo e os TAs.
Transtornos alimentares na infância e na adolescência	GONÇALVES et al., 2013 sciELO	Discutir os transtornos alimentares em crianças e adolescentes quanto às suas características e fatores de risco	Revisão Bibliográfica	Os transtornos alimentares se associaram a problemas nutricionais, à saúde bucal e a prejuízos sociais.
Transtornos Alimentares: uma revisão dos aspectos etiológicos e das principais complicações clínicas	CARMO et al. 2014 HU Revista	Realizar uma revisão a respeito da patologia e de seu impacto na saúde e qualidade de vida dos indivíduos afetados	Revisão de literatura	Os TAs relacionados com a fragilidade do sistema imune e com o desencadeamento de resposta inflamatória.
Habilidades sociais: fator de proteção contra transtornos alimentares em adolescentes	UZUNIAN; VITALE, 2015 SCIELO	Revisar a literatura acerca da relação entre transtornos alimentares e habilidades sociais em adolescentes	Revisão de literatura	Quanto maior o repertório de habilidades sociais dos adolescentes, maior será o fator de proteção contra o desenvolvimento de transtornos alimentares.

Os artigos selecionados relacionam os TAs principalmente com a influência da mídia, sociedade e familiares na construção da imagem a ser alcançada pelos adolescentes. Considerando os transtornos alimentares como síndromes psiquiátricas com etiologia multifatorial Oliveira et al., (2020) e outros autores também descrevem características individuais e mudanças de fase como pontos estressores. Estudos que abordaram uma metodologia amostral, escolheram escolas como locais de aplicação e escolha de participantes, escolha óbvia, uma vez que a escola é o local de concentração do público alvo, permitindo a realização da pesquisa com mais segurança e comodidade.

Gonçalves et al., (2013) usou as bases de dados da PubMed e Scientific Library Online (SciELO) publicados entre 2007 e 2011 para relacionar os transtornos e comportamentos alimentares em crianças e adolescentes tendo o foco na anorexia nervosa, bulimia nervosa e em transtornos alimentares não especificados, sendo aqueles que não tem todas as sematologias para se adequar em uma categoria de transtorno. O autor apresentou diversos estudos relacionado aos fatores de riscos ao desenvolvimento de TA em adolescentes, um desses estudos usou 652 adolescentes do sexo feminino qual mostrou que a 44,5% do desenvolvimento dos TA estar relacionado a vontade de emagrecer e 50,5% desejavam IMC abaixo do recomendado.

Outro estudo trazido por Gonçalves et al., (2013) feito em 2008 em Florianópolis com 1.219 adolescentes entre 10 a 19 anos do sexo feminino concluiu que as jovens que com presença de AN tem relação com a insatisfação corporal como sobrepeso e obesidade. Este estudo traz uma tabela que compara estudos relacionados ao comportamento alimentar em crianças e adolescentes com semelhança na idade, nas causas dos transtornos e consequências. Mostrando que os maiores riscos para os TA estão relacionados a influência ambiental incluindo a mídia e o ambiente social e familiar, porém, no Brasil os estudos nacionais sobre TA são poucos para que o assunto possa ser discutido. Outro assunto também pouco discutido são os transtornos alimentares não especificados, já que é mais difícil de ser identificado.

O comportamento alimentar, assim como o comportamento social, está relacionado às características socioculturais, influenciados por aspectos subjetivos impostos pela coletividade. Crianças frequentemente pressionadas com relação à aparência física, tendem a desenvolver distúrbios alimentares. Com a chegada da adolescência, há uma série de mudanças físicas, cognitivas, emocionais e sociais, que podem ser entendidas pelos indivíduos como fatores estressantes (GAN et al., 2011). O desempenho em atividades relacionadas a desenvolvimento de uma conduta pró-social resultará na aceitação das normas coletivas e aprendizado de habilidades sociais. Indivíduos socialmente hábeis e não hábeis

possuem diferenças comportamentais, cognitivas ou fisiológicas. Sujeitos não hábeis mantêm maiores índices de ansiedade, pouca variação de expressão facial, dificuldade em conversar e sorrir, maior auto verbalização negativa, ideias irracionais, menor confiança em si mesmo, tendem a considerar maior probabilidade de ocorrerem situações desfavoráveis, entre outros (UZUNIAN; VITALLE, 2015).

Na pesquisa envolvendo pacientes acometidos por AN após 16 anos de terem sido diagnosticados, Nilsson et al., (2007) buscaram verificar quais os motivos, na percepção dos participantes, que os levaram a desenvolver a doença. As causas foram atribuídas a estressores próprios, familiares e socioculturais fora da família. Os mais comuns eram altas exigências próprias e perfeccionismo. Muitos estudos relacionam o perfeccionismo com transtornos alimentares, porém, não há tal evidência na literatura científica brasileira e os estudos que envolvem são direcionados ao sexo feminino. Embora representem uma menor porcentagem de indivíduos afetados com TAs, adolescentes do sexo masculino não estão isentos ou protegidos contra tais condições e devem ser considerados (AMARAL; LEITE, 2015).

Em seu estudo, Fortes et al., (2014) identificaram que pacientes com diagnóstico clínico de transtorno alimentar podem apresentar altos traços perfeccionistas, por isso, realizaram um estudo envolvendo 368 adolescentes com 12 a 15 anos e utilizaram como as subescalas Eating Attitudes Test (EAT-26) e Multidimensional Perfectionism Scale (MPS) para avaliar o TA e os traços de perfeccionismo, respectivamente. O EAT-26 consiste em um questionário com 26 perguntas divididas em fatores relacionados a dieta, percepção alimentar e autocontrole no intuito de rastrear sinais de TAs. Já o MPS é uma escala que avalia traços de comportamentos relacionados ao perfeccionismo auto-orientado, que envolve motivação para buscar a perfeição; perfeccionismo esse socialmente prescrito, que vem da necessidade de cumprir os padrões prescritos por outros; e o perfeccionismo orientado que se refere às crenças e expectativas em relação às capacidades e desempenho dos outros.

Os resultados indicaram que 19,02% e 49,4% dos adolescentes avaliados apresentaram sintomas de transtorno alimentar e alto traço de perfeccionismo, respectivamente. Ainda os resultados referentes ao perfeccionismo indicaram associação estatisticamente significativa com sintomas de transtorno alimentar. Meninos com alto padrão de perfeccionismo apresentaram maior chance de sintomas de transtorno alimentar em comparação com meninos com baixo traço de perfeccionismo os resultados descritos no artigo apoiam outros estudos relacionados indivíduos do sexo feminino, onde o medo do fracasso social associado a busca da perfeição gera a crença de que as pessoas os avaliam rigorosamente. Esses são sentimentos percebidos como típicos dos perfeccionistas está associado ao perfeccionismo e aos sintomas

do transtorno alimentar. Talvez os jovens com traços de alto perfeccionismo acreditem que seus contornos corporais podem facilitar a interação e aceitação social (FONTES et al., 2014).

Estudos apontam a mídia como responsável pela frustração corporal em jovens, e de acordo com Rodgers; Chabrol; Paxton, (2011), a televisão e as revistas muitas vezes mostram modelos masculinos com muito alta musculatura corporal, refletindo o desejo dos meninos adolescentes de se adequarem aos padrões estéticos culturais, resultando em alguns casos no aparecimento de sintomas de transtornos alimentar e psicológicos.

Relacionado a isso, Duarte, (2018) desenvolveu um trabalho com 304 estudantes de 4 a 16 para verificar a satisfação e autopercepção corporal. Os pesquisadores deste estudo coletaram as características dos participantes (peso, altura e medidas) e utilizaram a escala de Kakeshita et al., (2009) para avaliar a perspectiva que tinham do próprio corpo. A análise das diferenças entre as medidas IMC (Índice de massa corpórea) e SA (Silhueta autopercebida) revelou que 78,2% da amostra autoperceberam corpos menores do que os IMCs medidos pelos pesquisadores. Destes, 118 38,9% eram do sexo feminino, 58 com peso normal, 29 com sobrepeso e 31 obesas. Os do sexo masculino foram 119 39,3%, sendo 56 com peso normal, 36 com sobrepeso e 27 obesos. As meninas, que representaram 47,8% dos analisados, apresentaram indícios de frustração com o próprio corpo em grupos dos 10 aos 14 anos, antes disso, o estudo não detectou indícios de insatisfação corporal, embora tenha tido uma significativa frequência de sobrepeso e obesidade nesse grupo.

Para Duarte, (2018) a insatisfação por parte das garotas está ligada a maturação sexual, pois em dado momento, são obrigadas a deixar sua imagem para trás e aceitar uma nova forma, desencadeada pela produção dos hormônios, que alteram consideravelmente o tamanho e a proporção do corpo. Fragilizadas por esse processo, que envolve muito sobre auto aceitação e auto aprendizado, são incentivadas a olhar para si mesmas buscando o corpo idealizado pela sociedade e pela mídia. Para os meninos a busca é inversa, esses estariam mais preocupados com o ganho de massa muscular, desejando um corpo mais robusto. Tal vontade também teria sua influência de origem na mídia e na sociedade, que apresentam a imagem dos super-heróis como ideal, sendo a masculinidade representada pela força, vigor e musculosidade.

A suscetibilidade aos transtornos alimentares, a insatisfação corporal e distorção da imagem em adolescentes também é proveniente da falta ou do pouco conhecimento a cerca desse assunto. Os indivíduos adotam comportamentos alimentares e recorrem a determinados métodos muitas vezes sem ter a noção das suas consequências ou significados. Estudo realizado por Da Costa et al., (2019) com 75 adolescentes (64% do sexo feminino) mostrou

que embora muitos estivessem cientes dos sinais mais comuns dos TAs, não estavam familiarizados com sintomas mais sutis e não sabiam diferenciar AN e BN. O estudo utilizou o formulário EAT — 26 para rastrear sinais de AN e comportamento bulímicos, a partir desse questionário, concluiu que a faixa com risco mais elevado para desenvolvimento de TAs eram garotas de 17 a 19 anos, cerca de 39% dos participantes. Os autores relatam ainda que o erro nas respostas de certos itens evidencia que o assunto não está totalmente esclarecido entre esses indivíduos, reforçando a necessidade da presença de profissionais de saúde no ambiente escolar e a necessidade de difusão de conhecimento a cerca desse tema para conscientização de crianças e adolescentes. Essa questão aborda uma função interessante atribuída ao nutricionista: o de educar.

Alvarenga; Scagliusi (2010) e Carmo et al., (2014) concordam que o tratamento dos TAs deve ser acompanhado por uma equipe multidisciplinar treinada, porém o estudo identificou grandes limitações referentes a pesquisas sobre o assunto no Brasil, sendo este um tema de pouco estudo e pouco conhecimento da população tendo pouco investimento qual dificulta a formação de profissionais qualificado e elevando o custo do tratamento. Os autores retratam a contradição atual vivida pelos jovens com a pressão de manter hábitos saudáveis, serem magros para se manterem nos padrões de beleza, incentivados ao consumo de alimentos altamente calórico como fast food, assim é imposto a importância de ações preventivas tanto pelos profissionais da saúde quanto pelas famílias para que os jovens possam ser orientados referente os comportamentos de riscos dos TAs. Enfatiza-se também a importância da conscientização da população sobre os fatores, sinais identificadores e consequências desses transtornos, para entenderem que os TAs além de diminuir a qualidade de vida podem levar o indivíduo a óbito.

Nutricionistas integrantes de uma equipe multidisciplinar são comumente chamados de terapeuta nutricional. Sua atuação envolve desenvolver um vínculo com o paciente, atuando de forma colaborativa e flexível. Também devem manter-se atualizados sobre os TAs e reaprenderem a nutrição, deixando de lado os métodos restritivos, indo além do prescrever dietas. Geralmente, os pacientes apresentam dificuldades na seleção da qualidade dos alimentos, assim cabe aos terapeutas nutricionais desmistificar a ideia de que basta apenas comer menos para alcançar um bom estado nutricional. Através da educação nutricional, o profissional mostra a importância da pirâmide dos alimentos e das necessidades nutricionais, eles também utilizam do método de aconselhamento nutricional qual permite que entendam as crenças, sentimentos e comportamentos disfuncionais dos pacientes que são levados em conta

nas mudanças alimentares até que este consiga comer de modo “normal” (ALVARENGA; SCAGLIUSI, 2010).

Palma; Santos; Ribeiro, (2013) menciona que os TAs têm impacto direto no estado nutricional e metabolismo do indivíduo causando alterações endócrinas, hidroeletrólíticas, gastrintestinais, alterações no sistema imunológico com redução dos mecanismos de defesa, diminuição da força muscular e acometimento do músculo cardíaco, porém muitas vezes consegue-se reverter as complicações com a reestruturação do peso. Geralmente o tratamento é feito em ambulatórios que conta com equipe multidisciplinar a qual auxilia no ajuste da normalização do comportamento e padrão alimentar e recuperação do peso, quando esse método não é eficaz opta-se pela hospitalização parcial na qual os indivíduos são supervisionados por até 8 horas com apoio e incentivos durante as refeições, ou a hospitalização por tempo integral em hospitais universitários. Latterza et al., (2004) afirma que o nutricionista está capacitado para propor mudanças do consumo, padrão e comportamento alimentar dos jovens com TA, primeiro deve-se familiarizar com os hábitos alimentar e histórico da patologia para que de forma empática e flexível possa proporcionar educação alimentar para que o paciente consiga entender o significado dos alimentos e do corpo.

Conti et al., (2012) descreve o atendimento nutricional como aquele visando reestruturar peso adequado, de estabelecer padrões alimentares saudáveis, minimizar comportamentos destrutivos para controle de peso e distúrbios de imagem corporal. Entretanto, chegar a esse resultado de forma efetiva vai além de prescrever dietas e repassar conceitos. Durante o acompanhamento, é necessário criar um bom vínculo entre equipe e paciente, conhecer além de seu histórico, sua personalidade e o entendimento sobre o próprio corpo, para oferecer um atendimento empático e humanizado. O autor descreve que para atendimento de pessoas portadores de TAs não são prescritas dietas, por que tal método remete ao conceito de restrição alimentar, contagem de calorias e pesagem de alimentos, tal público já apresenta como sintoma a atenção exagerada a tais valores, então, o tratamento não deve ter como foco esses parâmetros. O tratamento baseado no diário alimentar é recomendado para indivíduos com TAs, uma vez que é um instrumento de auto monitoração, passa ao paciente a sensação de autonomia e evolução, no qual o(a)s pacientes registram seu consumo alimentar, a ocorrência de compulsões alimentares e purgações, duração e local de refeições e os sentimentos vivenciados em seu decorrer.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

São muitos os aspectos envolvidos na etiologia dos transtornos alimentares, fatores individuais, socioculturais, ambientais e familiares constituem uma extensa lista de variáveis que podem influenciar a propensão no desenvolvimento de transtornos alimentares e psicológicos. As revisões de literatura abordadas relatam de forma unanime a escassez de artigos ligados ao tema, condição percebida na concepção desta revisão, destacando a necessidade de aprofundamento científico em estudos relacionados ao papel do nutricionista no cuidado com adolescentes portadores de TA.

Percebeu-se nesta revisão que o cuidado com o corpo apresenta motivos distorcidos, em vez de autopreservação pois os adolescentes estão mais focados em serem aceitos socialmente e satisfazerem expectativas que não são suas, mas que foram “impostas” a eles. Trazendo assim, mais um papel para a equipe multidisciplinar de realizar acompanhamento terapêutico nutricional, além da internalização dos motivos e formas corretas de alimentação, o desenvolvimento do amor próprio e autoaceitação do paciente, para que este tenha um tratamento mais tranquilo e uma vida mais feliz.

A escassa difusão do conhecimento relacionados a TAs em idade escolar também pode ser considerado um fator agravante, uma vez que, indivíduos que recorrem a métodos milagrosos são informados dos benefícios e não das consequências. Assim, a inclusão da educação alimentar no currículo escolar pode ser a chave da diminuição nos casos de TAs em indivíduos mais jovens. A presença de um profissional no âmbito escolar aliado a atividades coletivas e acompanhamento individual se faz necessária, mesmo que os jovens não apresentem sintomas, pode ser tido como elemento de prevenção. Mais ainda, também deve-se remodelar as expectativas da sociedade acerca de corpos considerados belos. A cultura do corpo perfeito, pode e deve ser substituída pela cultura da diversidade e empatia, aliada a uma boa saúde.

## REFERENCIAS

GONÇALVES, J. de A. et al. Transtornos alimentares na infância e na adolescência. **Revista paulista de pediatria**, v. 31, p. 96-103, 2013.

CÂNDIDO, A. P. C.; CARMO, C. C.; PEREIRA, P. M. de L. TRANSTORNOS ALIMENTARES: UMA REVISÃO DOS ASPECTOS ETIOLÓGICOS E DAS PRINCIPAIS COMPLICAÇÕES CLÍNICAS. **HU Revista**, [S. l.], v. 40, n. 3 e 4, 2015. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/hurevista/article/view/2439>. Acesso em: 3 jun. 2022.

CONTI, M. A. et al. Anorexia e bulimia–corpo perfeito versus morte. **O Mundo da Saúde**, v. 36, n. 1, p. 65-70, 2012.  
ABREU, C. N. de; CANGELLI FILHO, R. Anorexia nervosa e bulimia nervosa: abordagem cognitivo-construtivista de psicoterapia. **Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)**, v. 31, n. 4, p. 177-183, 2004.

APPOLINÁRIO, J. C.; CLAUDINO, A. M. Transtornos alimentares. **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 22, p. 28-31, 2000.

DA COSTA, J. R. S. et al. Conhecimento e comportamento de risco para anorexia e bulimia em adolescentes. **Revista Baiana de Enfermagem**, v. 33, 2019.

MORGAN, C.; VECCHIATTI, I. R.; NEGRÃO, A. B. Etiologia dos transtornos alimentares: aspectos biológicos, psicológicos e sócio-culturais. **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 24, p. 18-23, 2002.

OLIVEIRA, A. P. G. et al. Transtornos alimentares, imagem corporal e influência da mídia em universitárias. **Rev. enferm. UFPE on line**, p. [1-9], 2020.

UZUNIAN, L. G.; VITALLE, M. S. de S. Habilidades sociais: fator de proteção contra transtornos alimentares em adolescentes. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, p. 3495-3508, 2015.

LATTERZA, A. R. et al. Tratamento nutricional dos transtornos alimentares. **Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)**, v. 31, p. 173-176, 2004.

NUNES, R. M. Transtorno da compulsão alimentar periódica (TCAP) e a abordagem da Terapia Cognitiva Comportamental (TCC). **Rev Psiquiatr**, v. 25, n. 3, p. 166-70, 2012.

BITTAR, C.; SOARES, A. Mídia e comportamento alimentar na adolescência. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 28, p. 291-308, 2020.

PALMA, R. F. M.; SANTOS, J. E. dos; RIBEIRO, R. P. P. Evolução nutricional de pacientes com transtornos alimentares: experiência de 30 anos de um Hospital Universitário. **Revista de Nutrição**, v. 26, p. 669-678, 2013., APA,

ALVARENGA, M. dos S.; SCAGLIUSI, F. B. Tratamento nutricional da bulimia nervosa. **Revista de Nutrição**, v. 23, p. 907-918, 2010.

NILSSON, Karin et al. Causas da anorexia nervosa de início na adolescência: perspectivas do paciente. **Transtornos Alimentares**, v. 15, n. 2, pág. 125-133, 2007.

GAN, W. Y. et al. Efeitos diretos e indiretos das influências socioculturais sobre a alimentação desordenada entre estudantes universitários malaios do sexo masculino e feminino. Uma análise da mediação do sofrimento psíquico. **Apetite**, v. 56, n. 3, pág. 778-783, 2011.

RODERS, R.; CHABROL, H.; PAXTON, S. J. Uma exploração do modelo de influência tripartite de insatisfação corporal e alimentação desordenada entre universitárias australianas e francesas. **Imagem corporal**, v. 8, n. 3, pág. 208-215, 2011.

AMARAL, J. S.; LEITE, K. C. C. PREVALÊNCIA DOS SINTOMAS DE TRANSTORNOS ALIMENTARES E DISTÚRBO DE IMAGEM CORPORAL EM ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO DE UMA ESCOLA PÚBLICA E PRIVADA DA CIDADE DE CACOAL, ESTADO DE RONDÔNIA. **Revista Científica da UNESC**, v. 13, n. 1, 2016.

FORTES, L. de S. et al. Modelo etiológico dos comportamentos de risco para os transtornos alimentares em adolescentes brasileiros do sexo feminino. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 32, 2016.

DUARTE, M. A. et al. A insatisfação corporal na infância e início da adolescência. **Pensar a Prática**, v. 21, n. 1, 2018.

KAKESHITA, Idalina Shiraishi et al. Construção e fidedignidade teste-reteste de escalas de silhuetas brasileiras para adultos e crianças. **Psicologia: teoria e pesquisa**, v. 25, p. 263-270, 2009.