

**FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA  
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA  
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO  
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

**BÁRBARA FAVORITA CANUTO**

**TRANSTORNOS ALIMENTARES E OBESIDADE: UMA REVISÃO CRÍTICA**

**VOLTA REDONDA - RJ**

**2024**

**FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA  
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA  
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO  
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

**TRANSTORNOS ALIMENTARES E OBESIDADE: UMA REVISÃO CRÍTICA**

Trabalho de Conclusão de Curso  
apresentado ao curso de Nutrição do  
UniFOA, como requisito à obtenção  
do título de Bacharel em Nutrição.

Acadêmica: Bárbara Favorita Canuto

Orientadora: Profa. Dra. Bruna Casiraghi

**VOLTA REDONDA - RJ**

**2024**

**FICHA CATALOGRÁFICA**

**Bibliotecária: Alice Tacão Wagner - CRB 7/RJ 4316**

C235t Canuto, Bárbara Favorita  
Transtornos alimentares e obesidade: uma revisão crítica. / Bárbara Favorita Canuto. –  
Volta Redonda: UniFOA, 2024. 28 p. II.

Orientador (a): Profa. Dra. Bruna Casiraghi

Monografia (TCC) – UniFOA / Curso de Nutrição, 2024.

1. Nutrição - TCC. 2. Transtorno alimentar. 3. Obesidade. I. Casiraghi, Bruna. II. Centro Universitário de Volta Redonda. III. Título.

CDD 613

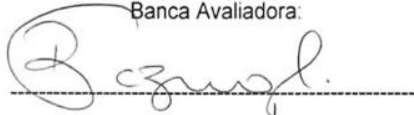
## FOLHA DE APROVAÇÃO

Trabalho de Conclusão de Curso intitulado: TRANSTORNOS ALIMENTARES E OBESIDADE: UMA REVISÃO CRÍTICA

Elaborado por BÁRBARA FAVORITA CANUTO  
apresentado publicamente perante a Banca Avaliadora, como parte dos requisitos para conclusão do Curso de Nutrição.

Aprovada em 11 de novembro de 2024

Banca Avaliadora:



BRUNA CASIRAGHI

Professor Orientador(a)

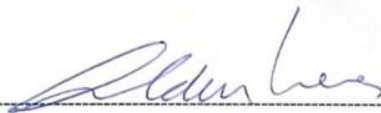
Centro Universitário de Volta Redonda



MARGARETH LOPES GALVÃO SARON.

Avaliador (a)

Centro Universitário de Volta Redonda



ALDEN DOS SANTOS NEVES

Avaliador (a)

Centro Universitário de Volta Redonda

Dedico este trabalho primeiramente a Deus e a São Jorge, pela força e sabedoria ao longo dessa jornada, e aos meus pais que foram sempre minha fonte de inspiração e motivação.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço primeiramente a Deus e a São Jorge, porque foram eles que me deram forças chegar até aqui.

Agradeço também aos meus pais, Itamar e Fátima, que não estão mais presentes fisicamente, mas sei que estão acompanhando e me guiando em cada passo que eu dou.

Às minhas amigas Nicole Elizabeth, Camilla, Ysabella, Adria, Malu e Elison que fizeram essa jornada mais fácil, ainda mais depois de uma transferência.

Aos meus amigos e primos, que sei que torcem por mim e vibram por cada conquista minha.

Em especial à minha amiga Heloísa Silva, por cada conselho e por todo dia me mostrar o quanto eu sou capaz, mesmo até quando eu mesmo não acredito em mim.

Agradeço também a professora Bruna Casiraghi, por confiar em mim e me ajudar a ir além do que eu acreditava ser possível.

“Que possamos sempre conhecer uns aos outros com um sorriso, pois o sorriso é o começo do amor”

Madre Teresa

## RESUMO

Os transtornos alimentares e a obesidade emergem como um fenômeno preocupante na sociedade atual, impactando indivíduos de diferentes idades, gêneros e contextos. Entre os principais transtornos estão anorexia nervosa, bulimia nervosa e transtorno de compulsão alimentar. Esses transtornos representam condições psiquiátricas marcadas por mudanças persistentes nos hábitos alimentares e comportamentos associados à alimentação. Com objetivo de investigar as causas psicológicas, sociais e emocionais que influenciam o desenvolvimento dos transtornos alimentares e da obesidade. O método utilizado nessa pesquisa foi caracterizado como uma revisão integrativa da literatura, na qual foram inicialmente identificados 1.720 artigos pertinentes ao tema. Após a aplicação de critérios de elegibilidade, o número foi reduzido para 10 artigos que atenderam aos requisitos metodológicos. Os resultados achados nas pesquisas revisadas ressaltam a complexidade dos transtornos alimentares, principalmente no gênero feminino evidenciando a interação entre fatores sociais, psicológicos e familiares. O tratamento deve considerar não apenas a individualidade do paciente, mas também o contexto social e familiar, especialmente em situações adversas como a pandemia. Essa abordagem holística é crucial para promover a recuperação e prevenir novos casos, prevenir também o aumento da obesidade, destacando a necessidade de intervenções integradas em saúde mental e nutrição.

**Palavras-chaves:** Nutrição; Transtorno Alimentar; Obesidade; Revisão de literatura.



## **ABSTRACT**

Eating disorders and obesity are emerging as a worrying phenomenon in today's society, impacting individuals of different ages, genders, and contexts. Among the main disorders are anorexia nervosa, bulimia nervosa, and binge eating disorder. These disorders represent psychiatric conditions marked by persistent changes in eating habits and behaviors associated with food. The aim of this study was to investigate the psychological, social, and emotional causes that influence the development of eating disorders and obesity. The method used in this research was characterized as an integrative literature review, in which 1,720 articles relevant to the topic were initially identified. After applying eligibility criteria, the number was reduced to 10 articles that met the methodological requirements. The results found in the reviewed studies highlight the complexity of eating disorders, especially in females, evidencing the interaction between social, psychological, and family factors. Treatment should consider not only the individuality of the patient, but also the social and family context, especially in adverse situations such as the pandemic. This holistic approach is crucial to promote recovery and prevent new cases, as well as prevent the rise in obesity, highlighting the need for integrated interventions in mental health and nutrition.

**Keywords:** Nutrition; Eating Disorder; Obesity; Literature Review.

## SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	13
2. MÉTODOS.....	19
3. RESULTADOS .....	21
4. DISCUSSÃO.....	21
5. CONCLUSÃO.....	24
REFERÊNCIAS .....	26

## SUMÁRIO

<b>FIGURA 1.</b> fluxograma dos artigos selecionados .....	17
--	----

## LISTA DE SIGLAS

<b>TA</b>	Transtorno alimentar
<b>AN</b>	Anorexia nervosa
<b>BN</b>	Bulimia nervosa
<b>OMS</b>	Organização Mundial de Saúde
<b>TCAP</b>	Transtorno de Compulsão Alimentar Periódica
<b>ISRS</b>	Inibidores Seletivos da Recaptação de Serotonina

## 1. INTRODUÇÃO

Os transtornos alimentares têm se tornado uma preocupação crescente na sociedade contemporânea, afetando indivíduos de diversas idades, gêneros e contextos sociais. Caracterizados por comportamentos alimentares disfuncionais, como a restrição alimentar extrema, compulsão e purgação, esses transtornos não apenas comprometem a saúde física, mas também refletem questões psicológicas profundas e influências sociais significativas.

Os principais transtornos alimentares identificados incluem anorexia nervosa, bulimia nervosa, transtorno de compulsão alimentar, transtorno de ruminação, transtorno alimentar evitativo/restritivo e pica. Esta revisão enfatizará a anorexia nervosa, bulimia nervosa, transtorno de compulsão alimentar e o transtorno alimentar evitativo/restritivo (ALVARENGA et al., 2020).

Os transtornos alimentares, por sua vez, são condições psiquiátricas que se caracterizam por alterações persistentes nos hábitos alimentares e no comportamento relacionado à alimentação. Mudanças no consumo ou na absorção de alimentos impactam diretamente a saúde física e mental do indivíduo. De acordo com a Associação Brasileira de Psiquiatria, mais de 70 milhões de pessoas no mundo sofrem de algum transtorno alimentar, incluindo anorexia, bulimia e compulsão alimentar (OMS, 2022).

Esses transtornos afetam predominantemente mulheres, trazendo consequências biológicas e psiquiátricas, além de aumentar a mortalidade. As mulheres têm maior predisposição a desenvolver transtornos alimentares devido à sua maior preocupação com a imagem corporal e à preferência por alimentos ricos em açúcar e carboidratos.

A obesidade é reconhecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como um problema de saúde pública que deve ser tratado com prioridade. A promoção de um ambiente alimentar saudável e a implementação de intervenções preventivas são essenciais para lidar com essa questão. A obesidade é definida como o acúmulo excessivo de gordura corporal, o que predispõe os indivíduos a diversas doenças, como doenças cardiovasculares, hipertensão, diabetes e câncer. Além disso, a obesidade pode resultar em discriminação social, gerando problemas psicológicos relacionados à imagem corporal (OMS, 2022).

O aumento da obesidade, juntamente com outras doenças não transmissíveis, está associado a processos de transição nutricional e à baixa prática de exercícios físicos, além do consumo elevado de alimentos com alto teor calórico. Esse cenário transforma a obesidade em um desafio de saúde pública em países de alta, média e baixa renda, sendo atualmente mais prevalente do que a desnutrição em todo o mundo (MARREIRO et al., 2023).

Os principais transtornos alimentares trabalhados no presente trabalho incluem: obesidade, anorexia nervosa, bulimia nervosa, transtorno de compulsão alimentar, transtorno de ruminação e pica.

A anorexia nervosa é caracterizada pela busca obsessiva pela magreza, distorção da imagem corporal e intenso medo de ganhar peso. Essa condição pode causar alterações no ciclo menstrual e pode se manifestar tanto na infância quanto após os 40 anos. Segundo o Ambulatório de Bulimia e Transtornos Alimentares do Hospital das Clínicas da Universidade de São Paulo (AMBULIM), a anorexia nervosa afeta pessoas de todas as classes sociais, embora sua maior prevalência ocorra entre mulheres brancas de classe média e alta (PHILIPPI, ALVARENGA, 2004).

O início da anorexia muitas vezes se dá com a adoção de dietas restritivas, onde o paciente começa a eliminar alimentos considerados mais calóricos, iniciando por doces e carboidratos, depois carnes vermelhas e brancas. Essa restrição se intensifica com a diminuição das refeições e a adoção de jejuns diários, levando a quadros de desnutrição (PHILIPPI, ALVARENGA, 2004).

Várias alterações no apetite e distúrbios da imagem corporal podem surgir em crianças em idade escolar, embora os casos típicos de transtornos alimentares sejam relativamente raros. Cerca de 45% das crianças de ambos os sexos desejam ser mais magras, e 37% tentam perder peso; no entanto, apenas uma pequena fração desenvolve um transtorno alimentar. É importante notar que certos traços observados nessa faixa etária são considerados fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares na adolescência, o que alerta os profissionais de saúde que atendem crianças a reconhecer e investigar esses sinais iniciais (APPOLINÁRIO, CLAUDINO, 2000).

A anorexia nervosa (AN) é mais comum entre mulheres jovens, apresentando uma prevalência pontual de 0,28% e taxas de prevalência ao longo da vida variando entre 0,3% e 3,7%. Há dois picos de incidência: aos 14 e 17 anos. Estudos indicam que fatores psicossociais têm um papel significativo na prevalência dos transtornos alimentares. A

"cultura do corpo" e a pressão para a magreza que as mulheres, especialmente as adolescentes, enfrentam nas sociedades ocidentais estão ligadas ao surgimento de comportamentos anoréticos. Profissões que exigem um corpo esguio para um desempenho ideal, como ginastas, jockeys, patinadoras e bailarinas, ou que valorizam a imagem, como modelos e atrizes, estão em maior risco de desenvolver esse transtorno.

Indivíduos com anorexia apresentam características clínicas específicas, como restrições alimentares rigorosas, contagem obsessiva de calorias e desconfiança em relação ao preparo dos alimentos. É comum que esses pacientes comam escondidos e sintam desconforto na presença de outras pessoas. Eles frequentemente demonstram intenso mal-estar emocional devido à distorção da imagem corporal, usando roupas largas para ocultar o corpo, pesando-se repetidamente e isolando-se socialmente (APPOLINÁRIO, CLAUDINO, 2000).

Os sintomas físicos variam de acordo com o grau de desnutrição, a duração da doença e os métodos purgativos utilizados. Entre os sinais clínicos observados, destacam-se cansaço, tontura, síncope (desmaios), edema, constipação, lanugo (uma camada fina de pelos em uma pele pálida e seca), extremidades frias, amenorreia, arritmia cardíaca e fraturas patológicas, entre outros (PHILIPPI, ALVARENGA, 2004).

A bulimia nervosa é um transtorno alimentar marcado pelo consumo rápido e excessivo de grandes quantidades de alimentos, seguido por tentativas de compensação. Esse padrão alimentar é caótico e cíclico, iniciando com uma dieta restritiva em qualidade e quantidade, seguida por episódios de compulsão alimentar, ansiedade, medo de ganhar peso e comportamentos compensatórios inadequados, como vômitos, uso de laxantes, diuréticos e atividade física excessiva (VALE, 2014).

A bulimia nervosa (BN) é muito rara antes dos 12 anos. Este transtorno é mais comum entre mulheres jovens e adolescentes, apresentando uma prevalência de 1,1% a 4,2% nesse grupo. Vários fatores biopsicossociais estão associados à sua etiologia. O sintoma principal é o episódio de compulsão alimentar, que geralmente surge durante uma dieta para emagrecimento. Inicialmente, esses episódios podem estar relacionados à fome, mas, à medida que o ciclo de compulsão alimentar e purgação se estabelece, podem ocorrer em diversas situações que geram emoções negativas, como frustração, tristeza, ansiedade, tédio e solidão (APPOLINÁRIO, CLAUDINO, 2000).

Esses episódios têm um componente comportamental objetivo, que envolve consumir uma quantidade de comida considerada excessiva em comparação ao que uma pessoa normalmente comeria, e um componente subjetivo, que é a sensação de

total falta de controle sobre o comportamento alimentar. A maioria das vezes, esses episódios ocorrem em segredo e são acompanhados por sentimentos intensos de vergonha, culpa e desejos de autopunição. A quantidade de calorias consumidas por episódio pode variar bastante, mas em média fica entre 2.000 e 5.000 calorias (APPOLINÁRIO, CLAUDINO,2000).

Embora os pacientes com transtornos alimentares compartilhem características comuns, é essencial abordá-los de forma individualizada, pois as motivações para o controle sobre o corpo e a alimentação variam de pessoa para pessoa. A bulimia é uma condição de origem multifatorial, com fatores de predisposição que incluem ser do sexo feminino, ter histórico familiar de transtornos alimentares, baixa autoestima, perfeccionismo e dificuldade em expressar emoções. Outros fatores contribuintes são dietas restritivas, dinâmicas familiares disfuncionais, alterações endócrinas, distorção da imagem corporal e um contexto sociocultural que valoriza excessivamente o corpo magro (VALE, 2014).

O tratamento da bulimia nervosa deve ser conduzido por uma equipe multidisciplinar composta por nutricionistas, psicólogos e médicos. Estudos mostram que a família desempenha um papel significativo na manifestação e manutenção do transtorno, tornando sua participação no tratamento fundamental. Pacientes com bulimia frequentemente apresentam quadro nutricional debilitado devido aos comportamentos alimentares, o que reforça a importância do acompanhamento nutricional (VALE, 2014).

A compulsão alimentar é um transtorno que se caracteriza por episódios recorrentes de ingestão excessiva de alimentos, sem as tentativas de compensação típicas da bulimia nervosa, como vômitos ou uso de laxantes e diuréticos. Embora afete tanto homens quanto mulheres, esse transtorno é mais comum entre os homens, representando cerca de um terço dos casos, e frequentemente ocorre em indivíduos na faixa etária que vai da adolescência até a meia-idade (APPOLINÁRIO, CLAUDINO,2000).

Diferentemente da bulimia nervosa e da anorexia, que são mais prevalentes entre mulheres, a compulsão alimentar pode se manifestar em fases prolongadas. Isso significa que uma pessoa pode ter períodos de controle sobre a alimentação, seguidos por recaídas que podem ocorrer meses ou até anos depois, quando a predisposição para episódios de compulsão se reativa.

Os pacientes com transtorno da compulsão alimentar periódica (TCAP) vivenciam episódios de compulsão alimentar, mas não recorrem às medidas extremas para evitar



o ganho de peso, como ocorre na bulimia nervosa (BN). A maioria dos indivíduos com TCAP é obesa, e sua prevalência na população geral é cerca de 2%. Esses pacientes se diferenciam das pessoas obesas sem TCAP em aspectos como a gravidade da psicopatologia, o início mais precoce da obesidade, sua maior gravidade e a resposta insatisfatória a tratamentos (APPOLINÁRIO, CLAUDINO,2000).

Esse transtorno pode estar associado à obesidade em adolescentes. Um estudo de Berkowitz e colaboradores revelou que 30% de um grupo de adolescentes obesos que buscou tratamento para emagrecer apresentava episódios de compulsão alimentar. O tratamento do TCAP deve incluir orientação dietética com refeições regulares, psicoterapia cognitivo-comportamental e o uso de inibidores seletivos da recaptção de serotonina (ISRS), como fluoxetina, fluvoxamina e sertralina, além de agentes em fase inicial de avaliação, como sibutramina e topiramato (APPOLINÁRIO, CLAUDINO,2000).

Pode-se destacar também a Pica, que se configura como a ingestão contínua de substâncias não nutritivas e inadequadas para o desenvolvimento infantil, que não são aceitas culturalmente. As substâncias mais comuns consumidas incluem terra, barro, cabelo, alimentos crus, cinzas de cigarro e fezes de animais. Essa prática pode estar associada a atrasos no desenvolvimento, deficiência mental e histórico familiar de pica. Diversas complicações clínicas podem surgir, especialmente relacionadas ao sistema digestivo e a intoxicações ocasionais, dependendo do que foi ingerido (APPOLINÁRIO, CLAUDINO,2000).

O Transtorno de Ruminação se caracteriza por episódios repetidos de regurgitação (ou "remastigação") que não são explicáveis por nenhuma condição médica. As complicações médicas mais comuns incluem desnutrição, perda de peso, desequilíbrios hidroeletrólíticos, desidratação e até risco de morte. O tratamento abrange o monitoramento clínico das complicações e intervenções comportamentais (APPOLINÁRIO, CLAUDINO,2000).

Este trabalho configura-se como uma revisão integrativa da literatura e tem como objetivo avaliar a literatura a respeito da obesidade e dos transtornos alimentares, buscando compreender os aspectos relacionados ao fenômeno pesquisado, suas causas e consequências individuais e sociais.

## 2. MÉTODOS

O presente trabalho configura-se como uma revisão integrativa da literatura com o propósito de sumarizar os estudos publicados sobre obesidade e transtorno alimentar.

Essa revisão foi estruturada seguindo as seguintes etapas: (1) definição dos descritores, (2) busca na literatura, (3) coleta de dados, (4) análise crítica dos estudos incluídos, (5) discussão dos resultados.

Assim, definiu-se a questão norteadora desta revisão integrativa da literatura: Como os transtornos alimentares são correlacionados com a obesidade?

Esta revisão teve a coleta de dados no período dos meses de Setembro e Outubro de 2024. A definição dos descritores para esta pesquisa foi feita por meio de uma consulta aos Descritores em Ciências da Saúde via Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Os descritores controlados incluíram termos como: “Transtornos Alimentares” e “Obesidade”.

Estes termos formaram a estratégia de busca unificada, adaptada a cada base de dados, com o operador booleano AND utilizado para restringir a amostra.

O levantamento dos artigos foi realizado através das seguintes plataformas: BVS e Lilacs . Na primeira fase da Revisão Integrativa da Literatura (RIL), os títulos e resumos dos artigos encontrados foram analisados pela autora, levando em conta sua adequação ao tema. Na segunda fase, os textos completos dos artigos selecionados foram avaliados e correlacionados para possibilitar uma visão geral dos conteúdos produzidos na área. A análise dos resultados das pesquisas foi descritiva.

Os dados foram extraídos dos estudos registrando informações relevantes, como título do artigo, título do periódico, país, idioma e ano de publicação, tipo de publicação. Por fim, os dados evidenciados na análise dos artigos foram comparados e os resultados discutidos. Dessa forma, os artigos que não se adequaram aos critérios de inclusão mencionados, foram automaticamente excluídos da pesquisa.

Fluxograma 1: fluxograma dos artigos selecionados.



Fonte: Elaborado pela autora (2024)

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após a aplicação dos descritores em cada base de dados, foram identificados 1720 artigos relacionados ao tema em questão, 944 artigos entre os anos 2010 e 2024, sendo eles 94 artigos em português, no entanto, ao aplicar os critérios de elegibilidade e os procedimentos descritos na metodologia, foram excluídos 82 artigos não relacionados ao tema, e 2 artigos excluídos a partir do título e do resumo, fazendo com quem o número de artigos seja reduzido para 10.

A lista dos 10 artigos selecionados encontra-se na Figura 1, explicitando também os objetivos e os resultados relevantes.

**Figura 1: Quadro com lista de artigos selecionados para revisão**

AUTOR / ANO	ARTIGO	BASE DE DADOS
NUNES, Livia Garcia; SANTOS, Mariana Cristina Silva; SOUZA, Anelise Andrade. (2017)	Fatores de risco associados ao desenvolvimento de bulimia e anorexia nervosa em estudantes universitários: uma revisão integrativa.	Lilacs
DUNKER, Karin Louise Lenz; ALVARENGA, Marle dos Santos; CLAUDINO, Angélica Medeiros. (2018)	Prevenção de transtornos alimentares e obesidade: relato de experiência da implementação do programa New Moves.	Lilacs
SOUZA, Marcia Cristina Dominguez Fernandes Pinto de; SOUZA, Laura Vilela e; BARROSO, Sabrina Martins; SCORSOLINI-COMIN, Fabio. (2013)	Padrões alimentares e imagem corporal em mulheres frequentadoras de academia de atividade física.	BVS
MAURO, Maria Francisca F. P.; APPOLINÁRIO, José Carlos; PAPELBAUM, Marcelo; BRASIL, Marco Antônio Alves; CARNEIRO, João Regis Ivar. (2017)	O transtorno da compulsão alimentar (TCA) tem impacto no ganho de peso após a cirurgia bariátrica?	Lilacs
LEONIDAS, Carolina; SANTOS, Manoel Antônio dos. (2013)	Redes sociais significativas de mulheres com transtornos alimentares.	Revista INDEXPSI BVS
ANDRADE, Amanda Cristina; OLIVEIRA, João Paulo Lima de; MACHADO, Hellen Custódio; BASTOS, Sabrina Carvalho. (2019)	Efeito da supressão de pensamentos sobre alimentação no comportamento alimentar.	Lilacs

KORITAR, Priscila. (2013)	Atitudes em relação à saúde e sabor dos alimentos e imagem corporal entre mulheres.	Lilacs
LIMA-SANTOS, Eloha Flória; SANTOS, Manoel Antônio dos; OLIVEIRA-CARDOSO, Érika Arantes. (2023)	Transtornos alimentares: vivências de mulheres acima de 30 anos.	Lilacs
STEFANI, Manuela Desiderio De; AZEVEDO, Lívia Dayane Sousa; SOUZA, Ana Paula Leme de; SANTOS, Manoel Antônio dos; PESSA, Rosane Pilot. (2023)	Tratamento dos transtornos alimentares: perfil sociodemográfico, desfechos e fatores associados.	Lilacs
BARBOSA, Marina Rodrigues; PENAFORTE, Fernanda Rodrigues de Oliveira; SILVA, Ana Flavia de Sousa. (2020)	Mindfulness, mindful eating e comer intuitivo na abordagem da obesidade e transtornos alimentares.	Lilacs

Os estudos analisados indicam que os transtornos alimentares (TAs) são complexas condições de saúde que envolvem interações entre fatores psicológicos, sociais e biológicos, além de evidenciar diferentes facetas desse fenômeno, revelando como as causas e consequências dos TAs podem ser interligadas.

Estudos feitos por Nunes, Santos e Souza (2017) mostram que mulheres universitárias, especialmente aquelas de cursos relacionados a área da saúde, como nutrição e educação física, são mais propensas a desenvolver transtornos alimentares, influenciadas por fatores como estresse, ambiente acadêmico e pressões externas para manter o corpo ideal, e isso leva a adotar práticas inadequadas de controle de peso.

Buscando compreender como as mulheres são afetadas pelos TAs, Dunker, Alvarenga e Claudino (2018) realiza um estudo focado em adolescentes do sexo feminino com o objetivo de prevenir a obesidade e os transtornos alimentares por meio de mudanças no comportamento alimentar e exercício físico. Este autor ressalta que o contexto social, econômico e cultural, bem como a falta de recursos, afeta o sucesso de intervenções preventivas.

Nunes, Santos e Souza (2017) e Dunker, Alvarenga e Claudin (2018) destacam que fatores ambientais, culturais e individuais afetam a alimentação e o controle de peso tanto em jovens universitárias como em diferentes faixas etárias, inclusive após intervenções como a cirurgia bariátrica. A compulsão alimentar, mencionada por Dunker (2018), é um problema que também pode ser observado em pessoas que buscam manter ou perder peso, reforçando a complexidade dos transtornos alimentares em diversas

populações.

Os resultados da cirurgia bariátrica e sua relação com os transtornos alimentares é um tema recorrente nos estudos da temática. Pesquisa realizada por Souza e colaboradores (2013) propôs uma revisão de 150 casos, nacionais e internacionais, focados na prevalência de transtornos alimentares como compulsão alimentar, além de anorexia e bulimia, destacando que apesar da melhora dos sintomas após a cirurgia bariátricas, os profissionais de saúde devem manter atenção aos comportamentos alimentares desordenados, pois esses podem afetar o sucesso e o bem-estar do paciente.

Um estudo de caso avaliando duas mulheres e um homem realizada por Mauro e colaboradores (2017) abordou o ganho de peso após a cirurgia bariátrica e a relação desse fenômeno com a compulsão alimentar. Embora haja embate sobre o impacto direto da cirurgia bariátrica sobre a compulsão alimentar, os autores indicam que ganho de peso pode estar associado ao transtorno de compulsão alimentar. As duas pesquisas analisadas reforçam a importância de monitorar os comportamentos alimentares desordenados em pacientes bariátricos, apontando que os profissionais de saúde devem ter um olhar mais atento a esses comportamentos para prevenir complicações e promover a saúde global dos pacientes.

Leonidas e Santos (2013) e Andrade e colaboradores (2019) destacam a vulnerabilidade das mulheres em relação a transtornos alimentares, abordando diferentes influências externas. Enquanto Leonidas (2013) aponta as redes sociais e as relações interpessoais imitadas como fatores que podem agravar a evolução das TAs, Andrade e colaboradores (2019) foca em como dietas restritivas e pensamentos negativos podem aumentar a compulsão alimentar e o ganho de peso, ambos indicam que essas influências externas prejudicam o bem-estar e a recuperação das mulheres. Os resultados destas pesquisas indicam que tanto as redes sociais quanto o foco em dietas restritivas criam um ambiente de pressão e frustração, que podem agravar os transtornos alimentares. Desta forma, é fundamental que sejam criadas intervenções para lidar com esses distúrbios, como fortalecimentos do apoio familiar, uso de técnicas como mindfulness, sejam exploradas para melhorar o estado psicológico e alimentar dessas mulheres.

Os estudos sobre TA buscam compreender as experiências de mulheres em diferentes idades e fases da vida, com diferentes níveis de diagnósticos e percepção. Koritar (2013) foca em mulheres mais jovens (18 a 40 anos) e explora a relação entre a percepção corporal e a preocupação com a saúde e o prazer de se alimentar, enquanto

Lima-Santos, Santos e Oliveira (2023) se concentra em mulheres mais velhas (34 a 65 anos) e destaca como diagnóstico tardio e a dificuldade de tratar os sintomas prolongam a experiência negativa com os TAs, limitando a recuperação. Os dois revelam a importância de um diagnóstico precoce e uma abordagem adequada para lidar com os transtornos alimentares. Em mulheres mais jovens a insatisfação corporal pode determinar como lidam com a alimentação e sua saúde, enquanto as mulheres mais velhas, a falta de diagnósticos e tratamento multidisciplinar agravam sintomas e dificulta na recuperação. Stefani e colaboradores (2023) por sua vez aborda o perfil de jovens adultas com anorexia nervosa e a complexidade do tratamento, especialmente em pacientes com comorbidade psíquicas como transtornos de personalidade, que levam ao abandono do tratamento. Mostrando mais uma vez que todos os estudos ressaltam a necessidade de abordagens especializadas e multidisciplinar, considerando diversos fatores que influenciam o desenvolvimento e a manutenção dos transtornos alimentares.

Barbosa, Penaforte e Silva (2020) complementam a visão sobre a questão trazendo alternativas de tratamento centradas em *Mindfulness* e práticas de alimentação conscientes que podem ser úteis para qualquer faixa etária e reduzir comportamentos desordenados, como a compulsão alimentar, além de melhorar a saúde emocional e psicológica dos pacientes. Essas abordagens podem auxiliar na diminuição do estresse, ansiedade e depressão associados aos transtornos alimentares, promovendo uma recuperação mais eficaz e duradoura.

A análise dos transtornos alimentares (TAs) revela uma interconexão entre fatores psicológicos, sociais e familiares que impactam significativamente a saúde mental e o comportamento alimentar. Os estudos indicam que a pressão social e os padrões de beleza predominantes na sociedade, manifestos em diferentes contextos socioeconômicos, levam adolescentes a desenvolver comportamentos alimentares disfuncionais. Esses comportamentos não afetam apenas os indivíduos, mas também criam ciclos intergeracionais, nos quais mães com transtornos alimentares podem transmitir padrões prejudiciais para seus filhos, necessitando de intervenções que levem em consideração a dinâmica familiar.

Os resultados das pesquisas revisadas destacam a complexidade dos transtornos alimentares, envolvendo interações entre fatores sociais, psicológicos e familiares. É evidente que o tratamento deve ir além da individualização e considerar o contexto social e familiar, além de adaptar-se a situações adversas como a pandemia. Essa abordagem holística é fundamental para promover não apenas a recuperação, mas também a

prevenção de novos casos, reafirmando a importância de intervenções adequadas e integradas na saúde mental e na nutrição.



#### 4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho buscou a forma como os transtornos alimentares são abordados na literatura, revelando a complexidade das interações entre fatores individuais, familiares e culturais. Os resultados das diversas pesquisas revisadas evidenciam que os transtornos alimentares não podem ser compreendidos isoladamente, mas sim como produtos de uma teia multifacetada de influências que englobam a saúde mental, as dinâmicas familiares e as pressões sociais.

Ao longo deste trabalho, exploramos a complexa intersecção entre os transtornos alimentares e suas causas psicológicas e sociais, destacando a importância de uma abordagem multidimensional para a compreensão e intervenção nesse campo. Os transtornos alimentares, que incluem condições como anorexia, bulimia e compulsão alimentar, não são apenas problemas de natureza nutricional, mas manifestações de questões psicológicas profundas e influências sociais significativas.

As evidências apresentadas mostram que fatores como a pressão social para atender a padrões de beleza irrealistas, a busca por controle e perfeição, e a presença de traumas emocionais desempenham um papel crucial no desenvolvimento desses transtornos. A influência da mídia e a valorização de corpos ideais exacerbam a insatisfação corporal, contribuindo para um ciclo vicioso de comportamentos alimentares prejudiciais.

Além disso, é essencial considerar o papel do ambiente familiar e social na formação da auto-estima e na percepção da imagem corporal. A falta de suporte emocional e a dinâmica familiar podem acentuar vulnerabilidade individuais, tornando a prevenção e o tratamento desses transtornos um desafio ainda maior.

A partir das reflexões aqui apresentadas, é evidente que a promoção da saúde mental e a educação alimentar devem ser integradas em programas de intervenção. A sensibilização sobre a diversidade de corpos e a aceitação da individualidade são passos fundamentais para desmistificar os padrões de beleza e promover uma relação mais saudável com a alimentação.

Por fim, é importante que profissionais de saúde, educadores e familiares estejam cientes da complexidade dos transtornos alimentares e da necessidade de abordagens integradas e sensíveis às particularidades de cada indivíduo. Apenas assim será possível promover a prevenção e o tratamento eficaz desses transtornos, garantindo uma saúde mental e nutricional mais robusta e sustentável para as próximas gerações.

## REFERÊNCIAS

AIRBURN, Christopher G. **Vencendo a Compulsão Alimentar: Aprenda por que Você Come Compulsivamente e Como Parar** . Porto Alegre: ArtMed, 2024.

ALVARENGA, Marle dos S.; DUNKER, Karin Louise L.; PHILIPPI, Sonia T. **Transtornos alimentares e nutrição: da prevenção ao tratamento** . Barueri: Manole, 2020

ANDRADE, Amanda Cristina; OLIVEIRA, João Paulo Lima de; MACHADO, Hellen Custódio; BASTOS, Sabrina Carvalho. **Efeito da supressão de pensamentos sobre alimentação no comportamento alimentar: uma revisão de literatura**. *Psicol. argum* ; 37(95): 25-40, jan.-mar. 2019. ilus, Article em Pt | INDEXPSI | ID: psi-72241

ANDRADE, Lorena et al. A utilização das redes sociais digitais no cuidado psicossocial infantojuvenil, diante da pandemia por Covid-19. **Health Residencies Journal**, 2020

APPOLINÁRIO, José Carlos; CLAUDINO, Angélica M. Transtornos alimentares. **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 22, p. 28-31, 2000.

BANDEIRA, Aline Gabriel; GABRIEL, Jane Eyre. **Impactos dos transtornos alimentares maternos sobre o desenvolvimento físico e psicossocial dos filhos: uma revisão sistemática**. 2016.

BARBOSA, Marina Rodrigues; PENAFORTE, Fernanda Rodrigues de Oliveira; SILVA, Ana Flavia de Sousa. **Mindfulness, mindful eating e comer intuitivo na abordagem da obesidade e transtornos alimentares**. *SMAD, Rev. eletrônica saúde mental alcool drog* ; 16(3): 118-135, jul.-set. 2020. Ilus. Article em Pt | INDEXPSI, LILACS | ID: biblio-1150197

BRESSAN, MAITÊ REGINA; PUJALS, CONSTANZA. Transtornos alimentares modernos: uma comparação entre ortorexia e vigorexia. **Uningá Review**, v. 23, n. 3, 2015.

COSTA, Marcelle Barrueco. **Efetividade das intervenções psicossociais no tratamento dos transtornos alimentares: overview das revisões sistemáticas Cochrane**. 2013.

DA SILVA GOMES, Edna Lara Vasconcelos et al. O impacto do desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes: uma revisão. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 14, p. e92101421648-e92101421648, 2021.

DUNKER, Karin Louise Lenz; ALVARENGA, Marle dos Santos; CLAUDINO, Angélica Medeiros. **Prevenção de transtornos alimentares e obesidade: relato de experiência da implementação do programa New Moves**. *Saúde debate* ; 42(116): 331-342, jan.-mar. 2018. Article em Pt | LILACS | ID: biblio-962632

DUNKER, Karin Louise Lenz; FERNANDES, Cássia Peres Bonar; CARREIRA FILHO,

Daniel. Influência do nível socioeconômico sobre comportamentos de risco para transtornos alimentares em adolescentes. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 58, p. 156-161, 2009.

FAIRBURN, Christopher G. **Vencendo a Compulsão Alimentar: Aprenda por que Você Come Compulsivamente e Como Parar** . Porto Alegre: ArtMed, 2024.

**MAURO, Maria Francisca F. P.; APPOLINÁRIO, José Carlos; PAPELBAUM, Marcelo; BRASIL, Marco Antônio Alves; CARNEIRO, João Regis Ivar.** O transtorno da compulsão alimentar (TCA) tem impacto no reganho de peso após a cirurgia bariátrica? Relato de caso. *J. bras. psiquiatr* ; *J. bras. psiquiatr*;66(4): 221-224, out.-dez. 2017. Article em Pt | LILACS | ID: biblio-893937

**KORITAR, Priscila.** **Atitudes em relação à saúde e sabor dos alimentos e imagem corporal entre mulheres** .São Paulo; s.n; 2013. 108 p.Thesis em Pt | LILACS | ID: biblio-1281270

**LEONIDAS, Carolina; SANTOS, Manoel Antônio dos.** Redes sociais significativas de mulheres com transtornos alimentares. *Psicol. reflex. crit* ; 26(3): 561-571, 2013. ilus, Article em Pt | INDEXPSI | ID: psi-60749

**LIMA-SANTOS, Eloha Flória; SANTOS, Manoel Antônio dos; OLIVEIRA-CARDOSO, Érika Arantes de.** Transtornos alimentares: vivências de mulheres acima de 30 anos. *Psicol. ciênc. prof* ; 43: e261792, 2023. Article em Pt | LILACS, INDEXPSI | ID: biblio-1529200

**MARREIRO, Dilina do N.; COZZOLINO, Sílvia Maria F.** **Obesidade e nutrição** . Barueri: Manole, 2023. *E-book*. ISBN 9788520460290.

MOSER, Carolina Meira et al. O prejuízo no funcionamento psicossocial de pacientes com diferentes subtipos de transtorno alimentar. **Trends in Psychiatry and Psychotherapy**, v. 35, p. 111-118, 2013.

**NUNES, Lívia Garcia; SANTOS, Mariana Cristina Silva; SOUZA, Anelise Andrade de.** Fatores de risco associados ao desenvolvimento de bulimia e anorexia nervosa em estudantes universitários: uma revisão integrativa HU rev ; 43(1): 61-69, ago. 2017. Article em Pt | LILACS | ID: biblio-859311

**PHILIPPI, Sônia T.; ALVARENGA, Marle.** **Transtornos Alimentares: Uma Visão Nutricional** . Barueri: Manole, 2004

SEGAL, Adriano; CARDEAL, Marcus V.; CORDÁS, Táki A. Aspectos psicossociais e psiquiátricos da obesidade. **Revista de Psiquiatria Clínica**, v. 29, n. 2, p. 81-89, 2002.

SILVA, Andreza Fonseca da; SANTOS, Manoel Antônio dos; OLIVEIRA-CARDOSO, Érika Arantes de. Impacto Psicossocial da Pandemia de Covid-19 em Pacientes com Transtornos Alimentares. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 44, p. e261659, 2024.

SILVA, Jaqueline Ferreira da; CID, Maria Fernanda Barboza; MATSUKURA, Thelma Simões. Atenção psicossocial de adolescentes: a percepção de profissionais de um CAPSij. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 26, p. 329-343, 2018.

**SOUZA, Marcia Cristina Dominguez Fernandes Pinto de; SOUZA, Laura Vilela e; BARROSO, Sabrina Martins; SCORSOLINI-COMIN, Fabio.** Padrões alimentares e imagem corporal em mulheres frequentadoras de academia de atividade física *Psico USF* ; 18(3): 445-454, set.-dez. 2013. tab  
Article em Pt | INDEXPSI | ID: psi-60449

**STEFANI, Manuela Desiderio De; AZEVEDO, Livia Dayane Sousa; SOUZA, Ana Paula Leme de; SANTOS, Manoel Antônio dos; PESSA, Rosane Pilot.** Tratamento dos transtornos alimentares: perfil sociodemográfico, desfechos e fatores associados. *J. bras. psiquiatr* ; *J. bras. psiquiatr*;72(3): 143-151, 2023. tab, graf  
Article em Pt | LILACS-Express | LILACS | ID: biblio-1506611

**VALE Bechara, Ana Paula, Kohatsu Lineu N..** TRATAMENTO NUTRICIONAL DA ANOREXIA E DA BULIMIA NERVOSAS: ASPECTOS PSICOLÓGICOS DOS PACIENTES, DE SUAS FAMÍLIAS E DAS NUTRICIONISTAS. Vínculo - Revista do NESME [en linea]. 2014, 11(2), 7-18[fecha de Consulta 29 de setembro de 2024]. ISSN: 1806-2490.