

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

**AMANDA RAMOS SILVA**

**AVALIAÇÃO DE RISCO DE DESENVOLVIMENTO DE ORTOREXIA  
NERVOSA EM ESCOLARES**

**VOLTA REDONDA - RJ**

**2020**

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

**AVALIAÇÃO DE RISCO DE DESENVOLVIMENTO DE ORTOREXIA  
NERVOSA EM ESCOLARES**

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

Acadêmica: Amanda Ramos silva

Orientador: Prof. Dr. Elton Bicalho de  
Souza

**VOLTA REDONDA - RJ**

**2020**

**FICHA CATALOGRÁFICA**

Bibliotecária: Alice Tação Wagner - CRB 7/RJ 4316

S586a Silva, Amanda Ramos

Avaliação de risco de desenvolvimento de ortorexia nervosa em  
escolares. /

Amanda Ramos Silva. – Volta Redonda: UniFOA, 2020.

23 p. II.

Orientador (a): Dr. Elton Bicalho de Souza

Monografia (TCC) – UniFOA / Curso de Nutrição, 2020.

1. Nutrição - TCC. 2. Ortorexia. 3. Adolescentes. 4. Mídias sociais. I. Souza, Elton Bicalho de. II. Centro Universitário de Volta Redonda. III. Título.

CDD 613

## FOLHA DE APROVAÇÃO

Trabalho de Conclusão de Curso intitulado:  
**AVALIAÇÃO DE RISCO DE DESENVOLVIMENTO DE ORTOREXIA  
NERVOSA EM ESCOLARES**

Elaborado por Amanda Ramos Silva, apresentado publicamente perante a Banca Avaliadora, como parte dos requisitos para conclusão do Curso de Nutrição.

Aprovada em 25 de novembro de 2020 Banca Avaliadora:



.....  
Professor Orientador

Elton Bicalho de Souza, Doutor, Centro Universitário de Volta Redonda



.....  
Professora Avaliadora

Mariana Ribeiro Costa Portugal, Doutora, Centro Universitário de Volta Redonda

.....  
Professora Avaliadora

Ana Claudia Pelissari Kravchychyn, Doutora, Centro Universitário de Volta Redonda

Dedico este trabalho a Deus - sem Ele nada seria possível. Dedico a minha família, que sempre me apoiou, aos meus amigos que estiveram comigo durante todos esses anos de faculdade e aos meus professores, que me auxiliaram por meio de seus ensinamentos.

## AGRADECIMENTOS

O desenvolvimento desse trabalho de conclusão de curso contou com a ajuda de diversas pessoas, dentre das quais agradeço: primeiramente a Deus, que me deu força e muita fé para que eu não desistisse e permanecesse me empenhando e pudesse hoje estar concluindo.

Aos professores orientadores que durante meses me acompanharam pontualmente, me dando todo suporte e auxílio necessário para a elaboração desse projeto. Aos professores do curso de nutrição, que por meio de seus ensinamentos permitiram em que eu pudesse hoje estar concluindo este curso.

Ao meu pai, que me incentivou a cada momento e ajudou me dando a oportunidade de cursar esta faculdade e a financiou para que eu possa colher bons frutos e obter uma boa qualidade de vida a partir deste ensino superior. A minha mãe, que desde o início me incentivou e não permitiu que eu desistisse mesmo com várias dificuldades de locomoção para a faculdade entre outros empecilhos. Minhas irmãs, que me deram apoio e me ajudaram todos esses anos enquanto eu estudava para as provas e principalmente em época de quarentena.

Ao Flavio, que foi motorista da AUSAN, empresa de ônibus que levava os alunos de Paraty até o UniFOA todos os dias, e que fez com que eu chegasse sempre no horário na faculdade e que voltasse em segurança para casa.

Aos amigos que conheci por meio desta faculdade e me ajudaram a cada momento me dando suporte para as aulas, trabalhos e muitas diversões ao longo deste tempo.

“A persistência é o caminho para o êxito”.

Charles Chaplin

## RESUMO

A ortorexia nervosa (ON) é caracterizada por um desvio de comportamento alimentar obsessivo patológico, na qual existe uma preocupação excessiva com a saúde alimentar, características e propriedades dos alimentos. Pessoas com este distúrbio modificam drasticamente seus estilos de vida geralmente embasadas em *fake News* ou em pseudociência. O objetivo da pesquisa foi identificar a prevalência de risco de ortorexia nervosa em alunos do ensino médio de uma escola na cidade de Angra dos Reis – RJ. Participaram 22 alunos com idade entre 14 a 18 anos que tiveram a mensuração do risco de desenvolvimento de ON pelo instrumento ORTO-15 na versão adaptada e traduzida. Apesar da maioria não apresentar risco de desenvolvimento de ON, foi observado um resultado expressivo de 40,9% para risco de ON. É importante que as instituições de ensino abordem o tema com os alunos, e que possuam ou indiquem profissionais para auxiliar na prevenção e tratamento desses transtornos.

**Palavras-chave:** Ortorexia Nervosa; Adolescentes; Comportamento alimentar.

## ABSTRACT

Orthorexia Nervosa (also known as Orthorexia) is characterized by a pathological form of obsessive/compulsive eating behavior, which there is an excessive concern about healthy eating, food characteristics and its properties. People who suffer from this kind of disorder generally have their lifestyle drastically modified based on Fake News or pseudoscience. The research goal is to identify the Orthorexia's risk prevalence on high-schoolers students from a campus located in Angra dos Reis - RJ. There were 22 students between 14 and 18 years old participating in the research, who had the Orthorexia's development risk measured by the instrument ORTHO-15 in its adapted and translated version. Although the majority did not present any risks of Orthorexia's development, there was a significant result where 40,9% students showed the possibility of developing this eating disorder. It's important that learning institutions approach the subject with their students, and have or recommend professionals to help with the prevention and treatment of these disorders.

**Keywords:** Orthorexia Nervosa; Adolescent; Food habits.

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO.....</b>	<b>13</b>
<b>2. MÉTODOS.....</b>	<b>14</b>
<b>3. RESULTADOS.....</b>	<b>15</b>
<b>4. DISCUSSÃO.....</b>	<b>17</b>
<b>5. CONCLUSÃO .....</b>	<b>21</b>
<b>REFERENCIAS .....</b>	<b>22</b>

## LISTA DE GRÁFICOS

<b>GRÁFICO 1.</b> Constrangimento ou sensação de fracasso com o próprio corpo dos participantes do estudo.....	<b>16</b>
<b>GRÁFICO 2.</b> Constrangimento dos participantes da pesquisa em postar fotos de corpo em suas redes sociais.....	<b>16</b>
<b>GRÁFICO 3.</b> Risco de surgimento de ON distribuída por sexo dos participantes da pesquisa.....	<b>17</b>

**LISTA DE QUADROS**

<b>QUADRO 1. Frequência de respostas pelo ORTO-15.....</b>	<b>20</b>
--	-----------

## LISTA DE SIGLAS

TA - Transtornos alimentares

AN - Anorexia nervosa

BN - Bulimia nervosa

TCAP - Transtorno de compulsão alimentar periódica

TANE - Transtorno alimentar não especificado

ON - Ortorexia nervosa

RJ - Rio de Janeiro

CAAE - Certificado de Apresentação para Apreciação Ética

## 1. INTRODUÇÃO

Transtornos alimentares (TA) são caracterizados por uma perturbação persistente na alimentação ou no comportamento relacionado à alimentação, resultando no consumo inadequado ou na absorção alterada de alimentos, o que compromete significativamente a saúde física ou social (DSM-5, 2013).

São transtornos psiquiátricos que afetam em sua maioria adolescentes e adultos jovens, podendo ocasionar grandes prejuízos biológicos, aumentando a morbidade e mortalidade. Existem alguns distúrbios alimentares com comportamentos e/ou características similares atualmente reportados: anorexia nervosa (AN), bulimia nervosa (BN), transtorno de compulsão alimentar periódica (TCAP), transtornos alimentares não especificados (TANE) e ortorexia nervosa (ON) (ALVARENGA; SCAGLIUSI; PHILIP, 2010) sendo a ON o principal escopo da presente pesquisa.

A ON é caracterizada por um desvio de comportamento alimentar obsessivo patológico, na qual existe uma preocupação excessiva com a saúde alimentar, características e propriedades dos alimentos. Em decorrência de uma obsessão por uma alimentação extremamente saudável as pessoas com este distúrbio modificam drasticamente seus estilos de vida, passando a não frequentar restaurantes, ou preferem levar a própria refeição aos locais que frequentam por não confiarem na “pureza” de alimentos que, na maioria das vezes, não são crus, naturais ou preparados por eles mesmos (PONTES; MONTAGNER, 2011).

Muito desta prática obsessiva pelo “comer saudável” surgiu com as novas tecnologias e, conseqüentemente, ao acesso à informação; uma vez que a preocupação com o corpo e com a saúde vem sendo bastante abordada pela mídia, assim como os padrões de beleza e melhor qualidade de vida. Essas discussões geralmente são embasadas em *fake News* ou em pseudociência, onde alimentos são classificados como milagrosos ou prejudiciais à saúde, podendo gerar doenças ou realizar verdadeiros “milagres” (JACOB, 2014).

Ao mesmo tempo, a indústria vem sendo desmascarada acerca dos riscos causados pelos alimentos industrializados e ultra processados. Este compilado de informações causa dúvidas e preocupações do que é comer certo e o que deve ser consumido para ter um corpo bonito ou uma saúde perfeita. Este cenário gera

uma prática conhecida como terrorismo nutricional, que colabora ainda mais para o aumento da prevalência destes transtornos, juntamente com outros fatores, como baixa estima e uma sensação de perfeccionismo, uma vez que a ortorexia é mais comum em pessoas muito exigentes (SILVEIRA JUNIOR et al., 2015).

É importante estudar a ortorexia pois é um comportamento que possui uma certa dificuldade de diagnóstico já que a alimentação saudável é buscada por grande parte da população e, de modo geral, é vista como o ideal de saúde. Logo, o caráter obsessivo não é facilmente reconhecido, diferente de outros TA como a anorexia (ROCHA et al., 2015). Pontes (2012), em um estudo realizado com estudantes de um curso técnico de nutrição e dietética avaliou a percepção dos participantes acerca da aparência, competência física, saúde, orientação à doença, satisfação com as áreas do corpo, preocupação com o sobrepeso e autoclassificação do peso, e o resultado encontrado foi excesso de preocupação com a imagem corporal, e o percentual de alunos que apresentaram risco elevado para ortorexia foi de aproximadamente 83%, com prevalência em mulheres. Entretanto, uma questão torna-se importante: será que os alunos já chegam no ensino superior com este desvio de comportamento? Será que este fator pode ser um diferencial na escolha da carreira?

Diante do exposto, o objetivo da pesquisa foi identificar a prevalência de risco de ortorexia nervosa em alunos do ensino médio de uma escola na cidade de Angra dos Reis – RJ.

## **2. METODOS**

Trata-se de um estudo descritivo realizado em uma escola de ensino médio da rede privada de Angra dos Reis, interior do Estado de Rio de Janeiro. Como critérios de inclusão, participaram alunos com idade entre 14 a 18 anos de idade matriculados em uma escola da rede privada de ensino da cidade que aceitaram participar e tiveram o consentimento dos pais ou responsáveis legais. Os participantes receberam o link para participação, consentimento e assentimento via aplicativo de mensagem. As entrevistas foram realizadas nos meses de agosto e setembro de 2020.

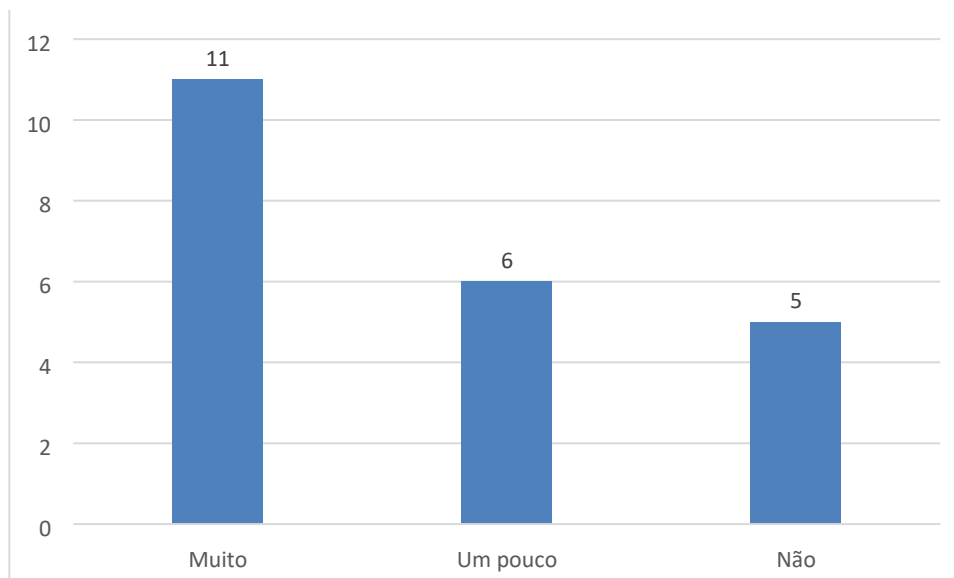
Os que desejaram participar responderam um questionário criado pelos autores para traçar verificar a influência da mídia na tomada de decisão destes participantes.

Para mensurar o risco de desenvolvimento de ON foi utilizado o instrumento ORTO-15 na versão adaptada e traduzida (PONTES, 2012). Trata-se de um questionário autoaplicável de 15 questões que avaliam a atitude dos respondentes em relação a seleção, aquisição, preparo e consumo de alimentos. Cada item do questionário possui as opções de resposta “sempre”, “muitas vezes”, “algumas vezes” e “nunca”, sendo 15 a pontuação mínima e 60 a pontuação máxima. Como ponto de corte, Donini et al. (2005) descrevem que escores maior ou igual de 40 pontos são indicativos de comportamentos alimentares tendenciosos ao desenvolvimento de ON.

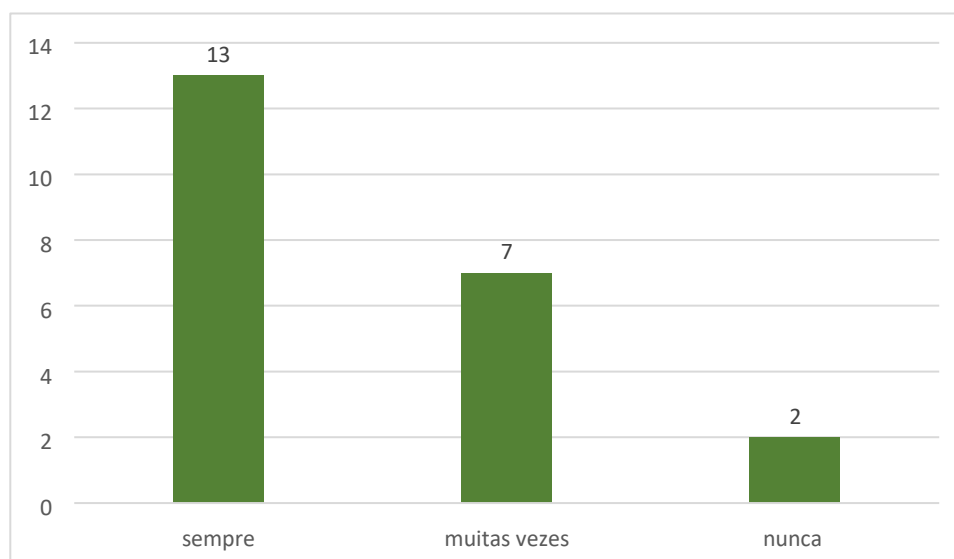
Em linhas gerais, as variáveis foram analisadas segundo procedimentos clássicos de média, desvio padrão e cálculo de frequência através de uma planilha pelo Microsoft office Excel. O estudo foi aprovado em pesquisa feita com seres humanos pelo comitê de ética, sob CAAE nº 37110820.0.0000.5237.

### **3. RESULTADOS**

Ao total participaram 22 estudantes, com idade de 14 a 18 anos, sendo 86% (n = 19) meninas e 14% (n = 3) meninos. Com relação a seguirem perfis de dicas de “alimentação saudável” ou “corpo saudável” 50% (n = 11) afirmaram não seguir, 29% (n = 6) seguem alguns perfis e 21% (n = 5) afirmaram seguir muitos perfis sobre estes temas. Sobre a influência de programas de televisão e/ou comerciais na mudança do padrão alimentar a maioria (n = 12) reportou que este tipo de mídia incentivou mudanças substanciais no comportamento alimentar, 21% (n = 5) mudaram parte de seus hábitos alimentares e 21% (n = 5) alegaram que não sofreram influências. Sobre sentir-se constrangido ou fracassado com o próprio corpo ao ver imagens de pessoas “saudáveis” ou com “corpos perfeitos” em perfis sociais ditos “*fitness*” metade dos participantes (n = 11) respondeu que se sente muito constrangida. A maior parte dos participantes (n = 13) não posta fotos de si própria(o) ou impede que alguém o faça em redes sociais, conforme ilustrado nos gráficos 1 e 2.

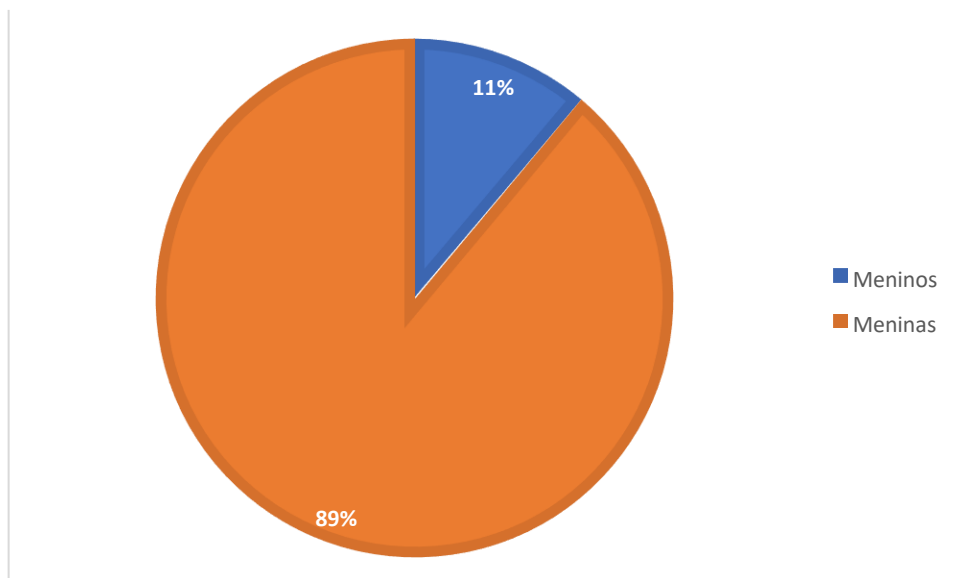


**Gráfico1.** Constrangimento ou sensação de fracasso com o próprio corpo dos participantes do estudo.



**Gráfico 2.** Constrangimento dos participantes da pesquisa em postar fotos de corpo em suas redes sociais

Apesar da maioria não apresentar risco de desenvolvimento de ON, foi observado um resultado expressivo para pontuação igual ou maior a 40 pontos - 40,9% (n = 9), o que caracteriza risco de ON. Deste total, a maioria (n = 8) era menina, conforme ilustra o gráfico 3.



**Gráfico 3.** Risco de surgimento de ON distribuída por sexo dos participantes da pesquisa

#### 4. DISCUSSÃO

O presente trabalho identificou que apesar de 50% dos participantes (n = 11) terem alegado não seguirem perfis sociais relacionados a alimentação saudável, saúde e bem-estar, 29% (n = 6) disseram seguir algum perfil e 21% (n = 5) afirmaram seguir muitos perfis. Segundo Magalhães et al. (2017) redes sociais podem determinar o que se deve ou não comer, bem como o que se deve fazer para ter um corpo saudável, muito pela facilidade de informações que são encontradas por meio da internet e da influência de blogueiros. O acesso a redes e aos perfis com cunho de “saúde” e/ou “bem-estar” aumenta a busca por informações que, na sua maior parte, está relacionada com pseudociências. Tais práticas e ideias podem gerar desinformações a grupos de pessoas, principalmente adolescentes, que constantemente são alvos por terem mais acessos a este tipo de informação (SANTOS, 2018). Muitas das informações divulgadas possuem uma característica de terrorismo nutricional, o que proporciona uma preocupação exacerbada com a qualidade dos alimentos que, inicialmente, pode parecer algo inofensivo, mas pode acarretar riscos para a saúde física e mental destes seguidores (COELHO et al., 2016).

No que tange questões relacionadas a influência por programas de televisão e/ou comerciais para mudanças no comportamento alimentar, a maioria

confirmou que é influenciada diretamente por estes meios. Estes programas induzem o pensamento de que as pessoas precisam de produtos alimentares ou suplementos, dietas da moda e práticas de saúde “inovadoras” com promessas de melhora da qualidade de vida ou melhor condicionamento físico, estimulando o consumo deles com garantia de seus benefícios (SOUZA; FERREIRA, 2015).

A maioria dos participantes (n = 13) sente constrangimento ou frustração em relação a publicar fotos de seus corpos em suas redes sociais, o que pode ser resultado do padrão ditado como “saudável” ou “bonito” pelas mídias sociais. Este padrão imposto pela mídia e pela indústria corrobora para o surgimento de TA, que banalizam a necessidade da realização de procedimentos estéticos ou a utilização de ergogênicos nutricionais ou farmacológicos para atingirem um padrão “ideal” (COPETTI; QUINORA, 2018).

Foi identificado que a maior tendência de risco de ortorexia foi em meninas, e alguns estudos corroboram com este achado. Lira et al. (2017) avaliou a influência das mídias sociais e insatisfação da imagem corporal em adolescentes brasileiras com média de idade de 16 anos e afirmou que 85,8% das participantes declararam que desejavam uma silhueta menor e que não estavam satisfeitas com sua imagem corporal atual. Além disso, as participantes da pesquisa alegaram fazer uso de redes sociais muitas vezes ao dia, o que foi associado a causa dessa contrariedade da imagem corporal. Outro estudo populacional também realizado com adolescentes observou a relação entre sexo, nível econômico e índice de massa corporal em adolescentes com média de idade de 15 anos, e identificou que 65% dos participantes apresentaram insatisfação corporal, sendo que 45% das meninas desejavam ter uma silhueta menor enquanto 51% dos meninos com insatisfação corporal, desejavam serem maiores e mais musculosos (DUMITH et al., 2012).

Para avaliar o risco de desenvolvimento de ON foi utilizado a escala de perguntas e pontos de corte Orto-15 e algumas questões chamaram atenção para o entendimento do problema (quadro 1). Quando perguntado se “as suas escolhas alimentares são determinadas pela preocupação com seu estado de saúde” somente 27% (n = 6) informaram que não. Os alimentos saudáveis têm sido rotulados, por diversas imprensas, como promotores de saúde. Estudos epidemiológicos também afirmam um vínculo inverso entre o consumo de frutas, legumes e verduras, agregados à prática de atividade física, cooperam para a

diminuição do risco de doenças crônicas (VERDE; OLINDA, 2010). Outra questão que chamou atenção foi se “o seu humor influencia o seu comportamento alimentar” 86% (n= 19) afirmaram que sempre ou muitas vezes. Segundo Fortes et al. (2016) adolescentes com emoções ligadas a raiva e estresse podem procurar através dos comportamentos alimentares de risco uma possibilidade de melhora no humor. Para a questão “você acredita que consumir alimentos saudáveis pode melhorar o seu aspecto físico” 77% (n = 17) respondeu que acreditam. Adolescentes tendem a possuir um certo entendimento sobre a relação entre hábitos alimentares inadequados e os riscos que podem ser acometidos. Silva, Teixeira e Ferreira (2014) apontam que os adolescentes só são capazes de modificar seus costumes a partir de uma autocrítica, e quando comparam suas atitudes alimentares com a de seus parentes geralmente idealizam o aumento do peso corporal como sinônimo de uma saúde debilitada, e alegam ser necessário o consumo de saladas para melhorar a saúde e o corpo físico.

Um importante aspecto negativo evidenciado pelo presente estudo foi com relação a realização das refeições em “ultimamente, você costuma estar sozinho(a) quando se alimenta?”. 77% (n = 17) dos participantes responderam algumas ou muitas vezes. É comum, por conta do trabalho, os pais ou responsáveis não conseguirem realizar suas refeições junto aos filhos e, em virtude da praticidade ou até mesmo por influência de amigos e/ou da mídia, esses jovens optarem por refeições prontas e de baixo valor nutricional (FONSECA et al., 2011). Vale salientar que pacientes com ON costumam se isolar para consumir as refeições, ocultando assim seu comportamento patológico (RIBEIRO; OLIVEIRA, 2011).

Um aspecto positivo encontrado e importante a ser relatado foi referente ao item que questiona o fato de não se permitirem a quebra da rotina alimentar. Não houve nenhuma resposta negativa, ou seja, todos alegaram que ao menos algumas vezes se permitiam sair de suas rotinas alimentares. Segundo Latterza et al. (2004) a alimentação deve ser algo prazeroso e que não necessariamente está relacionada a rotina ou algo que possa gerar problemas físicos, sociais ou psicológicos aos indivíduos.

**QUADRO 1.** Frequência de respostas pelo ORTO-15.

Questões orto-15	Frequência de respostas pelos alunos			
	Sempre	Muitas vezes	Algumas vezes	Nunca
1. Você fica atento(a) às calorias dos alimentos quando come?	0	0	8	14
2. Quando você vai a um mercado de alimentos, se sente confuso a respeito do que deve comprar?	1	4	17	0
3. Nos últimos três meses, pensar sobre sua alimentação tem sido uma preocupação?	3	9	7	3
4. As suas escolhas alimentares são determinadas pela preocupação com seu estado de saúde?	1	3	12	6
5. O sabor é a qualidade mais importante que você leva em consideração ao escolher um alimento?	6	13	4	0
6. Normalmente, você se dispõe a pagar mais por alimentos saudáveis?	0	5	15	2
7. A preocupação com alimentação saudável toma mais de três horas do seu dia?	0	3	3	16
8. Você se permite alguma quebra da sua rotina alimentar?	9	8	5	0
9. Para você, o seu humor influencia o seu comportamento alimentar?	8	6	5	3
10. Você acredita que a convicção de se alimentar saudavelmente aumenta sua autoestima?	3	11	8	0
11. Você acha que o consumo de alimentos saudáveis modifica seu estilo de vida (ida a restaurantes, amigos...)?	4	10	8	0
12. Você acredita que consumir alimentos saudáveis pode melhorar o seu aspecto físico?	17	3	2	0
13. Sente-se culpado(a) quando sai da sua rotina alimentar?	5	1	9	7
14. Você pensa que no mercado existem alimentos não saudáveis?	11	8	2	1
15. Ultimamente, você costuma estar sozinho(a) quando se alimenta?	0	5	10	7

Por fim foi apontado que 40,9% (n = 9) apresentaram risco de surgimento de ON. A maioria dos estudos que verificam a ocorrência de ON em estudantes é publicado com universitários, mais especificamente com estudantes de nutrição e educação física. Segundo Penaforte et al. (2018) esse grupo é mais suscetível ao surgimento de ON pelo fato de possuir um sentimento de “pressão” a ter uma alimentação adequada e saudável e um corpo bonito, servindo como uma espécie

de “modelo” para a sociedade. Para Gonçalves et al. (2013) quando ocorre o início do TA na fase da adolescência, esses distúrbios geram complicações com convívio social e familiar, o que pode tornar pensamentos suicidas habituais. Em um estudo feito por Viela et al. (2004) avaliou-se frequência de transtornos de comportamentos alimentares em 1807 alunos do ensino médio, identificou-se 13,3% dos participantes com presença de TA, com prevalência do sexo feminino, onde 59% estavam insatisfeitos com sua imagem corporal, 40% faziam utilização de dietas para emagrecer, 56% alegaram praticar exercícios físicos com intenção de perder peso e cerca de 10% faziam uso de meios laxativos para eliminar o peso.

## **5. CONCLUSÃO**

Embora a maioria dos alunos não apresentou pontuação para risco de ON, a presença de pessoas com risco já é importante para intervenção, tanto pelos fatores de risco associados, e pelo fato de uma única pessoa pode influenciar outras dentro de um mesmo grupo, podendo aumentar esta prevalência.

O acesso à informação obtido a partir do surgimento de novas de tecnologias coopera para desenvolvimento da obsessão por “comer saudável”, visto que a mídia vem impondo padrões de beleza e ditando “regras” sobre qualidade de vida. Os adolescentes, maior público digital, tornam-se grandes alvos e, influenciados por redes sociais e aliada a insatisfação corporal, estes podem ser influenciados na escolha da carreira. A área da saúde, mais especificamente nutrição, educação física e psicologia são muito procuradas por pessoas que se interessam por este escopo.

Salientamos a importância da participação das escolas no combate aos transtornos comportamentais alimentares. É importante que as instituições de ensino abordem o tema com os alunos, e que possuam ou indiquem profissionais para auxiliar na prevenção e tratamento desses transtornos. Por fim, ressalta-se a importância da realização de mais estudos com adolescentes da região, para evidenciar a real prevalência desse problema.

## REFERÊNCIAS

Alvarenga, M.; Scagliusi, F.B.; Phillip, S.T. **Nutrição e transtornos Alimentares: Avaliação e tratamento.** 1 ed. São Paulo: Manole, 2010.

American Psychiatry Association. **Diagnostic and Statistical Manual of Mental disorders – DSM-5.** 5 ed. Washington: American Psychiatric Association: Artmed, 2013.

Coelho, G. et al. As consequências físicas, psíquicas e sociais em indivíduos com ortorexia nervosa. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 10, n. 57, p. 160-168, 2016.

Copetti, A.V.S; Quinora, C.V. A influência da mídia nos transtornos alimentares e na autoimagem em adolescentes. **Revista de Psicologia da IMED**, v. 10, n. 2, p. 161177, 2018.

Donini, L.M. et al. Orthorexia nervosa: validation of a diagnosis questionnaire. **Eat Weight Disord**, e28-32, 2005.

Dumith, S.C. et al. Insatisfação corporal em adolescentes: um estudo de base populacional. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 17, p. 2499-2505, 2012.

Fonseca, A.B. et al. Modernidade alimentar e consumo de alimentos: contribuições sócio-antropológicas para a pesquisa em nutrição. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 16, p. 3853-3862, 2011.

Fortes, L.S. et al. Relação entre o estado de humor e os comportamentos alimentares de risco para os transtornos alimentares em adolescentes. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 65, n. 2, p. 155-160, 2016.

Gonçalves, J.A. et al. Transtornos alimentares na infância e na adolescência. **Revista paulista de pediatria**, v. 31, n. 1, p. 96-103, 2013.

Jacob, H. Redes sociais, mulheres e corpo: um estudo da linguagem fitness na rede social Instagram. **Revista Comunicare**, v. 14, n. 1, p. 88-105, 2014.

Latterza, A.R. et al. Tratamento nutricional dos transtornos alimentares. **Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)**, v. 31, n. 4, p. 173-176, 2004.

Lira, A.G. et al. Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 66, n. 3, p. 164-171, 2017.

Magalhães, L. et al. A influência de blogueiras fitness no consumo alimentar da população. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 11, n. 68, p. 685-692, 2017.

Penaforte, F.R.O et al. Ortorexia nervosa em estudantes de nutrição: associações com o estado nutricional, satisfação corporal e período cursado. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 67, n. 1, p. 18-24, 2018.

Pontes, J.B. **Ortorexia em estudantes de nutrição: a hipercorreção incorporada ao habitus profissional?** 2012. 73f. Dissertação (mestrado em ciência e saúde). Faculdade de ciência e saúde, Universidade de Brasília, Brasília, 2012.

Pontes, J.B.; Montagner, M.A. Health food junkies: overcoming the obsession with healthful eating. Bratman, S, Knight, D. New York: Broadway Books, 2000. **Tempus Actas de Saúde Coletiva**, v. 5, n. 2, p. 283, 2011.

Ribeiro, P.C.P; Oliveira, P.B.R. Culto ao Corpo: beleza ou doença? **Adolescência e Saúde**, v. 8, n. 3, p. 63-69, 2011.

Rocha, M.A.P. et al. Ortorexia: uma compulsão por Alimentos saudáveis. **Nutrição Brasil**, v. 14, n. 1, p. 1-5, 2015.

Santos, B.M.B. **Influência das mídias digitais na busca de um padrão corporal por adolescentes do sexo feminino**.2018.52f. trabalho de conclusão de curso faculdade Maria Milza de governador mangabeira, Bahia,2018.

Silva, J.G.D.; Teixeira, M.L.O.; Ferreira, M.D.A. Alimentação na adolescência e as relações com a saúde do adolescente. **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 23, n. 4, p. 1095-1103, 2014.

Silveira Júnior, L.A.S. et al. Ortorexia Nervosa e o Transtorno obsessivo-compulsivo: Qual a Relação? **Psicologia hospitalar**, v. 13, n. 2, p. 47-63, 2015

Souza, C; Ferreira, G.B.P. A nocividade da Publicidade enganosa e abusiva sobre o consumidor infantil. **Revista do Curso de Direito**, v. 12, n. 12, p. 129-166, 2015.

Verde, S.M.M.L.; Olinda, Q.B. Educação nutricional: uma ferramenta para alimentação saudável. **Rev. bras. promoç. Saúde**, 2010.

Vielha, J.E.M. et al. Transtornos alimentares em escolares. **Jornal de Pediatria**, v. 80, n. 1, p. 49-54, 2004.