



RELAÇÃO ENTRE TRANSTORNO ALIMENTAR E AUTOIMAGEM: a idealização do corpo perfeito

SILVA, R.F.; SOUZA, A.P.; GHEZZI, J. F. S. A.

RESUMO

Introdução: A palavra autoimagem carrega um significado forte nos dias atuais, o desejo pelo corpo ideal atinge uma grande quantidade de pessoas, sobretudo mulheres. Os impactos que a insatisfação corporal causa, podem ser drásticos para manutenção de um corpo magro. Ainda é difícil de identificar transtornos alimentares. **Objetivo:** identificar os fatores que envolvem a relação entre a insatisfação corporal e os transtornos alimentares em estudantes. **Método:** Trata-se de uma revisão da literatura, incluiu a Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), englobando as bases de dados Lilacs, BDENF, IndexPsi e a BBO. Os descritores foram: imagem corporal, insatisfação corporal, comportamento alimentar, transtorno da compulsão alimentar. A amostra final foram 09 artigos. **Resultados:** Aponta-se fatores do estilo de vida e hábitos alimentares; ligação entre a variável idade e gênero, sendo os adolescentes mais vulneráveis e o gênero feminino; ação de tratamento para perder peso; presença de comportamentos para transtorno alimentar e apresentar alteração de percepção de imagem; estado de saúde e condições clínicas; ansiedade moderada/grave; depressão; desejo de ter o corpo similar as personagens da mídia/televisão; fatores sociodemográficos; medidas antropométricas de sobrepeso e obesidade; bem como a própria exacerbação da insatisfação com a imagem corporal, sobretudo com a circunferência abdominal. Conclui-se ser imprescindível abordagens, estratégias, investigações acerca da temática, sobretudo à população mais jovem, com vistas à promoção e prevenção do desenvolvimento de transtornos alimentares. Assim como, desenvolver ações de educação com a população em geral com vistas a construção de uma relação saudável com sua imagem corporal e hábitos de vida.

Palavras chave: imagem corporal, insatisfação corporal, comportamento alimentar, transtorno da compulsão alimentar

ABSTRACT

Introduction: The word self-image carries a strong meaning nowadays, the desire for the ideal body reaches a large number of people, especially women. The impacts that body dissatisfaction causes can be drastic for maintaining a thin body. It is still difficult to identify eating disorders. **Objective:** to identify the factors that involve the relationship between body dissatisfaction and eating disorders in students. **Method:** This is a literature review, including the Virtual Health Library (VHL), comprising the Lilacs, BDENF, IndexPsi and BBO databases. The descriptors were: body image, body dissatisfaction, eating behavior, binge eating disorder. The final sample was 09 articles. **Results:** Lifestyle and eating habits factors are pointed out; link between the variable age and gender, with teenagers being the most vulnerable and the female gender; treatment action to lose weight; presence of eating disorder behaviors and presenting altered image perception; health status and clinical conditions; moderate/severe anxiety; depression; desire to have a body similar to media/television characters; sociodemographic factors; anthropometric measures of overweight and obesity; as well as the exacerbation of dissatisfaction with body image, especially with waist circumference. It is concluded that approaches, strategies and investigations on the subject are essential, especially for the younger population, with a view to promoting and preventing the development of eating disorders. As well as developing educational actions with the population in general with a view to building a healthy relationship with their body image and lifestyle habits.

Keywords: body image, body dissatisfaction, eating behavior, binge eating disorder.

1. INTRODUÇÃO

A palavra autoimagem carrega um significado forte nos dias atuais, onde o desejo pelo corpo ideal atinge uma grande quantidade de pessoas, sobretudo mulheres que buscam construir ou imagina-se como quer ser vista pela sociedade. No entanto, ainda é difícil de identificar transtornos alimentares (TA), por estarmos vivendo em um país que as informações são distorcidas e fora da realidade saudável, fazendo com que seja algo normal (SOUZA; ALVARENGA, 2016).

Nesse sentido, preocupações com a aparência, peso e a aceitação, faz com que busquem alcançar os objetivos e expectativas esperados pela sociedade, o que pode desencadear em estresse e depressão, bem como no desenvolvimento de transtornos alimentares, sendo o sexo feminino o mais vulnerável. Assim, a insatisfação com a imagem e a busca do “tal corpo ideal” se banaliza, uma vez que o padrão de beleza atribuído pela sociedade é o corpo magro (KREPP; FERREIRA, 2012).

O corpo se apresenta como sendo um molde que se adapta às significações sociais. Muitas vezes, é como se fosse um rascunho que pode ser refeito ou aperfeiçoado de acordo com o desejo do indivíduo. Desta forma, o corpo parece estar se tornando um laboratório onde se experimenta a própria condição humana. Redesenhando o cuidado que se deve ter com o corpo, afim de potencializar seus limites (DANTAS, 2011).

Os impactos comportamentais que a insatisfação corporal (IC), a obsessão pela imagem e pelo peso causam, podem ser drásticos para manutenção de um corpo magro, sobretudo por envolver comportamentos restritivos que podem levar a atos purgativos, como fazer uso de medicamentos que provocam vômitos e de laxantes (IZYDORCZYK et al, 2020).

Acredita-se que os comportamentos alimentares das pessoas, podem ter influência com a maneira que a mesma se vê com relação às outras pessoas. Em busca de aceitação de sua imagem, vai buscar meios afim de mudar aspectos em sua aparência que não lhe agrada. Geralmente, inicia-se esse processo pela prática de dietas indevidas (ALVARENGA; LARINO, 2002).

Observa-se também, a prática exacerbada de atividade física, obsessão com as calorias consumidas em cada alimento e até mesmo, induzir vômitos. Tais atitudes, evidenciam grande risco para possíveis casos de transtornos alimentares (TA) e acaba gerando o desenvolvimento de concepções equivocadas acerca da alimentação (ALVARENGA; LARINO, 2002).

Os transtornos alimentares (TA) são de natureza psíquica, compreendendo sintomas físicos e psicológicos que geram pensamentos disfuncionais e distorções cognitivas. Tem uma

RELAÇÃO ENTRE TRANSTORNO ALIMENTAR E AUTOIMAGEM: a idealização do corpo perfeito etiologia multifatorial que envolve diferentes aspectos, tais como: predisposição genética, sociocultural, vulnerabilidade biológica e psicológica. Nesse sentido, envolve comportamentos alimentares desequilibrados e desorganizados, bem como, distorções de imagem corporal e se caracterizam por constantes recaídas.

Os padrões de beleza que se impõe nos dias atuais, especialmente às mulheres, ostentam medidas antropométricas menores, inatingíveis, fora da realidade da grande maioria das pessoas. Dessa forma, inicia-se um ciclo descontrolado à busca da perda de peso em detrimento de um corpo saudável, o que gera danos não somente à saúde física, mas de forma biopsicossocial (OLIVEIRA; HUTZ, 2010).

Estudos no Brasil evidenciaram que principalmente em adolescentes do sexo feminino, à busca desse padrão ideal de corpo, tem provocado insatisfação da imagem e baixa autoestima, com uma prevalência de insatisfação com o corpo de 61,2% até 85% de baixa autoestima, o que pode desencadear complicações alimentares nessa faixa etária (SOUZA, RODRIGUES, 2014).

A supervalorização da magreza em detrimento da saúde pode invalidar a relação saudável do homem com a comida, ocasionando mudanças significativas no comportamento alimentar. Desta forma, o ato de comer deixa de ter influência somente do pelo âmbito social, passando a ser influenciado também pelas mídias que disseminam a normatização do belo (VIANNA; NOVAES, 2019).

Considerando que os TA possuem uma etiologia multifatorial, compreende-se que faz - se necessárias intervenções de uma equipe multiprofissional da área de saúde, composta por: médicos, nutricionistas, psicólogos, profissionais de enfermagem entre outros, que dentro de suas áreas de atuação irão prestar atendimento e oferecer orientações aos pacientes e seus familiares (CORAS; ARAUJO, 2011).

Destaca-se o profissional enfermeiro na equipe multidisciplinar, pelo seu papel de cuidador, educador e pesquisador, e pela capacidade técnica de desenvolver estratégias que favoreçam o cuidado com a pessoa e sua família e da sociedade em geral. A enfermagem encontra-se à frente da comunidade realizando ações de prevenção e promoção de saúde (CORAS; ARAUJO, 2011).

Considerando ainda, a relevância do profissional enfermeiro e da equipe de enfermagem frente ao cuidado aos transtornos alimentares, uma vez que estes são de causas multifatoriais. Assim, a equipe de enfermagem auxilia os pacientes com transtornos alimentares desde a internação hospitalar até o tratamento ambulatorial por meio do contato direto e de relacionamentos interpessoais mais próximos. Nesse sentido, é extremamente necessário que o enfermeiro adquira conhecimentos específicos acerca dos transtornos alimentares para que

RELAÇÃO ENTRE TRANSTORNO ALIMENTAR E AUTOIMAGEM: a idealização do corpo perfeito possa desenvolver um cuidado orientado numa perspectiva integral, que envolva a família e construa possibilidades de recuperação e uma assistência de enfermagem de qualidade a todos os envolvidos (CORAS; ARAÚJO, 2011).

Evidencia-se a importância dos profissionais de enfermagem frente ao tratamento dos transtornos alimentares, preferencialmente na atenção primária. Apesar, da falta de material e da atuação específica do enfermeiro, ele precisa salientar a importância da família inserida nesse processo de recuperação do paciente (CORAS; ARAÚJO, 2011).

O crescente número de mulheres jovens e, cada vez mais, de homens que se caracterizam por comportamentos autodestrutivos em relação ao próprio corpo por meio da perda excessiva e restritiva de peso e atividade física, vômito induzido e uso de laxantes indica que há também uma necessidade crescente de se desenvolver pesquisas científicas sobre esse fenômeno em diversas populações (IZYDORCZYK, et al., 2020).

O movimento para o desenvolvimento dessa pesquisa inicia-se com base em experiências vivenciadas pela pesquisadora, nas quais suas afetações trouxeram a constatação da complexidade da temática e necessidade de amplo debate acerca do assunto.

No Brasil, a dimensão da insatisfação corporal não tem sido profundamente estudada. Verifica-se somente estudos localizados, especialmente com adolescentes ou universitárias, em sua maioria avaliam a satisfação com a imagem corporal a partir de questionários padronizados.

Diante do exposto, evidencia-se grandes desafios para alcançar um olhar sensível frente a grande complexidade que envolve a relação com a autoimagem, a insatisfação corporal e os TA, sobretudo, em estudantes. Em razão disso, faz-se necessário conhecer a relação entre a insatisfação corporal, os comportamentos e atitudes alimentares que levam aos TA para o direcionamento de estratégias de cuidado e de promoção à saúde. Assim, questiona-se: quais as relações entre a insatisfação corporal e o desenvolvimento de transtornos alimentares em estudantes disponível na literatura? E sendo o objetivo geral da pesquisa identificar os fatores que envolvem a relação entre a insatisfação corporal e os transtornos alimentares.

2. CONTEÚDO

2.1 Método

Trata-se de uma revisão de literatura realizada com base nas diretrizes do Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses (PRISMA), cujos conceitos e tópicos gerais são importantes não só para revisões sistemáticas, mas também para outros estudos de revisão (GALVÃO; PANSANI; HARRAD, 2015).

RELAÇÃO ENTRE TRANSTORNO ALIMENTAR E AUTOIMAGEM: a idealização do corpo perfeito

O estudo foi norteado por protocolo elaborado pelas pesquisadoras, que possibilitou a definição clara dos propósitos da investigação e a identificação das variáveis de interesse facilitando a seleção da amostra, a manutenção do foco e limites para a investigação.

A questão de pesquisa foi elaborada de acordo com a estratégia PICo (P - população; I- interesse; Co – Contexto)¹⁴. Considerando a seguinte estrutura: P – estudantes; I – insatisfação corporal e transtorno alimentar; e Co- atenção à saúde. Dessa forma, esta investigação foi conduzida a partir da seguinte questão: Quais as relações entre a insatisfação corporal e o desenvolvimento de transtornos alimentares em estudantes disponível na literatura?

O levantamento bibliográfico incluiu a Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), englobando periódicos das bases de dados do Sistema Latino Americano e do Caribe de Informação em Ciências da Saúde (Lilacs), a Base de Dados em Enfermagem (BDENF), o Index Psicologia (IndexPsi) e a Bibliografia Brasileira de Odontologia (BBO). Para a busca nas bases de dados foram selecionados descritores presentes nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e seus equivalentes no idioma inglês no Medical Subject Headings (MeSH). As buscas foram realizadas em agosto de 2021.

Adotaram-se como critérios de inclusão: artigos primários que apresentavam relação entre insatisfação corporal e transtorno alimentar, publicados no período de 2014 a 2021, nos idiomas inglês, português e com texto completo disponível. Os critérios de exclusão foram: editoriais, teses, dissertações, artigos de revisão, àqueles já selecionados na busca em outra base de dados (duplicados) e que não respondiam à questão da pesquisa.

Para sistematizar a coleta utilizou-se formulário de busca avançada respeitando as peculiaridades de cada base de dados. Assim, foi utilizada a combinação booleana: transtornos da alimentação e da ingestão de alimentos OR Transtorno da compulsão alimentar OR Comportamento alimentar OR transtorno OR problema AND alimento AND imagem corporal OR Insatisfação corporal OR autoimagem OR identidade OR insatisfação OR imagem AND corpo AND Estudantes OR aluno OR estudante OR acadêmico OR graduando OR discente. A seleção dos artigos foi realizada de forma cega e independente por duas revisoras, que após leitura de títulos e resumos obtiveram índice de concordância superior a 90%. Para a extração e síntese dos artigos selecionados, utilizou-se de instrumento construído pela própria investigadora. Foram extraídos os dados: autor, ano, país da publicação, tipo de estudo, fatores relacionados entre IC/TA e conclusão. Quanto ao nível de evidência, os artigos foram avaliados segundo o conceito proposto pela Prática Baseada em Evidências, classificadas em sete níveis (SILVA, et al., 2019).

RELAÇÃO ENTRE TRANSTORNO ALIMENTAR E AUTOIMAGEM: a idealização do corpo perfeito

Segundo a literatura adotada, é considerado nível de evidencia 1, evidências provenientes de revisão sistemática ou metanálise de ensaios clínicos randomizados controlados ou de diretrizes clínicas baseadas em revisões sistemáticas de ensaios clínicos randomizados controlados; nível 2, evidências derivadas ensaio clínico randomizado controlado bem delineado; nível 3, evidências ensaios clínicos bem delineados sem randomização; nível 4, evidências estudos de coorte e de casocontrole bem delineados; nível 5, evidências de revisão sistemática de estudos descritivos e qualitativos; nível 6, evidências de um único estudo descritivo ou qualitativo; nível 7, evidências de opinião de autoridades e/ou relatório de especialistas (SILVA, et al., 2019).

A coleta de dados foi realizada em duas etapas. A primeira consistiu em identificar 32 publicações, dos quais, após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados para a amostra desta revisão 09 artigos. Para a seleção das publicações, foram seguidas as recomendações do Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA), conforme apresentado na (figura 1):

Figura.1: Fluxograma de seleção dos estudos primários, elaborado a partir da recomendação **PRISMA**.



3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Caracterização dos artigos

Dos 09 artigos incluídos na revisão (Quadro 1), a maioria foi publicada entre os anos de 2017 e 2019; sendo dois estudos em 2017, dois estudos em 2018, quatro estudos em 2019 e apenas um estudo em 2020. Dentre eles, oito foram publicados em periódicos do Brasil e um da Itália.

RELAÇÃO ENTRE TRANSTORNO ALIMENTAR E AUTOIMAGEM: a idealização do corpo perfeito

Quanto a população dos estudos realizados, envolveram estudantes de graduação e também estudantes do ensino médio, sendo a maioria dos estudos realizados com adolescentes estudantes do ensino médio, totalizando em 5 artigos. Já os estudos com acadêmicos de graduação, envolveram estudantes da área da saúde, totalizando em 4 artigos, tais como: acadêmicos de enfermagem, acadêmicos de nutrição, acadêmicos de educação física e estética, prevalecendo nos estudos os acadêmicos de nutrição. Observa-se que os adolescentes é a população mais vulnerável à problemática.

Em relação à classificação hierárquica metodológica proposta pela Prática Baseada em Evidências em sete níveis (SILVA, et al., 2019) foram identificados os 14 nove artigos no nível seis (estudo descritivo ou qualitativo). Constata-se, portanto, estudos sobre a temática em diferentes países, entretanto com grau de evidência baixo, conforme mostra o Quadro 1.

Quadro 1 – Síntese da análise dos artigos selecionados, Garça, SP, Brasil,2021.

Autor/Ano/ País	Tipo de Estudo/Nível de Evidencia	Objetivo	Fatores Relacionados à IC e TA	Conclusão
CARDOSO, et al. 2020. Brasil.	Qualitativo, descritivo e transversal/ Nível 6	Avaliar a prevalência de insatisfação com a imagem corporal e os fatores associados entre universitários da área da saúde	Apresentam insatisfação com a imagem corporal 9,1% dos universitários; Fatores relacionados a maior prevalência de insatisfação com a imagem corporal partiram de cor da pele não branca, ação de tratamento para perder peso, presença de comportamentos para transtorno alimentar, estado de saúde regular/ruim, ansiedade moderada/grave e circunferência abdominal.	Fatores do estilo de vida, estado de saúde e condições clínicas, sociodemográficos, antropométricas mostraram-se relacionados com a prevalência da insatisfação com a imagem corporal.
COSTA, et al., 2019. Brasil.	Transversal/ Nível 6	Traçar o perfil nutricional e fatores associados (gênero, tipo de escola, idade e percepção da imagem corporal) em adolescentes demunicípio de Minas Gerais.	Adolescentes com sobrepeso e obesos mostravam insatisfação com a imagem corporal; Os hábitos alimentares, 37,1% retrataram que não realizam ato de tomar café da manhã, mas em relação a almoçar e jantar sim. Os alimentos ultra processados, 41,2% relataram consumir guloseimas diariamente e 33,2%, refrigerantes ou suco em pó.	Necessidade de medidas que promovam a alimentação saudável, com foco à prevenção da obesidade, sobrepeso e das doenças crônicas não transmissíveis em adolescentes.

RELAÇÃO ENTRE TRANSTORNO ALIMENTAR E AUTOIMAGEM: a idealização do corpo perfeito

ANDRADE, <i>et al.</i> , 2019. Brasil.	Transversal/ Nível 6	Avaliar a percepção da imagem corporal e fatores associados em adolescentes de uma escola privada do município de Juiz de Fora- MG.	Estima-se que a ligação entre a variável idade e insatisfação da imagem corporal, onde os adolescentes com idade inferior há 12 anos mostraram maior frustração com imagem corporal; alta predominância de insatisfação corporal entre adolescentes com excesso de peso, associados aos hábitos alimentares, 84,6% consumo exacerbado de alimentos industrializados.	O consumo de alimentos industrializados entre os jovens foi alto, assim como foi elevada a insatisfação com a imagem corporal. Evidencia-se a relevância pela implementação de ações públicas para promoção da alimentação saudável e prevenção do sobre peso e obesidade e distúrbios de imagem corporal.
CHIMBINHA; JÁCOME; SILVA; BARRETO; COSTA. 2019. Brasil.	Descritivo, Nível 6	Avaliar, dentre adolescentes de três escolas públicas de ensino médio em Natal-RN, a prevalência dos transtornos alimentares e descrever manifestações odontológicas relacionadas.	264 indivíduos que responderam ao BSQ, 29 encontravam-se abaixo do peso, 164 adolescentes obtiveram peso ideal, 24 abaixo do peso do normal, enquanto a circunstância de sobrepeso foi notada em 47 estudantes. Quanto as perguntas 25 (9%) exibiram um grau de transtorno de distorção de imagem corporal, dentre os 20% do sexo masculino e 80% do sexofeminino.	Evidenciou-se episódios de regurgitação relacionado a má nutrição e falha na higienização da cavidade oral que provocou o surgimento de alterações bucais. Constata-se que é fundamental abordagem multidisciplinar visando a melhoria da qualidade de vida do jovem, tratando as sequelas e ajudando-o a superar suas necessidades. A maior limitação do estudo foi o encaminhamento desses jovens para tratamento.
BARCACCIA; BALESTRINI; SALIANI; BAIOTTO; MANCINI; SCHNEIDER. 2019. Itália.	Descritivo e transversal/ Nível 6	Identificar a influência da mídia de massa no surgimento de comportamento alimentar desordenado em adolescentes na Itália.	Desejo de serem similares as personagens da TV; incompatibilidade entre seus corpos com os atores/atrizes da TV; desejo dos amigos de serem iguais aos personagens da TV favoreceu a ansiedade, depressão, mal-estar corporal e distúrbios alimentares para mulheres e homens.	Revela-se que o consumo em excesso das mídias de TV se correlaciona com atitudes de transtornos alimentares entre as mulheres. Ressalta-se os reality shows e programas de entretenimento. Os impactos negativos da TV sobre os transtornos alimentares dos adolescentes também podem ser expressados de modo indireto por meninos que se identificam com personagens da Televisão. Percepção equivocada do seu corpo causada pela mídia.

RELAÇÃO ENTRE TRANSTORNO ALIMENTAR E AUTOIMAGEM: a idealização do corpo perfeito

MAZZAIA; SANTOS, 2018. Brasil.	Quantitativo ,transversal, /Nível 6	Identificar a presença de fatores de risco em estudantes de enfermagem para o desenvolvimento de transtornos alimentares.	De 120 graduandos, 25% mostraram mudanças alimentares, 45,8% decepção com a imagem corporal. Constatou-se relação considerável entre hábitos alimentares de risco (EAT) e o índice de massa corpórea (IMC) elevado do estado de magro (eutrofia); a relação relevante entre descontentamento com a imagem corporal (BQS) e o ano de graduação, com evidência no terceiro e quarto ano. Os universitários mais jovens mostraram-se com risco mais elevado para desenvolver TA.	Evidencia-se condições de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares associado ao tensionamento da preocupação com a IC e mudanças no comportamento alimentar. Sugere-se que pesquisas devam focalizar prevenção, com foco na construção, em jovens, de conceito positivo sobre autoimagem e sobre si mesmos, a desenvolver o pensamento crítico sobre padrões de imagem e imposições midiáticas e sociais.
SILVA, A. M. B. <i>et al.</i> , 2018. Brasil.	Transversal, /Nível 6	Verificar as relações entre IC, estresse, autoestima, comportamento alimentar (CA) e Índice de Massa Corporal (IMC) em 238 adolescentes.	Houve diferenças de gênero em relação à IC, com a maioria das meninas desejando emagrecer e a maioria dos meninos querendo engordar. Identificou-se um alto nível de IC especialmente nos meninos. Constatou-se mais disfunção dos padrões alimentares nas meninas do que nos meninos. Estes apresentaram uma autoestima dentro do esperado.	Identifica-se relações que podem subsidiar intervenções preventivas e centradas em variáveis, como a preocupação em emagrecer, estresse e autoestima em meninas, e o desejo de aumentar a massa corporal nos meninos.
SILVA; SOARES; NEVES; MEIRELES; CARVALHO; FERREIRA. 2017. Brasil.	Quantitativo, transversal, descritivo/ Nível 6	Verificar a correlação da checagem e da insatisfação corporal com o comportamento alimentar em acadêmicos dos cursos de Educação Física, Nutrição e Estética, e comparar as variáveis entre ambos os sexos.	Observa-se a insatisfação com a imagem corporal tanto em mulheres quanto nos homens. Entre os estudantes de Educação Física as mulheres mostraram uma alta insatisfação corporal e alto índice para hábitos alimentares irregulares quando correlacionadas com os homens. Na graduação de Nutrição, o IMC (25,86) e a checagem corporal (1,29) foram estatisticamente maiores em homens quando comparados às mulheres do mesmo curso.	O comportamento alimentar foi correlacionado com a insatisfação corporal para os cursos de Educação Física e Estética. Nas estudantes de Nutrição, a insatisfação e a checagem corporal influenciaram o comportamento alimentar.
REIS; SOARES. 2017. Brasil.	Observacional transversal/ Nível 6	Avaliar a percepção de imagem, a satisfação corporal e o risco para Transtornos Alimentares de estudantes de Nutrição.	Observou-se índice de 38,8% para alteração de percepção de imagem, 69,7% tinham insatisfação corporal e 32,7% tinham risco para Transtorno Alimentar. Relaciona-se o excesso de peso para o desenvolvimento de TA e de apresentar alteração de percepção de imagem. 32,1% das avaliadas não	Constata-se grandes porcentagens de risco para a progressão de Transtornos Alimentares, mudança de percepção de imagem e insatisfação corporal entre os indivíduos estudados, sendo que este risco foi prevalente entre as discentes que tinham excesso de peso.

RELAÇÃO ENTRE TRANSTORNO ALIMENTAR E AUTOIMAGEM: a idealização do corpo perfeito

			apresentaram fator de risco para desenvolver Transtornos Alimentares.	
--	--	--	---	--

Considerando os fatores relacionados à Insatisfação com a imagem corporal e os Transtornos alimentares revelados na revisão de literatura, denota-se que a insatisfação da imagem corporal, está intimamente ligada com o alcance de um padrão de beleza socialmente construído e absorvido durante a infância e adolescência. Nesse sentido, evidencia-se as jovens mulheres como um grupo de maior vulnerabilidade por sofrerem maior influência psicológica, das mídias, socioculturais, amigos, à busca por boa forma e aparência, sendo fatores disparadores à insatisfação corporal que podem levar a distúrbios e prejudicar a saúde (CARDOSO, 2020).

Assim, a avaliação da imagem corporal especificamente de adolescentes do sexo feminino se justifica pelo fato de que, em geral, as meninas demonstram maior preocupação com a imagem corporal do que os meninos. (MIRANDA; CONTI; BASTOS; LAUS, ALMEIDA; FERREIRA, 2014).

Além disso, a adolescência tem como característica atravessar diversas alterações físicas e suas experiências de vida são representadas pelo corpo. Ressalta-se ainda, que a adolescência é uma fase baseada no pertencimento de grupo e o fato de não estar “dentro dos padrões” pode culminar em exclusão social. Sendo assim, os adolescentes estão mais vulneráveis ao desenvolvimento de transtornos alimentares, que podem levar ao desenvolvimento de transtornos psicológicos como a depressão e a ansiedade (KREPP; FERREIRA, 2012).

A maior prevalência de insatisfação com a imagem corporal, se dão por fatores associados a cor da pele não branca, medidas de tratamento para perder peso, presença de comportamentos para transtorno alimentar, estado de saúde regular/ruim, ansiedade moderada/grave e circunferência abdominal (CARDOSO, 2020).

Ressalta-se que os adolescentes com sobrepeso e obesos revelam-se mais insatisfeitos com a IC. Evidencia-se hábitos alimentares prejudiciais, como a alta ingestão de alimentos ultra processados, não possuir o hábito de tomar café da manhã, o consumo excessivo de guloseimas, suco em pó e refrigerantes (ANDRADE; COSTA; CARRARA; NETTO; CÂNDIDO; SILVA; MENDES, 2019).

Nesse sentido, atribui-se como fator de risco para o desenvolvimento de IC, a falta de tempo para produzir e realizar as refeições e com isso, os produtos ultra processados, na maioria das vezes, torna-se a “melhor” opção por serem de fácil preparo. Assim, os hábitos alimentares tornam-se irregulares, o que ocasiona um descontentamento e preocupação pela IC, podendo

RELAÇÃO ENTRE TRANSTORNO ALIMENTAR E AUTOIMAGEM: a idealização do corpo perfeito comprometer significativamente sua autoestima, seu desempenho e qualidade vida (ALVARENGA, et al., 2013).

Aponta-se que o consumo de alimentos industrializados entre os jovens é elevado, e conseqüentemente uma elevada insatisfação com a imagem corporal (ANDRADE, et al., 2019)

Entre os fatores apontados, identifica-se variáveis como ansiedade, depressão, mal estar corporal e comportamento de TA. Destaca-se maior índice nas mulheres com relação aos homens, sobretudo, no que se refere aos indícios de comportamento de transtorno alimentar (BARCACCIA; BALESTRINI; SALIANI; BAIOTTO; MANCINI; SCHNEIDER, 2018).

Dessa forma, observa-se que as mulheres são mais vulneráveis a terem comportamentos de TA, e a distorção de seus corpos e depressão, pois correlacionam 18 de forma direta com os corpos cultuados pela mídia. Já os homens também são expostos a percepção distorcida de seus corpos, ansiedade e depressão, no entanto, lidam com relação indireta com a mídia por meio de seus amigos (BARCACCIA; BALESTRINI; SALIANI; BAIOTTO; MANCINI; SCHNEIDER, 2018).

Nesse sentido, revela-se o desejo de serem similares aos personagens da TV; o que evidencia uma percepção equivocada entre seus corpos reais com os atores/atrizes da TV; bem como o desejo dos amigos de serem iguais aos personagens da TV, o que favorece a ansiedade, depressão, mal-estar corporal e distúrbios alimentares tanto para mulheres quanto para os homens. (BARCACCIA; BALESTRINI; SALIANI; BAIOTTO; MANCINI; SCHNEIDER, 2019).

A supervalorização da magreza em detrimento da saúde pode invalidar a relação saudável do homem com a comida, ocasionando mudanças significativas no comportamento alimentar. Desta forma, o ato de comer deixa de ter influência somente do pelo âmbito social, passando a ser influenciado também pelas mídias que disseminam a normatização do belo (VIANNA; NOVAES, 2019).

Evidencia-se em estudo com adolescentes que hábitos alimentares irregulares podem ser considerados fatores de risco para o desenvolvimento de sobrepeso ou obesidade e doenças crônicas não transmissíveis na vida adulta (ANDRADE, 2019).

Constata-se mais disfunção dos padrões alimentares nas meninas do que nos meninos. Estes apresentaram uma autoestima dentro do esperado. Identifica-se como fatores preponderantes a preocupação em emagrecer, estresse e autoestima em meninas, e o desejo de aumentar a massa corporal nos meninos (SILVA; et al., 2018).

Desta forma, muitas pessoas estão expostas a desenvolver muitos transtornos, sendo os mais frequentes a anorexia nervosa e a bulimia nervosa, que são caracterizadas pela perda de

RELAÇÃO ENTRE TRANSTORNO ALIMENTAR E AUTOIMAGEM: a idealização do corpo perfeito peso expressiva e rápida, em função da prática de dietas altamente restritivas para obter o corpo desejável. Já a bulimia, caracteriza-se pelo comer compulsivo, bem como uso de diuréticos, laxantes e indução ao vômito. O comer compulsivo também pode ser caracterizado como um transtorno alimentar independente do comportamento compensatório em quadros de bulimia e anorexia nervosa. (SILVA; ALMEIDA, 2021).

Portanto, compreender as complexidades inerentes aos transtornos alimentares, suas manifestações orais e de como tratá-las é fundamental. Evidenciase o trabalho multidisciplinar com os profissionais da saúde como enfermeiro, psicólogo, nutricionista para desenvolver um cuidado integral e uma melhor qualidade de vida. (CHIMBINHA; JÁCOME; SILVA; BARRETO; COSTA, 2019).

Revela-se, entre os estudantes de enfermagem, considerável relação entre hábitos alimentares de risco e o IMC elevado para o descontentamento com a imagem corporal. Denota-se que o ano de graduação também é fator relevante, sendo no terceiro e quarto da graduação os mais significativos. Emergiram-se também, relação quanto a idade, apresenta-se risco elevado para desenvolvimento de TA, os estudantes de enfermagem mais jovens (MAZZAIA; SANTOS, 2018).

Reforça-se isso, pelo fato da IC ser um disparador para comportamentos de risco que pode ocasionar transtornos alimentares, sobretudo em estudantes que se veem sobrecarregados, frustrados e forçosamente, inseridos nesse paradigma. Aponta-se em maioria, a população feminina mais jovem com maior insatisfação com sua imagem corporal (NUNES; SANTOS; SOUZA, 2017).

Apresenta-se diferenças de gênero em relação à IC, com a maioria das meninas desejando emagrecer e a maioria dos meninos querendo engordar. Identificou-se um alto nível de IC especialmente nos meninos. Constatou-se mais disfunção dos padrões alimentares nas meninas do que nos meninos. Estes apresentaram uma autoestima dentro do esperado (SILVA, et al., 2018).

Constata-se grandes porcentagens de risco para a progressão de Transtornos Alimentares, mudança de percepção de imagem e insatisfação corporal entres os indivíduos estudados, sendo que este risco foi prevalente entre as estudantes de nutrição que tinham excesso de peso (REIS; SOARES. 2017).

Nesse sentido, os impactos comportamentais que a IC, a obsessão pela imagem e pelo peso causam, podem ser drásticos para manutenção de um corpo magro, sobretudo por envolver comportamentos restritivos que podem levar a atos purgativos, como fazer uso de medicamentos que provocam vômitos e de laxantes (IZYDORCZYK, et al., 2020).

RELAÇÃO ENTRE TRANSTORNO ALIMENTAR E AUTOIMAGEM: a idealização do corpo perfeito

Explicita-se que o comportamento alimentar é motivado pela insatisfação corporal em ambos os sexos do curso de Educação Física e nas mulheres do curso de Estética e para as estudantes do curso de nutrição, além da IC, os comportamentos alimentares. Ressalta-se que por se tratarem de cursos envolvidos de modo direto com a imagem corporal, visualiza-se uma necessidade de atenção com possíveis comportamentos, com vistas à promoção da saúde. (SILVA; SOARES; NEVES; MEIRELES; CARVALHO; FERREIRA, 2017).

A idealização do “corpo ideal” direcionada na proposição do corpo magro é evidente nos últimos anos. denota-se um aumento significativo da prevalência pelo excesso de peso, atribui-se isso como consequência do sedentarismo, o consumo de 20 alimentos industrializados e influências das redes sociais, o que impacta diretamente nos comportamentos alimentares, nos padrões de beleza e obesidade das pessoas. (SILVA, et al., 2019).

Em contra partida, revela-se em estudo realizado com alunas do curso de Nutrição, ao associar o tipo de insatisfação de imagem corporal com o estado nutricional, que entre as estudantes que estavam abaixo do peso, 58% das avaliadas apresentaram insatisfação por magreza e 32% (REIS; SOARES, 2017).

Assim, é possível perceber que, embora prepondere a insatisfação com o corpo em função do sobre peso e obesidade, não necessariamente é somente nessa direção. Reforça-se a ideia que o “corpo ideal” é aquele corpo padrão imposto pela sociedade (NUNES; SANTOS; SOUZA, 2017).

4. CONCLUSÃO

A revisão de literatura realizada proporcionou a identificação dos fatores que envolvem a relação entre a IC e os TA em estudantes universitários e estudantes do ensino médio.

Assim, identificou-se os seguintes aspectos: fatores do estilo de vida e hábitos alimentares; ligação entre a variável idade e gênero; ação de tratamento para perder peso; presença de comportamentos para transtorno alimentar e apresentar alteração de percepção de imagem; estado de saúde e condições clínicas; ansiedade moderada/grave; depressão; desejo de ter o corpo das personagens da Tv/mídias sociais; fatores sociodemográficos; medidas antropométricas de sobrepeso e obesidade; bem como a própria exacerbação da IC, sobretudo com a circunferência abdominal.

Os adolescentes ressaltam-se como sendo a população mais vulnerável aos fatores associados aos TA. Destacou-se o gênero feminino de modo geral, tanto as universitárias quanto as estudantes do ensino médio, preponderando maior prevalência nas acadêmicas do curso de nutrição. Apontou-se os hábitos alimentares irregular, como fator relevante aos TA.

RELAÇÃO ENTRE TRANSTORNO ALIMENTAR E AUTOIMAGEM: a idealização do corpo perfeito

Denota-se que, considerando os fatores relacionados à IC e os Transtornos alimentares, é possível perceber que a IC, está intimamente ligada com a busca constante de um padrão de beleza socialmente construído e absorvido durante a infância e adolescência. Enfatizou-se a grande influência exercida pelas mídias e 21 redes sociais, pelo desejo de serem similares aos personagens da TV, com a supervalorização da magreza em detrimento da saúde.

Evidenciou-se o trabalho multidisciplinar com os profissionais da saúde como enfermeiro, psicólogo, nutricionista para desenvolver um cuidado integral e uma melhor qualidade de vida. Aponta-se a necessidade de maior compreensão acerca das complexidades inerentes aos transtornos alimentares.

Identifica-se que o momento é de ampliação do escopo, sendo imprescindível abordagens, estratégias, investigações acerca da temática, sobretudo à população mais jovem, com vistas a identificação precoce dos fatores envolvidos com vistas à promoção e prevenção do desenvolvimento de TAs. Assim como, desenvolver ações de educação com a população em geral com vistas a construção de uma relação saudável com sua imagem corporal e hábitos de vida.

O método escolhido, a revisão de literatura, revelou-se potente para a compreensão da temática, mesmo com o número reduzido de artigos selecionados, o que evidencia a lacuna na literatura, o material identificado possibilitou construir um panorama sobre a relação da IC e os TAs.

5. REFERÊNCIAS

ANDRADE, L. M. M.; et al. Estado nutricional e alimentos ultra processados e imagem corporal de adolescentes de uma escola privada do município de Juiz de Fora – MG. Departamento de Nutrição, Universidade Federal de Juiz de Fora – MG. HU rev. 2019. v. 45. n. 1. p. 40-46. Juiz de Fora. 2019.

ALVARENGA, M.; PHILIPPI, S.; LOURENÇO, B.; SATO, P.; SCAGLIUSI, F. Insatisfação com a imagem corporal em universitárias brasileiras. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. v. 59. p. 44-51. São Paulo, SP. 2010.

BARCACCIA, B.; BALESTRINI, V.; SALIANI, A. M.; BAIOTTO, R.; MANCINI, F.; SCHNEIDER, B. H. Dysfunctional Eating Behaviors, Anxiety, And Depression In Italian Boys And Girls: The Role Of Mass Media. *Revista Brasileira de Psiquiatria*. v. 40. p. 72–77. 2018.

CARDOSO, L.; et al. Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em estudantes universitários. *J Bras Psiquiatr*. v. 69. n. 3. p.156-64. Montes Claros, MG. 2020.

COSTA, J. A. S. et al. Perfil nutricional e percepção da imagem corporal em adolescentes de escolas públicas e privadas de município mineiro. Departamento de Nutrição, Universidade Federal de Juiz de Fora, Brasil. HU rev. 2019.v.45. n. 1. p. 31- 39. Juiz de Fora. 2019

CORAS, P. M.; ARAUJO, A. P. S. O Papel da Enfermagem no Tratamento dos Transtornos Alimentares do Tipo Anorexia e Bulimia Nervosas. *UNOPAR Cient Ciênc Biol Saúde*. v. 13(Esp). p. 315-24. 2011.

CHIMBINHA, I. G. M.; JÁCOME, A. N.; SILVA, G. G.; BARRETO, M. J. R.; COSTA, I. C. C. Transtornos Alimentares e Manifestações Orais em Adolescentes. *Revista Ciência Plural*. v. 5. n. 3. p.1-20. 2019.

DANTAS, J. B. Um ensaio sobre o culto ao corpo na contemporaneidade. Universidade Veiga de Almeida – UVA, Rio de Janeiro, Brasil. v. 11, n. 3. Rio de Janeiro. 2011.

GALVÃO, T. F.; PANSANI, T. S. A.; HARRAD, D. Principais itens para relatar Revisões sistemáticas e Meta-análises: A recomendação PRISMA. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*. v. 24, n. 2. Brasília. 2015.

IZYDORCZYK, B., et al. Socio-Cultural Standards Promoted by the Mass Media as Predictors of Restrictive and Bulimic Behavior. *Front Psychiatry*. v. 1, n. 506. 2020.

KREPP, A. C. M.; FERREIRA, G. Insatisfação Corporal e Atitudes Alimentares de Adolescentes de uma Escola Particular em um Município do Sul de Minas Gerais. *Revista Ciências em Saúde*. v. 2, n. 4. Minas Gerais. out 2012.

MAZZAIA, M.C. Fatores de risco para transtornos alimentares em graduandos de enfermagem. *Acta Paul Enferm*. v. 31. n. 5. p. 456- 62. 2018.

OLIVEIRA, L. L.; DEIRO, C. P. Terapia Cognitivo-Comportamental para Transtornos Alimentares: A Visão de Psicoterapeutas sobre o Tratamento. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, [S. l.], v. 15, n. 1, p. 36-49, 2013.

REIS, A. S.; SOARES, L. P. Estudantes de Nutrição Apresentam Risco para Transtornos Alimentares. *Revista Brasileira de Ciências da Saúde*. v. 21. n. 4. p. 281-290. Uberlândia. 2017.

SILVA, A. M. B. et al. Jovens Insatisfeitos com a Imagem Corporal: Estresse, Autoestima e Problemas Alimentares. *Psico - USF, Bragança Paulista*, v. 23, n. 3, p. 483-495. Bragança Paulista. jul./set. 2018.

SILVA, N. L. N.; SOARES, T. O.; NEVES, C. M.; MEIRELES, J. F. F.; CARVALHO, P. H. B.; FERREIRA, M. E. C. Insatisfação e checagem corporal e comportamento alimentar em estudantes de Educação Física, Nutrição e Estética. *R. bras. Ci. e Mov*. v. 25, n. 2, p. 99-106. Juiz de Fora. 2017.

SILVA, N. V. N. et al. Tecnologias em saúde e suas contribuições para a promoção do aleitamento materno: revisão integrativa da literatura. *Ciência & Saúde Coletiva*. v. 24, n. 2. Recife. 2019.

SOUZA, Q. J. O. V.; RODRIGUES, A. M. Comportamento de risco para ortorexia nervosa em estudantes de nutrição. Universidade de Taubaté (Unitau). *J Bras Psiquiatr*. p. 201-204. Taubaté. 2014

VIANNA, M.; NOVAES, J. V. Compulsão Alimentar: Uma Leitura Psicanalítica. *Polêmica*, [S.l.], v. 19, n. 2, p. 084-103, jan. 2020.