# TÍTULO DO TRABALHO IDENTIFICANDO TRANSTORNOS ALIMENTARES: EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA ADOLESCENTES

Categoria do Trabalho – Resumo Expandido

*Bianca dos Santos Savi- UNIFATEA*

*Lizandra Kathellyn Gonçalves Queiroz- UNIFATEA (lizandrakqueiroz@gmail.com) Maria Clara Gavião Lorena- UNIFATEA*

*Profa. Me. Marcela Delatorre- UNIFATEA*

# RESUMO

Este trabalho aborda a identificação de transtornos alimentares entre adolescentes, destacando a importância da educação em saúde como ferramenta preventiva. A justificativa reside no aumento alarmante desses transtornos na população jovem, que pode levar a sérias consequências físicas e psicológicas. Os objetivos incluem sensibilizar adolescentes sobre os sinais e sintomas dos transtornos alimentares e promover hábitos alimentares saudáveis. Para isso, foi utilizado um método de intervenção que combinou palestras, dinâmicas de grupo e materiais informativos em escolas. O resultado foi a conscientização dos estudantes de uma escola profissionalizante do interior de São Paulo, sobre os transtornos alimentares, com alunos expressando interesse em adotar práticas mais equilibradas. As conclusões indicam que a educação em saúde é uma estratégia eficaz para prevenir transtornos alimentares entre adolescentes, promovendo não apenas o conhecimento, mas também a mudança de comportamento.

**Palavras-chave:** Transtorno alimentar. Nutrição do adolescente. Educação em saúde.

# INTRODUÇÃO

Os transtornos alimentares são condições psiquiátricas graves que afetam o comportamento alimentar e a percepção corporal dos indivíduos. Esses transtornos, que incluem anorexia nervosa, bulimia nervosa e transtorno de compulsão alimentar, são particularmente prevalentes entre adolescentes, uma fase da vida marcada por intensas mudanças físicas, emocionais e sociais. A adolescência é um período crítico para o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis, e a presença de transtornos alimentares pode ter consequências devastadoras para a saúde física e mental dos jovens. (HAUBERT, 2024).

A literatura aponta que fatores como a pressão social, a influência da mídia e as dinâmicas familiares desempenham um papel significativo no desenvolvimento desses transtornos. [A mídia, em particular, promove ideais de beleza irrealistas que podem levar os](https://lume.ufrgs.br/handle/10183/237417) [adolescentes a adotar comportamentos alimentares prejudiciais na busca por um corpo perfeito.](https://lume.ufrgs.br/handle/10183/237417) Além disso, a falta de educação em saúde adequada contribui para a perpetuação de mitos e desinformação sobre alimentação e imagem corporal. (OLIVEIRA,2023).

[Estudos mostram que intervenções educativas voltadas para adolescentes podem ser](https://doi.org/10.1590/S0103-05822013000100016) [eficazes na prevenção e no manejo de transtornos alimentares](https://doi.org/10.1590/S0103-05822013000100016). Programas de educação em saúde que abordam a aceitação do corpo, a nutrição equilibrada e a importância de hábitos alimentares saudáveis são essenciais para reduzir a incidência desses transtornos e promover o bem-estar dos jovens. (SANTOS, 2023).

Este trabalho tem como objetivo identificar os principais transtornos alimentares que afetam adolescentes e discutir a importância da educação em saúde como estratégia preventiva. Através de uma revisão de literatura, busca-se justificar a necessidade de intervenções educativas e propor diretrizes para a implementação de programas eficazes nas escolas e comunidades.

# MÉTODO

Trata-se de um relato de experiência, que se utilizou do método integrativo para obter o embasamento literário-científico. Para este tipo de estudo, fez-se necessário percorrer seis etapas previamente estabelecidas: (1) Identificação do tema norteador. (2) Critérios de inclusão e exclusão. (3) Organização e extração das informações dos artigos selecionados. (4) Avaliação dos estudos incluídos. (5) Interpretação dos resultados. (6) Síntese do conhecimento. (7) Educação em saúde em uma escola profissionalizante.

O tema norteador foi “Transtornos alimentares na adolescência”. O levantamento de dados foi realizado a partir de duas bases de dados bibliográficos: Google Acadêmico e Biblioteca Virtual de Saúde (BVS). Para a seleção dos artigos científicos foram utilizados os

20 primeiros artigos, a partir dos descritores “Transtorno alimentar and nutrição do adolescente”, publicados a partir de 2023, em língua portuguesa, na plataforma Google Acadêmico, totalizando 14 trabalhos. Já no Portal da BVS foi encontrado 1 artigo, com os mesmos critérios de seleção. Após a análise e leitura, foram também descartados os repetidos e incompatíveis.

# RESULTADOS E DISCUSSÕES

Foram encontrados 21 artigos, selecionados conforme os requisitos anteriormente citados, resultando em um total de 08 publicações, conforme quadro 1.

**Quadro 1.** Distribuição do resultado do levantamento bibliográfico, segundo a base de dados, descritores e artigos encontrados, Lorena–SP, 2024.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Base de dados** | **Descritores** | **Artigos encontrados** | **Artigos selecionados** |
| Google Acadêmico | Transtornos alimentares and nutrição do adolescente | 20 | 8 |
| BVS | 1 | 0 |
| Total | - | 21 | 8 |

**Fonte:** autoras, 2024

**Quadro 2.** Sinopse dos artigos incluídos. Lorena–SP, 2024.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| N° | Título | Autor | Ano/ Periódic o | Contexto |
| 1 | Transtorno de Compulsão Alimentar Periódica em adolescentes: uma revisão integrativa | SANTOS; FERREIRA; AMÉRICO,et al. | 2023.Scire Salutis. | Prevalência de TCAP em adolescentes e fatores associados. |
| 2 | Transtornos alimentares na adolescência: a influência das redes sociais. | OLIVEIRA; ANDRADE; TEIXEIRA,et al. | 2023.Centro Paula Souza. | Impactos das redes sociais no surgimento de transtornos alimentares entre os jovens e adolescentes. |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 3 | Risco de Transtornos Alimentares e Percepção da Imagem Corporal: Estudo Transversal Realizado com Adolescentes. | MORGADO; PINHEIRO; KOSAK, etal. | 2023.Visão Acadêmic a. | Presença de transtornos alimentares e a percepção da imagem corporal em adolescentes do Estado do Paraná. |
| 4 | Explorando os transtornos alimentares em adolescentes escolares e as relações com a educação física escolar. | [CRUZ,](https://repositorio.ufpe.br/browse?type=author&value=CRUZ%2C%2BP%C3%A2mella%2BKalluana%2Bde%2BAmorim)[Pâmella](https://repositorio.ufpe.br/browse?type=author&value=CRUZ%2C%2BP%C3%A2mella%2BKalluana%2Bde%2BAmorim) [Kalluana de](https://repositorio.ufpe.br/browse?type=author&value=CRUZ%2C%2BP%C3%A2mella%2BKalluana%2Bde%2BAmorim) [Amorim.](https://repositorio.ufpe.br/browse?type=author&value=CRUZ%2C%2BP%C3%A2mella%2BKalluana%2Bde%2BAmorim) | 2023.ATT ENA,Repositóri o Digital da UFPE. | Transtornos alimentares em escolares, especificamente a anorexia nervosa e a bulimia, e suas relações com a Educação Física. |
| 5 | Transtorno alimentar e seus efeitos em adolescentes. | PEREIRA; NUNES; FREITAS, et.al. | 2023.Pesquisa, Sociedade e desenvol- vimento | Fatores sociais, psicológicos e familiares que podem contribuir para o TAB - Transtorno da Compulsão Alimentar Periódica . |
| 6 | Distúrbios alimentares na infância e adolescência. | HAUBERT,Nádia Juliana Beraldo Goulart Borges; MELO,Mayara Lays de Sousa | 2024,Repositóri o doPlanalto Central. | Distúrbios alimentares na infância e adolescência. |
| 7 | Transtornos alimentares: etiologia, diagnóstico e abordagens terapêuticas em jovens. | LIMA; STABILE; DANTAS, etal. | 2024.Brazilian Journal of Health | Etiologia, fisiopatologia, classificação, manifestações, diagnóstico e tratamento |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | and Biomedic al Sciences. | dos principais TA, com foco na anorexia nervosa e bulimia nervosa. |
| 8 | Relação entre dietas da moda e transtornos de autoimagem em adolescentes. | SANTOS; SANTOS; PEREIRA, etal. | 2023. | Identificar a Relação entre dietas da moda e transtornos deautoimagem em adolescentes. |

**Fonte:** autoras, 2024.

Os resultados e discussões deste trabalho refletem a experiência de aplicação de um método integrativo em um ambiente educacional, especificamente na escola profissionalizante localizada no interior do estado de São Paulo.

A abordagem inicial consistiu na seleção de artigos relevantes para fundamentar a apresentação sobre transtornos alimentares, que foi realizada por meio de slides. Durante a atividade, os alunos, que incluíam não apenas adolescentes, mas também adultos e alguns idosos, participaram ativamente do processo de aprendizagem. Após a apresentação, foi proposta uma atividade de estudo de caso, onde os alunos foram divididos em grupos e receberam sintomas de diferentes transtornos alimentares discutidos anteriormente.

Essa metodologia permitiu que os estudantes aplicassem o conhecimento adquirido e desenvolvessem habilidades de identificação e análise crítica. A interação em grupo fomentou um ambiente colaborativo e facilitou a troca de informações, o que é essencial para o aprendizado efetivo. A atividade culminou com uma sessão de perguntas e respostas, onde os alunos puderam esclarecer dúvidas e aprofundar sua compreensão sobre o tema.

Os resultados indicam que a utilização do estudo de caso como estratégia de ensino foi eficaz na promoção do conhecimento sobre transtornos alimentares e na conscientização dos alunos sobre a importância da saúde mental e física. Essa experiência destaca a relevância da educação em saúde como ferramenta para abordar questões complexas e promover hábitos saudáveis entre diferentes faixas etárias.

# CONSIDERAÇÕES FINAIS

A educação em saúde é essencial para a prevenção de transtornos alimentares entre adolescentes e adultos. O trabalho identifica os principais transtornos alimentares e discute a importância de intervenções educativas.

A apresentação realizada na escola profissionalizante promoveu a conscientização sobre os sintomas e consequências desses transtornos. Os alunos participaram ativamente da atividade de estudo de caso, onde aplicaram o conhecimento adquirido. A interação em grupo facilitou a troca de informações e o aprendizado colaborativo. A sessão de perguntas e respostas permitiu que os alunos esclarecessem dúvidas e aprofundassem sua compreensão. Os resultados mostram um aumento significativo na conscientização sobre transtornos alimentares entre os participantes.

A experiência evidencia a eficácia da abordagem educativa na identificação precoce de sinais de transtornos alimentares. Além disso, reforça a necessidade de programas contínuos de educação em saúde nas escolas. A implementação dessas iniciativas contribui para a promoção de hábitos alimentares saudáveis e para o bem-estar dos jovens. Assim, este trabalho destaca a relevância da educação em saúde como estratégia preventiva e propõe diretrizes para futuras intervenções em ambientes educacionais.

# REFERÊNCIAS

CRUZ, Pâmella Kalluana de Amorim. Explorando os transtornos alimentares em adolescentes escolares e as relações com a educação física escolar. 2023. ATTENA, Repositório Digital da UFPE.

HAUBERT, Nádia Juliana Beraldo Goulart Borges; MELO, Mayara Lays de Sousa. Distúrbios alimentares na infância e adolescência. 2024. Repositório Institucional do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos.

LIMA; STABILE; DANTAS. Transtornos alimentares: etiologia, diagnóstico e abordagens terapêuticas em jovens. 2024. Revista Brasileira de Ciências da Saúde e Biomédicas.

MORGADO; PINHEIRO; KOSAK. Risco de Transtornos Alimentares e Percepção da Imagem Corporal: Estudo Transversal Realizado com Adolescentes. 2023. Visão Acadêmica.

OLIVEIRA; ANDRADE; TEIXEIRA. Transtornos alimentares na adolescência: a influência das redes sociais. 2023. Centro Paula Souza.

PEREIRA; NUNES; FREITAS. Transtorno alimentar e seus efeitos em adolescentes. 2023. Pesquisa, Sociedade e desenvolvimento.

SANTOS; FERREIRA; AMÉRICO. Transtorno de Compulsão Alimentar Periódica em adolescentes: uma revisão integrativa. 2023. Scire Salutis.

SANTOS; SANTOS; PEREIRA. Relação entre dietas da moda e transtornos de autoimagem em adolescentes. 2023.