

**VIII JORNADA DE NUTRIÇÃO**  
**CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO**

**PERCEPÇÃO DA AUTOIMAGEM E RISCO PARA  
DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS ALIMENTARES EM  
ADOLESCENTES - UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

**CAMILA MOTA ALBINO<sup>1</sup>; LAILTON OLIVEIRA DA SILVA<sup>2</sup>; GABRIELA MARTINS DA CRUZ<sup>3</sup>; ANA PAULA DE LIMA AZEVEDO<sup>4</sup>; RAQUEL TEIXEIRA TERCEIRO PAIM<sup>5</sup>**

<sup>1</sup>Centro Universitário Fametro – Unifametro; [camila.albino@aluno.unifametro.edu.br](mailto:camila.albino@aluno.unifametro.edu.br)

<sup>2</sup>Centro Universitário Fametro – Unifametro; [lailton.silva@aluno.unifametro.edu.br](mailto:lailton.silva@aluno.unifametro.edu.br)

<sup>3</sup>Centro Universitário Fametro – Unifametro; [gabriela.cruz@aluno.unifametro.edu.br](mailto:gabriela.cruz@aluno.unifametro.edu.br)

<sup>4</sup>Centro Universitário Fametro – Unifametro; [paulaazevedo23@gmail.com](mailto:paulaazevedo23@gmail.com)

<sup>5</sup>Centro Universitário Fametro – Unifametro; [raquel.paim@professor.unifametro.edu.br](mailto:raquel.paim@professor.unifametro.edu.br)

**Área Temática:** ALIMENTOS E NUTRIÇÃO

**RESUMO**

**Introdução:** A adolescência é uma fase da vida onde ocorrem as grandes alterações físicas, emocionais e sociais. Esse período pode estar sujeito ao acometimento de percepções inadequadas de sua imagem corporal, comprometendo a qualidade do perfil de consumo e comportamento alimentar, almejando-se um perfil de beleza imposto socialmente pelos veículos de propaganda, setores culturais e econômicos. **Objetivo:** Revisar na literatura sobre a prevalência de insatisfação com a imagem corporal, e se este é fator de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes. **Métodos:** Foi realizada uma revisão integrativa, apresentando os seguintes critérios de inclusão: artigos em português, nos últimos cinco anos, que apresentassem em sua discussão considerações sobre a percepção da imagem corporal e transtornos alimentares em adolescentes, indexados nas bases de dados CAPES, LILACS e SCIELO. Foram utilizadas combinações entre as seguintes palavras-chave, consideradas descritores no DeCS (Descritores em Ciências de Saúde): “Imagem corporal”, “Autoimagem”, “Autopercepção corporal”, “Adolescentes” e “Transtornos alimentares”. **Resultados:** Após análise minuciosa dos artigos selecionados, apenas 12 foram escolhidos como objeto de estudo, por apresentarem aspectos que respondiam à questão norteadora desta revisão. Evidenciou-se que a distorção da imagem corporal, insatisfação com a forma do corpo, baixa autoestima e influência das mídias, estão intimamente ligados ao risco de desenvolvimento de transtornos alimentares. **Conclusão:** Conclui-se que a adolescência é uma fase potencial de risco para desencadear transtornos alimentares atrelando-se a fatores como ser do sexo feminino e comportamento alimentar restritivo ou bulímico e excesso de peso.

**Palavras-chave:** Imagem corporal; Transtornos alimentares; Adolescentes.

**INTRODUÇÃO**

## **VIII JORNADA DE NUTRIÇÃO** **CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO**

A adolescência é uma fase da vida onde ocorrem as grandes alterações físicas, emocionais e sociais. É durante esse período que acontecem as transformações mais aparentes no corpo (FONTENELE *et al.*, 2019). Nesse sentido, é durante a adolescência que se idealiza o corpo perfeito que, no entanto, nem sempre corresponde ao corpo real, e quanto mais o corpo real estiver longe do ideal, maior será a possibilidade de comprometer a autoestima e de desencadear uma distorção de imagem corporal (MARTINS *et al.*, 2015).

O impacto da exposição dos adolescentes à televisão e consequentes atitudes e comportamentos alimentares desses indivíduos tem sido mais acentuada com o advento da industrialização e o surgimento de *fast food* e alimentos ultra processados. Pesquisas apontam que os indicadores de transtorno alimentar (TA) foram显著mente mais prevalentes após a década de 90, demonstrando também maior interesse em perda de peso, sugerindo um impacto negativo da mídia (FONTENELE *et al.*, 2019).

Desse modo a exposição excessiva desses indivíduos às mídias sociais, como *Facebook*, *Instagram*, dentre outros, pode ser agravada, nos casos em que imagens e trocas de informações podem funcionar como um gatilho para a busca do corpo ideal (DE VRIES *et al.*, 2016; TIGGEMAN; SLATER, 2015).

Dentre os fatores que podem se relacionar com o desenvolvimento de transtornos alimentares está algumas variáveis psicológicas, como o déficit na elaboração da imagem corporal, a baixa autoestima e o maior nível de estresse (SILVA *et al.*, 2018).

Em geral as pessoas com TA, muito antes da doença estabelecida, já apresentam alguma alteração no comportamento como, hábito de fazer dieta mesmo quando o peso é proporcional à estatura, crítica constante a alguma parte do corpo e insatisfação, mesmo ao perderem peso, com diminuição gradativa de suas atividades sociais. Atualmente essas características são denominadas comportamentos de risco para desenvolvimento de TA (CUBRELATI *et al.*, 2014).

De acordo com o manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais (DSM-5), os TA's são caracterizados por uma perturbação persistente na alimentação ou no comportamento relacionado à alimentação que resulta no consumo ou na absorção alterada de alimentos e que comprometem significativamente a saúde física ou o funcionamento psicossocial.

A anorexia nervosa (AN) é um transtorno alimentar representado pela distorção na maneira como o indivíduo avalia a forma, o peso e o tamanho de seu corpo (imagem corporal),

**VIII JORNADA DE NUTRIÇÃO**  
**CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO**

apresentado uma distorção de imagem corporal e medo mórbido de engordar, além de uma importante recusa alimentar. Para perder peso, o indivíduo submete-se a longos períodos de jejum ou restrição alimentar (GUIMARÃES *et al.*, 2018).

A bulimia nervosa (BN), por sua vez, caracteriza-se por grande ingestão de alimentos de uma maneira muito rápida e com a sensação de perda de controle, os chamados episódios bulímicos. Estes são acompanhados de métodos compensatórios inadequados para o controle de peso, como vômitos auto induzidos, uso de medicamentos (diuréticos, laxantes, inibidores de apetite), dietas e exercícios físicos, entre outros (PÉREZ, *et al.*, 2015).

Desse modo surge então o interesse em analisar os estudos publicados sobre comportamentos relacionados a prevalência da distorção da imagem corporal em adolescentes e identificar se essa variável está associada a predisposição ao desenvolvimento de quadros de transtornos alimentares.

## METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de revisão integrativa da literatura, no qual a busca dos estudos ocorreu no período de setembro a outubro de 2019. Os critérios de inclusão dos estudos foram: artigos em português, publicados nos últimos cinco anos, que apresentassem em sua discussão considerações sobre a percepção da imagem corporal e transtornos alimentares em adolescentes, indexados nas bases de dados CAPES (Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior), LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde) e a SCIELO (biblioteca eletrônica). Foram excluídos estudos que não tiveram a metodologia bem clara e estudos que não abordavam o objetivo do estudo.

Para a realização da busca, foram utilizadas combinações entre as seguintes palavras-chave, consideradas descritores no DeCS (Descritores em Ciências de Saúde): “Imagem corporal”, “Autoimagem”, “Autopercepção corporal”, “Adolescentes”, “Transtornos alimentares”. Os termos foram cruzados como descritores e também como palavras do título e do resumo.

Após análise minuciosa dos artigos selecionados, apenas 12 foram escolhidos como objeto de estudo por apresentarem aspectos que respondiam à questão norteadora desta revisão.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os 12 artigos incluídos no estudo foram analisados na íntegra e procedeu-se a

**VIII JORNADA DE NUTRIÇÃO**  
**CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO**

extração das informações necessárias para o alcance do objetivo proposto.

No contexto geral, os estudos encontrados puderam relacionar os aspectos que evidenciam a percepção da imagem corporal e o risco de desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes.

Sobre a caracterização dos estudos, os artigos apresentam diversidade no que se refere as regiões do Brasil em que foram realizados. É possível observar que dos 12 artigos selecionados, 4 são da região Sudeste, 4 da região Sul, 3 da região Nordeste e 1 que não foi possível identificar em qual região do país foi realizado.

Acerca dos artigos incluídos nesta revisão, observou-se que houve uma homogeneidade de estudos publicados nos anos de 2014 a 2019. Quanto ao delineamento metodológico as pesquisas mostram uma prevalência de estudos transversais.

Em relação ao tamanho amostral, observaram-se estudos com amostras condizentes aos desenhos de pesquisa, variando entre 30 até 71 mil participantes. Os estudos experimentais têm maior potencial do que os observacionais no que se refere à aplicação de estratégias para mudanças de comportamentos e atitudes positivas na vida das pessoas.

O estado nutricional e os hábitos alimentares podem influenciar de maneira importante, a percepção da imagem corporal (IC), estabelecendo muitas vezes um comportamento de risco para transtornos alimentares (FORTES *et al.*, 2016; BARROS *et al.*, 2017; SILVA *et al.*, 2018; CHAGAS *et al.*, 2019).

A auto percepção corporal é o fator predominante no desenvolvimento de transtornos desta natureza, pois reflete a satisfação das pessoas com seu corpo e pode ser influenciada pelos padrões culturais e sociais, aspectos fisiológicos, hábitos alimentares, qualidade de vida, e acesso a informações erroneamente veiculadas pela mídia (FONTENELE *et al.*, 2019).

Em um estudo realizado no norte do Rio Grande do Sul elaborado para verificação da percepção da imagem constatou-se que 60% (n=72) das adolescentes apresentavam algum grau de distorção de imagem, com sua classificação variando de leve a grave (CHAGAS *et al.*, 2019).

Por outro lado, Barros *et al.* (2017) demonstra com sua pesquisa que existe relação da percepção corporal em 50,5% dos adolescentes que se auto percebem como eutróficos, enquanto que 49% acreditam apresentar excesso de peso e apenas 0,5% se auto avaliam como magros.

## **VIII JORNADA DE NUTRIÇÃO** **CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO**

A autopercepção do peso acima do ideal corrobora para o processo de insatisfação da imagem corporal, que por consequência acabam por favorecer a busca do peso adequado através de dietas restritivas (BREVIDELLI *et al.*, 2015).

A insatisfação corporal pode ser considerada um dos fatores diagnósticos dos Transtornos Alimentares (TA), tais como anorexia e bulimia nervosa. Dessa forma, comportamento de risco para TA e insatisfação corporal estão intimamente relacionados. (UZUNIAN; VITALLE, 2015).

Percebe-se que tal situação se agrava no sexo feminino por possuírem maiores oscilações hormonal e de humor (GONZAGA; MACEDO; LIPP, 2014). Como visto nos achados de Cubrelati *et al.* (2015), a qual também foi observado associação da distorção da imagem corporal no sexo feminino, com 53,85% da amostra apresentando risco de aparecimento de bulimia.

Um estudo aponta a recorrência desse perfil em um grupo de bailarinos, sendo a sua maioria composta pelo sexo feminino. A prevalência de comportamento de risco para TA foi de 30,0% para anorexia nervosa e 40,0% para risco de bulimia nervosa, todos avaliados pela escala de sintomas com escore alto e médio. Quanto ao do *Body Shape Questionnaire* (BSQ), identificou 26,7% dos investigados com algum grau de insatisfação com a imagem corporal, associado a utilização de métodos compensatórios para perda de peso em 33,7% do grupo (GUIMARÃES *et al.*, 2014).

Corroborando para esse contexto, os veículos midiáticos têm contribuído cada vez mais na imposição de *status* de beleza e proposta de perfis corporais inatingíveis a muitos indivíduos, favorecendo assim o aumento do índice de depressão e desenvolvimento de transtornos alimentares, consequente a distorção corporal, principalmente na adolescência (FONTEENELE *et al.*, 2019).

Além disso, em pesquisa realizada por Fortes *et al.* (2016) que teve como premissa analisar a relação entre o estado de humor e os comportamentos alimentares de risco para os TA em adolescentes do sexo feminino, identificou que 23,3% desse público, quando tomados por sentimentos de raiva, depressão, tensão e/ou fadiga podem buscar nos comportamentos alimentares de risco para os TA, como uma alternativa para melhorar o humor de forma compensatória (FORTES *et al.*, 2016).

Outro fator que se destaca é o período inicial da puberdade, quando as alterações corporais e psicossociais são mais evidentes, o que reflete na preocupação com a imagem

## VIII JORNADA DE NUTRIÇÃO CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO

corporal como no estudo realizado com 343 adolescentes entre 12 e 19 anos onde ouve prevalência de 41,7% de adolescentes com distorção da imagem corporal, seja por superestimação ou subestimação do tamanho do corpo (ALMEIDA *et al.*, 2018).

Em relação às comparações das subescalas do EAT-26 em razão das classificações do SATAQ-3, o estudo de Fortes *et al.*(2015), evidenciou maior frequência de restrição alimentar, compulsão alimentar e percepção de forças ambientais para a ingestão alimentar em adolescentes com elevada internalização do ideal de magreza.

Contudo, Uzunian e Vitalle (2015) afirmam em seu estudo, que adolescentes fazem parte de um grupo de risco para o desenvolvimento de TAs, visto que nesta fase de intenso desenvolvimento ocorrem modificações psíquicas, mentais e físicas, o que pode causar insatisfações corporais até que tal desenvolvimento termine.

### CONSIDERAÇÕES FINAIS/CONCLUSÃO

De acordo com os achados deste estudo, a insatisfação da imagem corporal é mais prevalente em adolescentes do sexo feminino, que quando apresentam classificação nutricional para excesso de peso possuem maior risco para o aparecimento de transtornos alimentares.

Nesse sentido, a distorção da imagem corporal e comportamentos alimentares inadequados são variáveis que se relacionam e pode possuir grande influência na formação de personalidade e comportamento na adolescência. O equilíbrio entre elas é essencial para não levar a problemas de saúde decorrentes da baixa autoestima interferindo de forma negativa na qualidade de vida dessa população.

Dessa forma, recomenda-se que educadores, profissionais da saúde como nutricionistas e psicólogos, juntamente com o apoio dos familiares fiquem atentos para tais questões, e que a prática regular de diálogos relacionados a aceitação da imagem corporal e a hábitos alimentares inadequados sejam observados e corrigidos a tempo, afim de não comprometer o desempenho psíquico e emocional nesta fase, contribuindo consequentemente para evitar possíveis distúrbios alimentares e/ou de comportamento.

### REFERÊNCIAS

BREVIDELLI, M. M.*et al.* Prevalência e fatores associados ao sobrepeso e obesidade entre adolescentes de uma escola pública. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 28, n. 3, p. 379-386, 2015.

CHAGAS, L. M.*et al.* Percepção da Imagem Corporal e Estado Nutricional de Adolescentes. **Revista de Psicologia da IMED**, v. 11, n. 2, p. 69-78, 2019.

**VIII JORNADA DE NUTRIÇÃO**  
**CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO**

CUBRELATI, B. S.*et al.* Relação entre distorção de imagem corporal e risco de desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes. **Conexões: Educação Física, Esporte e Saúde**, v. 12, n. 1, p. 1-15, 2014.

BARROS, T. M.; PIEKARSKI, P.; MEZZOMO, T. R. Alteração na percepção corporal em adolescentes brasileiros de ensino público. **Nutrición clínica y dietética hospitalaria**, v. 37, n. 2, p. 157-161, 2017.

FORTES, L. S.*et al.* Relação entre o estado de humor e os comportamentos alimentares de risco para os transtornos alimentares em adolescentes. **J. Bras. Psiquiatr.**, v. 65, n. 2, p. 155-60, 2016.

DE VRIES, D. A. *et al.* Adolescents' social network site use, peer appearance-related feedback, and body dissatisfaction: Testing a mediation model. **Journal of youth and adolescence**, v. 45, n. 1, p. 211-224, 2016.

FONTENELE, R. M.*et al.* Impacto dos transtornos alimentares na adolescência: uma revisão integrativa sobre a anorexia nervosa. **Revista Enfermagem Atual InDerme**, v. 87, n. 25, 2019.

FORTES, L. S.*et al.* Autoestima, insatisfação corporal e internalização do ideal de magreza influenciam os comportamentos de risco para transtornos alimentares?. **Revista de Nutrição**, v. 28, n. 3, p. 253-264, 2015.

GONZAGA, L. R. V.; MACEDO, A. G.; LIPP, M. E. N. Avaliação das variáveis escolhas profissional e vocação no nível de stress de alunos do ensino médio. **em foco**, p. 189, 2014.

GUIMARÃES, A. D.*et al.* Transtornos alimentares e insatisfação com a imagem corporal em bailarinos. **Rev. bras. med. esporte**, v. 20, n. 4, p. 267-271, 2014.

MARTINS, C. R. *et al.* Insatisfação com a imagem corporal e relação com estado nutricional, adiposidade corporal e sintomas de anorexia e bulimia em adolescentes. **Revista de Psiquiatria RS**, Porto Alegre, v. 32, n. 1, p. 19-23, 2015.

NOGUEIRA-E-ALMEIDA, C. A.*et al.* Distorção da autopercepção de imagem corporal em adolescentes. **International Journal of Nutrology**, v. 11, n. 02, p. 061-065, 2018.

PÉREZ, Mariela Borda *et al.* Bulimia nerviosa y factores de riesgo asociados en adolescentes escolarizados de 14 a 18 años en Barranquilla (Colombia). **Salud Uninorte**, v. 31, n. 1, p. 36-52, 2015.

SILVA, A. M. B.*et al.* Jovens insatisfeitos com a imagem corporal: estresse, autoestima e problemas alimentares. **Psico-USF**, v. 23, n. 3, p. 483-495, 2018.

TIGGEMANN, M.; SLATER, A. The role of self-objectification in the mental health of early adolescent girls: Predictors and consequences. **Journal of pediatric psychology**, v. 40, n. 7, p. 704-711, 2015.

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