



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA  
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE  
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

**ANA PAULA DE FIGUEIREDO TAVARES**

**IMAGEM CORPORAL EM PESSOAS QUE SOFREM DE TRANSTORNO  
ALIMENTAR: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

**CAMPINA GRANDE, PB**

**2018**

**ANA PAULA DE FIGUEIREDO TAVARES**

**IMAGEM CORPORAL EM PESSOAS QUE SOFREM DE TRANSTORNO  
ALIMENTAR: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Trabalho de conclusão de curso apresentado como requisito para obtenção de título de Licenciatura em Educação Física, pela Universidade Estadual da Paraíba – UEPB.

Orientador: Prof. Dr. Álvaro Luís Pessoa de Farias

**CAMPINA GRANDE, PB**

**2018**

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

T231i Tavares, Ana Paula de Figueiredo.  
Imagem corporal em pessoas que sofrem de transtorno alimentar [manuscrito] : uma revisão integrativa / Ana Paula de Figueiredo Tavares. - 2018.  
25 p.  
Digitado.  
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2018.  
"Orientação : Prof. Dr. Álvaro Luís Pessoa de Farias , Departamento de Educação Física - CCBS."  
1. Transtorno alimentar. 2. Imagem corporal. 3. Tratamento multiprofissional. 4. Atividade física. I. Título  
21. ed. CDD 613.71

**ANA PAULA DE FIGUEIREDO TAVARES**

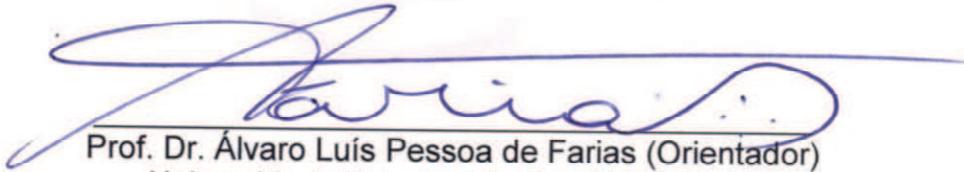
**IMAGEM CORPORAL EM PESSOAS QUE SOFREM DE  
TRANSTORNO ALIMENTAR: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Trabalho de Conclusão de Curso, no formato de artigo apresentado ao Curso de Graduação Licenciatura em Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba, em cumprimento à exigência para obtenção do grau de Licenciada em Educação Física.

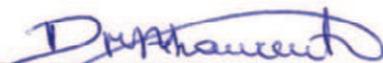
Área de concentração: Atividade Física e Saúde.

Aprovado em: 05/12/2018.

**BANCA EXAMINADORA**



Prof. Dr. Álvaro Luís Pessoa de Farias (Orientador)  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Profa. Dra. Dóris Nóbrega de Andrade Laurentino (Examinadora)  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof. Dr. José Pereira do Nascimento Filho (Examinador)  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

Aos meus pais dedico, com muito amor e gratidão, por terem sonhado junto comigo desde o dia em que nasci, pela paciência, compreensão, enfim, por terem sempre lutado em busca de uma melhor educação.

## AGRADECIMENTOS

A DEUS pela oportunidade de viver e realizar novos sonhos, a Ele toda honra e glória.

Ao Prof. Dr. Álvaro Luís Pessoa de Farias, por todo suporte e orientação.

Ao meu esposo Lúcio Fialho, por todo apoio, incentivo e dedicação.

Aos meus pais Edinilma e Alberto, meu irmão Alan, Leyde Daiana, João Matheus, Pedro Arthur, Luca Samuel, avós maternos Maria das Neves e Oscar (*in memorian*), avós paternos Rita e José Severiano (*in memorian*), Priscilla, Brenda, Sônia, Débora, André, Adriana, Gabriela, como também a todos os demais familiares, por sempre me colocarem em suas orações e acreditarem no meu potencial.

À minha amiga Daniele por despertar em mim o desejo de retornar e concluir este sonho.

Aos amigos Adma, Aridan, Eloísa, Edcharlton, Josilene, Malu, Mary, Matheus, Poliana, Rayanne, Renata e todos os companheiros de trabalho por toda força e encorajamento.

A todos que de forma direta e indireta contribuíram com essa realização, em especial meu amigo Solón (*in memorian*), sua presença foi fundamental para que meus dias de aula fossem mais felizes, aos professores, funcionários, à Sandra, Kaline, Maria, Mikaela, Sérgio, e demais companheiros de turma pelo companheirismo e fazer parte da minha história.

## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO.....</b>	<b>06</b>
<b>2</b>	<b>AVALIANDO A IMAGEM CORPORAL NO CONTEXTO HISTÓRICO E PERCEPTIVO.....</b>	<b>08</b>
2.1	Comportamentos de riscos para o desenvolvimento do transtorno alimentar.....	9
2.2	Transtorno alimentar e a ligação com a imagem corporal.....	11
2.3	A importância da atividade física no tratamento de transtorno alimentar.....	12
<b>3</b>	<b>PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS.....</b>	<b>13</b>
<b>4</b>	<b>RESULTADOS.....</b>	<b>14</b>
<b>5</b>	<b>DISCUSSÃO.....</b>	<b>17</b>
<b>6</b>	<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>20</b>
	<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>23</b>

## IMAGEM CORPORAL EM PESSOAS QUE SOFREM DE TRANSTORNO ALIMENTAR: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

TAVARES, Ana Paula de Figueiredo\*

### RESUMO

A imagem corporal é uma interpretação mental que o indivíduo apresenta da forma e dimensão dos corpos, além de uma sensação identificada podendo ser positiva ou negativa relacionada ao seu próprio corpo. A pesquisa objetivou analisar a forma que as pessoas percebem a sua imagem corporal, fazendo uma alusão a importância da prática de exercícios físicos quando direcionados por um profissional adequado, como o Educador Físico por exemplo, e mostrar também a importância das demais áreas da saúde no tratamento desse transtorno. Foram encontrados no total de 57 artigos nas bases de dados da Scielo, Periódico Capes, BVS; destes, 31 foram utilizados, estes passaram pela leitura do título e do resumo do artigo para verificar se o mesmo tratava do assunto pesquisado. Foram excluídos 26 artigos pois não estavam relacionados diretamente ao assunto, ou possuíam a data de publicação muito antiga. Após este procedimento, ocorreu a análise criteriosa dos dados, verificando se os mesmos respondiam à pergunta do estudo. Todos os textos inclusive relatam sobre a imagem corporal e os transtornos alimentares como sendo uma prevalência feminina, sendo algo que ainda é difícil de detectar, pois age de forma silenciosa e só é percebido quando a pessoa já está em estágio debilitado. É necessário que as pesquisas sejam aprofundadas nessa área, para que assim os resultados possam contribuir de maneira significativa na qualificação dos profissionais que trabalham com os indivíduos que possuem qualquer distúrbio na imagem corporal.

**Palavras-Chave:** Transtorno Alimentar. Imagem Corporal. Tratamento Multiprofissional.

### 1. INTRODUÇÃO

A imagem corporal do indivíduo é a configuração que temos na mente do tamanho e forma dos corpos e os sentimentos em relação a essas características e

---

\* Aluna de Graduação em Educação Física na Universidade Estadual da Paraíba – Campus I  
Email: apaulaftavares@gmail.com

partes representadas do corpo, possuindo assim dois componentes principais: atitude e percepção, (TIMERMAN; SCAGLIUSI; CORDÁS, 2010, p. 113). O (TA) transtorno alimentar tem, portanto, como peça determinante, a imagem corporal, ou seja, a pessoa distorce sua autoimagem, fugindo da realidade, o que o faz adquirir atitudes extremas, visando a chegar em uma beleza que, nesse caso, torna-se inalcançável.

A noção de (IC) imagem corporal que o indivíduo com transtorno alimentar tem dele mesmo é perceptual, ou seja, a forma como ele vê ou compreende o seu corpo, porém o que faz com o que ele percebe vai variar de acordo com as suas atitudes, seus aspectos cognitivos e afetivos. É preciso estar atento também as pessoas com TA que na maioria das vezes, através dos exercícios físicos, buscam desenfreadamente por sua imagem corporal perfeita.

A anorexia e a bulimia nervosas são os mais comuns dos transtornos alimentares, sendo a anorexia nervosa identificada pela perda de peso exagerada e intencional, por conta de dietas muito severas e busca descontrolada pelo emagrecimento, chegando a provocar alterações no ciclo menstrual das mulheres que sofrem com a mesma. Já a bulimia nervosa se destaca por sua grande ingestão de alimentos, de forma compulsiva, porém utilizando métodos compensatórios como vômitos, medicamentos, dietas e exercícios físicos exagerados para manter a percepção de imagem corporal que a pessoa tem de si, (TIMERMAN; SCAGLIUSI; CORDÁS, 2010, p.113).

As pessoas que sofrem com esse transtorno têm se escondido cada vez mais em seus próprios mundos, em suas próprias percepções, não importando o que outra pessoa fale, o que importa é a maneira “torta” com a qual ele/ela se percebe e que precisa corrigir isso de qualquer maneira, muitas vezes as consequências só aparecem quando o caso já está grave sendo necessário tratamento hospitalar.

Os efeitos positivos relacionados com a prática regular dos exercícios físicos são perceptíveis, benefícios à saúde são frequentemente comprovados através das literaturas apresentadas. Desde as vantagens ligadas diretamente à saúde, como a relação com o corpo, e assim são listadas como preservação do peso corporal, prevenção de doenças cardiovasculares, além da evolução dos aspectos psíquicos e sociais se apresentando como a melhora da autoestima, da

relação socioafetiva, prevenção da depressão e do estresse, (TEIXEIRA, et al. 2009, p.146).

Para os homens o corpo ideal é aquele mais volumoso e com baixo percentual de gordura, já para as mulheres o modelo seria um corpo mais magro e menos volumoso, o descontentamento com a autoimagem corporal vem crescendo cada vez mais na sociedade atual, padrões muitas vezes inalcançáveis instituídos pela sociedade em que pessoas que já não estão satisfeitas com o seu corpo se apegam e buscam alcançar esse modelo, desenvolvendo os transtornos alimentares e uma busca doentia por exercícios físicos, (MORGADO, et al, 2009, p. 206).

O tratamento multiprofissional é de extrema importância para os indivíduos que sofrem de TA, nesse caso a pesquisa objetiva analisar a autoimagem destas pessoas, fazendo uma alusão a importância da prática de exercícios físicos quando direcionados por um profissional de educação física, mostrando sua contribuição no tratamento, como também a importância dos demais profissionais da área de saúde.

## **2. AVALIANDO A IMAGEM CORPORAL NO CONTEXTO HISTÓRICO E PERCEPTIVO**

O sujeito veio começar a perceber o próprio corpo enquanto seu a partir do século XX, mas desde o início dessa percepção até a atualidade essa noção tem se tornado cada vez mais diferente e hoje no século XXI já não se tem a mesma ciência de imagem corporal como antes, essa ideia tem sofrido transformações com o passar do tempo.

Até no começo do século XX, a mulher era interessada quando apresentava o modelo de corpo curvado, correspondente à deposição de gorduras em coxas, quadris e mamas. Já na fase pré-industrial, os estágios de falta de alimentos eram constantes e a mulher de peso elevado representava uma mulher resistente, com disposição satisfatória para encarar esses momentos de dificuldade cuidando melhor de sua família, (BOSI et al, 2006, p. 109).

Ao longo do século XX essa idealização vem se tornando completamente diferente dos períodos anteriores, iniciando uma procura maior pelo corpo musculoso, magro e bem definido, gerando o culto ao corpo um estilo de vida e os que não seguem, são tidos como “fora do padrão”. A imagem corporal é o modelo no qual idealizamos o próprio corpo, ou seja, a percepção compreendida por nós. Inicialmente, tem-se uma sensação de moderada insatisfação com o corpo, evoluindo a uma inquietação excessiva com o físico, o que culmina em uma negação da imagem corporal.

O distúrbio da imagem corporal faz a pessoa ir em busca da imagem perfeita, esta nunca alcançada, gerando cada vez mais sofrimento.

A imagem corporal é a figura de nosso próprio corpo que formamos em nossa mente, ou seja, o modo pelo qual o corpo se apresenta para nós mesmos ou como o vivenciamos (Cordás, Castilho, 1994). Conforme Slade (1988), o termo imagem corporal refere-se a uma ilustração, que se tem na mente, de tamanho, imagem e forma do corpo, expressando também sentimentos relacionados a essas características, bem como as partes que o constituem, (BOSI, et al., 2006, p.109).

Essa desaprovação corporal tem sido constantemente relacionada a desconexão entre a percepção que a pessoa tem de si e o sonho de um corpo perfeito, na medida em que essa percepção exija perfeição, começam a gerar estímulos de práticas que não são saudáveis. O ideal de um corpo perfeito exigido pela sociedade vem prevalecendo a cada dia que passa e atinge qualquer pessoa, dos mais instruídos, àqueles que não têm tanta instrução.

## **2.1. Comportamentos de riscos para o desenvolvimento do transtorno alimentar**

Os comportamentos de riscos são todos os que causam agravos à saúde. Nesse contexto, a etnicidade e o gênero são duas áreas ligadas entre comportamentos que antecedem os Transtornos Alimentares. Esse transtorno global torna-se, portanto, uma situação de alerta em que todos estão começando a dar

uma maior atenção a esses comportamentos, visto que a precedência de pessoas sintomáticas é crescente.

“Evidências indicam prevalência de comportamentos de risco para transtornos alimentares variando de 15% a 25% na população mundial, e essa prevalência parece ser maior em adolescentes 1,6, principalmente do sexo feminino”, (FORTES; FILGUEIRAS; FERREIRA, 2014, p. 2). É onde entra a questão do gênero, pois mais adolescentes do sexo feminino que embarcam nesse mundo com a esperança do corpo perfeito, sendo capaz de cometer atos que coloquem em risco a sua própria saúde.

O desenvolvimento de transtornos alimentares dispõe fatores de natureza distintas, ou seja, há fatores biológicos e hereditários, bem como os já destacados. A instabilidade aos comportamentos de risco pode ocorrer nas pessoas com determinados genes e/ou com os que apresentam desequilíbrios fisiológicos associando com alguns sintomas como ansiedade, depressão e problemas alimentares. Dentro dos fatores hereditários, destacam-se pais que manifestam o comportamento no dia a dia, ocasionando susceptibilidade do filho em seguir o perfil, assumindo comportamentos de risco para transtornos alimentares.

A prevalência de comportamentos de risco para transtornos alimentares em adolescentes do sexo feminino tem aumentado. Estudos nacionais, nos últimos anos, têm encontrado prevalência variando entre 20% e 30% 7,8,19,20, corroborando os resultados da presente investigação. Pesquisadores sugerem que a mídia talvez seja a principal responsável por essa realidade, (FORTES; FILGUEIRAS; FERREIRA, 2014, p. 5).

Dentro da multifatorial supracitada, tem-se, ainda, um agente muito significativo: a mídia. Essa, por meio da influência, cria um padrão de beleza magro como sendo a formação corporal perfeita, relacionando-o, inclusive, à aceitação social. O grande problema é que se cultua a aparência e o corpo extremamente magro, contudo, para muitas mulheres esse objetivo é inalcançável.

## 2.2. Transtornos alimentares e a ligação com a imagem corporal

Um aspecto destacável é que o tipo de beleza determinado socialmente não leva em consideração as questões de saúde, apenas cultua a magreza e o corpo sem defeitos. Em consequência disso, formam-se mulheres ansiosas, que se rendem à dieta sem fundamentos, bem como exercício físico em demasia e até utilização de medicamentos visando à perda de peso. Toda essa conjuntura percorre o caminho favorecendo para os transtornos de comportamentos alimentares, como a (AN) anorexia nervosa e a (BN) bulimia nervosa.

Os TCAs possuem causas múltiplas, que incluem fatores genéticos, ambientais e comportamentais. As pessoas acometidas por anorexia nervosa ou bulimia nervosa apresentam, em comum, preocupação excessiva com peso e dieta, além de insatisfação e distorção de sua imagem corporal e, em geral, são resistentes ao tratamento. A taxa de letalidade por anorexia nervosa oscila entre 5% e 20%, o que justifica a necessidade de prevenção desses agravos, (OLIVEIRA, et al. 2003, p. 349).

A anorexia nervosa é caracterizada por uma limitação imposta pelo próprio indivíduo, de forma exagerada, à alimentação, visando a obtenção de perda ponderal relevante. Essa procura pela magreza tem, como ações características, a diminuição da ingestão de alimentos considerados, pela própria sociedade, como promotores de ganho de peso, a realização de procedimentos auto induzidos, utilizando laxantes e a prática excessiva de atividades físicas.

Assim, as pessoas acometidas de anorexia passam a ter alguns sintomas como, o peso inferior a 85% do que é classificado como apropriado, compreensão da imagem corporal distorcida, fobia de engordar, alterações no ciclo menstrual, perda de massa magra e gordura, alterações gastrointestinais e os sintomas psíquicos tais como, ansiedade, depressão, baixa autoestima, irritabilidade, intolerância à frustração, (OLIVEIRA, et al. 2003, p. 349).

Já a bulimia nervosa é determinada, sobretudo, pela ingesta compulsiva de alimentos, seguida por uma prática de purgação, principalmente a provocação induzida ao vômito. Outro aspecto característico é a prática exacerbada de exercícios físicos, bem como jejuns em longo período de tempo e dietas intensas. Esses fatores objetivam evitar as consequências do que foi ingerido. Problemas

gastrointestinais, desidratação, ritmo de batimentos cardíacos irregulares, desgaste de esmalte dentário são consequências mais comuns.

No contexto da bulimia nervosa, ainda se pode citar a preocupação intensiva ao acúmulo de gorduras, o que diferencia o doente de uma pessoa normal, que come exageradamente. Distinguimos BN de AN pela magreza: nesta, a magreza excedente expõe o problema de forma mais clara; naquela, o doente pode ter peso normal ou leve sobrepeso, mascarando o problema.

Ambas as doenças têm ligação com a imagem corporal de forma que essa imagem fica distorcida, agora eles passam a buscar a perfeição exigida por uma sociedade que já está doente e acabam adoecendo de forma que muitas vezes complica o tratamento, porque é difícil para a pessoa se enxergar como doente, pois para ela, o seu desejo é de ficar mais bonita e parecida com o padrão de beleza atual.

### **2.3. A importância da atividade física no tratamento de transtorno alimentar**

Poucas pesquisas foram encontradas para analisar as vantagens que a atividade física pode proporcionar no decorrer do tratamento de TA.

O tratamento deve ser realizado de forma multidisciplinar, cada profissional possuindo seu papel, é fundamental a indicação de uma atividade monitorada por um profissional de educação física como parte do tratamento, certificando previamente que o paciente não contenha qualquer outro tipo de patologia que impossibilite a execução de exercícios.

Essa prática realizada pela pessoa com TA sendo monitorada, pode colaborar para reabilitação do peso, melhoria de sua imagem corporal, contribuição na redução da ansiedade e auxiliar também na nutrição.

As finalidades e precauções apresentadas a seguir devem ser adotadas em uma planilha de atividade como auxílio terapêutico nas pessoas com TA hospitalizadas. O profissional de educação física deve realizar promoção de saúde com base no ensino e no desempenho regular da atividade física; ressaltar a

precaução com a saúde, a autoestima e a imagem corporal; favorecer com o restabelecimento de peso, proporcionando um aumento de massa magra e a redução de gordura; estimular a prática de exercícios como uma possibilidade de interação social e desmascarar teorias e mitos relacionados à prática exagerada e inapropriada, (TEIXEIRA et al, 2009, p. 151).

É necessário aumentar os estudos nesse campo na proporção em que poderão auxiliar na capacitação do profissional de educação física para direcionar o paciente sobre como desfrutar das vantagens que a execução da atividade física planejada e orientada proporcionam.

### **3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

A revisão integrativa foi o modelo utilizado, que é um processo de revisão específica que pretende agregar e simplificar pesquisas já desenvolvidas sobre o tema questionado. De acordo com Souza, Silva e Carvalho (2010, 103-104) ela é definida da seguinte forma:

A revisão integrativa determina o conhecimento atual sobre uma temática específica, já que é conduzida de modo a identificar, analisar e sintetizar resultados de estudos independentes sobre o mesmo assunto, contribuindo, pois, para uma possível repercussão benéfica na qualidade dos cuidados prestados ao paciente, (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010, p.103).

Para a produção do presente artigo, foram analisadas as seguintes bases de dados: (BVS – Psi) Biblioteca Virtual em Saúde – Psicologia, (Periódicos Capes) Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior e (SciELO) Scientific Electronic Library Online. Os descritores aplicados foram: Transtorno Alimentar, Imagem Corporal, Tratamento Multiprofissional. Os artigos considerados relevantes para a pesquisa foram os diretamente relacionados a esses tópicos, bem como artigos mais recentes, a fim de que a pesquisa recebesse validação acadêmica.

Foram encontrados no total de 57 artigos nas bases de dados; os que passaram pela leitura do título e resumo do artigo foram utilizados verificando que se tratavam do assunto pesquisado. O período de tempo entre os artigos é de 11 anos. Foram excluídos 26 artigos pois não estavam relacionados diretamente ao assunto, ou possuíam a data de publicação muito antiga. Depois deste processo, realizou-se uma exploração crítica dos dados, observando se os mesmos permaneciam em conformidade com o tema sobre o transtorno alimentar e a imagem corporal. Sendo assim, 11 artigos foram utilizados especificamente para realizar os resultados e discussões, já os 20 restantes foram utilizados para a construção do mesmo.

#### 4. RESULTADOS

<i>Procedência</i>	<i>Título do Artigo</i>	<i>Autores</i>	<i>Periódico (vol, nº, pág, ano)</i>	<i>Considerações/Te- mática</i>
<b>SCIELO</b>	Prevalência de compulsão alimentar entre universitárias de diferentes áreas de estudo	VITOLLO, M.R.; BORTOLINI, G.A.; HORTA, R.L.	Rev Psiquiatr RS jan/abr 2006;28(1): 20-26	Investigar a prevalência de compulsão alimentar entre universitárias e a sua associação com (IMC) índice de massa corpórea e idade.
<b>BVS</b>	Autopercepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição: um estudo no município do Rio de Janeiro.	Bosi, et al.	J Bras Psiquiatr, 55(2): 108-113, 2006	Identificar a autopercepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição no município do Rio de Janeiro
<b>BVS</b>	A prática de exercícios físicos em pacientes com transtornos alimentares.	Teixeira, et al.	Rev Psiq Clín. 2009;36(4): 145-52	Revisar a literatura sobre a prática de exercícios físicos em pacientes com transtornos alimentares, discutindo definições, critérios diagnósticos e propostas terapêuticas.

<b>BVS</b>	Análise dos instrumentos de avaliação da imagem corporal.	Morgado, et al.	Fit Perf J. Rio de Janeiro. mai/jun 2009	Visa identificar, quantificar e reunir os instrumentos de avaliação da imagem corporal que têm sido utilizados nas produções acadêmicas e científicas, no Brasil, de 1992 até 2007, destacando os mais utilizados.
<b>BVS</b>	Cultura e imagem corporal	ALVES, D, et. al.	Motricidade. 2009, 5 (1), 1-20, ISSN 1646-107X	Tratar a relação existente entre cultura e imagem corporal.
<b>PERIÓDICO CAPES</b>	Imagem corporal em adolescentes: associação com a maturação sexual e sintomas de transtornos alimentares.	SCHERER, F. C., et al.	J Bras Psiquiatr. 2010;59(3): 198-202. 2009	Verificar a associação da imagem corporal com a maturação sexual e com sintomas de transtornos alimentares em adolescentes.
<b>SCIELO</b>	Prevalência de comportamento bulímico e fatores associados em universitárias	CENCI, M. et al.	Rev Psiq Clín. 2009;36(3): 83-8	Estimar a prevalência de comportamento bulímico e os fatores associados em universitárias ingressantes.
<b>PERIÓDICO CAPES</b>	Imagem corporal de adolescentes escolares em Gravataí-RS	AERTS, D.; MADEIRA, R. R.; ZART, V.B.	Epidemiol. Serv. Saúde, Brasília, 19(3): 283-291, jul-set 2010	Descrever a imagem corporal segundo sexo, cor da pele auto-referida, estado nutricional, faixa etária e maturidade sexual, de escolares de 5ª a 8ª série do ensino público de Gravataí-RS, em 2005.

<b>PERIÓDICO CAPES</b>	Influência da atividade física na imagem corporal: Uma revisão bibliográfica	GONÇALVES, C. O.; CAMPANA, N.A.; TAVARES, M.C.	Motricidade. 2012, vol. 8, n. 2, pp. 70-82	Analisar a evolução da pesquisa em imagem corporal e atividade física, assim como desenvolver uma reflexão sobre as relações existentes entre a atividade física e a imagem corporal.
<b>SCIELO</b>	O que é comportamento de risco para transtornos alimentares em adolescentes?	LEAL, G.V.S. et al.	J Bras Psiquiatr. 2013;62(1): 62-75.	Caracterizar comportamento de risco para transtornos alimentares e sua frequência entre adolescentes em uma revisão da literatura nacional e internacional.
<b>SCIELO</b>	Comportamentos de risco para transtornos alimentares e sintomas depressivos: um estudo com jovens do sexo feminino de Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil	FORTES, L.S.; FILGUEIRAS, J.S.; FERREIRA, M. E.C.	Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 30(11):1-9, nov, 2014.	Analisar a relação dos sintomas depressivos com os comportamentos de risco para transtornos alimentares em adolescentes do sexo feminino.

**Fonte - Artigos levantados nas bases de dados BVS-Psi, PERIODICO CAPES, e SCIELO, sobre Transtorno Alimentar, Imagem Corporal, Tratamento Multiprofissional.**

A apresentação final foi composta por 11 artigos para a produção dos resultados e discussões, artigos escolhidos através do processo de inclusão inicialmente estabelecido. Destes 4 foram encontrados na base de dados BVS-PSI, 3 no Periódico Capes e 4 na base de dados da Scielo, a tabela apresentada demonstra de forma objetiva a temática de cada um, facilitando a observação, descrição e classificação dos dados, para que o entendimento e conhecimento produzidos sobre o tema pudessem de fato ser bem explorados na revisão.

Através dos resultados compreende-se a proposta do trabalho, tornando possível observar que a pesquisa voltada para a imagem corporal e o transtorno alimentar, encontra-se em estado inicial, ainda são poucos os artigos publicados nessa área, mesmo sendo um tema tão relevante.

## 5. DISCUSSÃO

As revistas que mais publicaram artigos sobre o tema foram na área de medicina psiquiátrica. A partir da leitura dos textos incluídos, pode-se encontrar resultados bem semelhantes, diferindo apenas pelo contexto social em que os pacientes estão inseridos. Assim, para uma melhor compreensão os textos foram discutidos individualmente, realizando uma conversa entre os autores, seguindo sequência apresentada nos resultados.

Teixeira, Costa, Matsudo e Córdas (2009), tem como título de seu trabalho “A prática de exercícios físicos em pacientes com transtornos alimentares” os autores através desse artigo vêm demonstrar que ainda não existe um termo específico que caracterize o indivíduo com transtorno alimentar que pratique exercícios físicos de maneira inadequada. Nos dizem que “A revisão de literatura possibilita considerar que “excesso” de exercícios não deve ser analisado apenas em quantidade, mas igualmente qualitativamente” (p.151). É necessário observar a qualidade dos exercícios praticados para identificar a pessoa que sofre com o transtorno. Os autores também deixam claro que é necessário que novas pesquisas sejam realizadas, para que os resultados possam ser mais eficazes.

O artigo de título “Análise dos instrumentos de avaliação da imagem corporal”, tem como seus autores Morgado, Ferreira, Andrade e Segheto, tendo sido publicado em 2009. A principal ideia dos autores é que “A imagem corporal engloba todas as formas pelas quais uma pessoa experiencia e conceitua seu próprio corpo. Pode-se afirmar que a imagem do corpo é o conceito - e a vivência - que se constrói “sobre” o esquema corporal, trazendo consigo o mundo humano de significações”. Existem várias maneiras de avaliação da imagem corporal, entrevistas, questionários, silhuetas, porém o mais utilizado como método de avaliação é o

questionário, a entrevista fica a critérios metodológicos e a silhueta quase não é utilizado.

Bosi, Luiz, Morgado, Costa e Carvalho (2006) em seu artigo intitulado como “Autopercepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição: um estudo no município do Rio de Janeiro” tem por objetivo principal identificar a autopercepção corporal nos estudantes de nutrição. Puderam assim perceber que o ideal corpo magro que foi imposto pela sociedade prevalece, principalmente entre as mulheres que mesmo estando com o seu corpo em forma insistem em querer uma mudança para se adequar aos padrões, e quando se trata de estudantes de nutrição ou nutricionistas essa insatisfação se encontra ainda mais presente.

No artigo intitulado como “Cultura e imagem corporal” publicado em 2009, os autores Alves, Pinto, Alves, Mota e Leirós tiveram como principal objetivo demonstrar a relação existente entre a cultura e a imagem corporal. Puderam então concluir que a cultura tem forte influência na relação com a imagem corporal, pois mesmo as mulheres com corpo desenhado sendo mais atraentes para o sexo oposto, ainda assim a cultura da magreza prevalece. Então para que possam se evitar psicopatologias futuras é preciso denunciar o ideal da magreza.

O trabalho de título “Imagem corporal de adolescentes escolares em Gravataí-RS” possui como seus autores Aerts, Madeira, Zart e foi publicado no ano de 2010. Ele teve como seu principal objetivo “descrever a imagem corporal segundo sexo, cor da pele auto-referida, estado nutricional, faixa etária e maturidade sexual, de escolares de 5ª a 8ª série do ensino público de Gravataí-RS, em 2005”. Com isso identificaram que as meninas estavam mais inquietas com a imagem corporal, que os meninos, e entre os jovens citados como brancos mostraram também desconforto com seu corpo. Assim, concluíram que é necessária uma concentração maior por parte da escola e dos profissionais de saúde voltada para os adolescentes que possuem esse desconforto com a imagem corporal.

O trabalho realizado por Scherer, Martins, Pelegrini, Matheus e Petroski que tem como título: “Imagem corporal em adolescentes: associação com a maturação sexual e sintomas de transtornos alimentares” tem como intuito investigar a imagem corporal segundo a maturação sexual do adolescente, os autores chegaram à conclusão que a primeira menstruação ocorrendo em idades

prematuras contribui para que as adolescentes manifestem o interesse em perder peso, ressaltando que as que se encontram no período escolar possuem maior predisposição em adquirir o transtorno alimentar.

O artigo de título “Influência da atividade física na imagem corporal: Uma revisão bibliográfica, possui como autores Gonçalves, Campana e Tavares. A ideia principal do trabalho é a de “analisar a evolução da pesquisa em imagem corporal e atividade física, assim como desenvolver uma reflexão sobre as relações existentes entre a atividade física e a imagem corporal”. Com isso os autores puderam concluir que a atividade física desempenha uma enorme influência quando o assunto é imagem corporal, desta forma, optaram por afirmar que o programa de atividade física deve ser seguido respeitando a singularidade de cada indivíduo.

O trabalho intitulado “O que é comportamento de risco para transtornos alimentares em adolescentes? ” Tem como autores Leal, Phillipi, Polacow, Cordás e Alvarenga define e caracteriza fundamentalmente os comportamentos de riscos e sua constância, a pesquisa foi realizada a nível nacional e internacional. Assim, eles conseguiram descobrir uma variedade de nomenclaturas para definir o que é um comportamento de risco para o transtorno alimentar, chegando à conclusão de que uma padronização para a método de avaliação facilitaria a integração dos resultados de estudos de várias localidades.

A pesquisa “Prevalência do comportamento bulímico e fatores associados em universitárias” (Cenci, Peres e Vasconcelos) investiga a hipótese da prevalência do comportamento bulímico em alunas universitárias iniciantes, os autores concluíram que a razão mais frequente associada a essa conduta é a insatisfação com a imagem corporal. “As universitárias que apresentaram insatisfação com a imagem corporal demonstraram 15,4 vezes a chance de desenvolver comportamento bulímico quando comparadas àquelas satisfeitas com a própria imagem, independentemente das outras variáveis analisadas”.

Os autores Fortes, Filgueiras e Ferreira desenvolveram o estudo intitulado “Comportamentos de risco para transtornos alimentares e sintomas depressivos: um estudo com jovens do sexo feminino de Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil” com o objetivo principal de verificar a correlação entre os sintomas depressivos e comportamentos de risco para transtorno alimentar. Os autores chegaram à

conclusão que os sinais depressivos podem estar associados com o transtorno alimentar principalmente em adolescentes do sexo feminino e as identificadas com algum grau de depressão têm uma maior predisposição de assumir comportamentos de riscos para o transtorno alimentar.

O trabalho intitulado como “Prevalência de compulsão alimentar entre universitárias de diferentes áreas de estudo” possui como os seus autores Vitolo, Bortolini e Horta. Tem como o seu objetivo principal investigar a compulsão alimentar em universitárias, para facilitar a pesquisa utilizaram um questionário autoaplicável (ECAP) Escala de Compulsão Alimentar Periódica, com isso concluíram que a prevalência é entre as mulheres, mostrando a associação com o excesso de peso, os autores propuseram que novas pesquisas fossem realizadas para que desta forma os resultados estivessem confirmados e novos tipos de transtornos alimentares pudessem ser detectados.

Todos os textos inclusos relatam sobre a imagem corporal e os transtornos alimentares como sendo uma prevalência feminina, sendo algo que ainda é difícil de identificar, pois age de forma silenciosa e só é detectado quando a pessoa já está em estágio debilitado. É necessário que mais informações sejam transmitidas e mais estudos sobre o assunto sejam elaborados como forma preventiva. Quando o caso já necessita de uma intervenção é fundamental que seja realizada de maneira interdisciplinar, com o auxílio de uma equipe composta por médicos, psicólogos, educadores físicos, nutricionistas, etc.

## **6. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Através de tudo o que foi explanado é possível constatar que o ideal de corpo magro que é determinado pela sociedade prevalece e a maioria das pessoas diagnosticadas com distúrbio na imagem corporal e conseqüentemente com algum tipo de transtorno alimentar, são do sexo feminino. Ainda não existe um termo que qualifique o indivíduo com transtorno alimentar, principalmente aqueles que pratiquem exercícios físicos de forma inadequada.

A revisão integrativa da literatura proporcionou a construção da ideia de que o transtorno alimentar, o distúrbio na imagem corporal e a prática inadequada de exercícios físicos estão ligados consideravelmente, sendo necessário que estes sejam examinados de maneira qualitativa possibilitando uma melhor compreensão da relação entre os mesmos.

A produção desse trabalho realizou-se através de um levantamento de artigos na literatura, visto que ainda são poucas as pesquisas que envolvem o papel do educador físico no âmbito do transtorno alimentar e na imagem corporal especificamente falando. Sendo assim, para que esse estudo seja realizado de maneira eficaz é imprescindível que mais pesquisas de cunho literário sejam realizadas, buscando sempre entender como cada um percebe a sua imagem corporal, estudando de forma eficaz os comportamentos de riscos para que o Transtorno Alimentar seja desenvolvido, contribuindo de maneira significativa na qualificação dos profissionais que trabalham com estas pessoas, educadores físicos, médicos, psicólogos e nutricionistas precisam ter uma visão ampliada sobre esse assunto, pois lidam diretamente com ele.

## BODY IMAGE IN PEOPLE SUFFERING FROM FOOD TRANSTORN: AN INTEGRATING REVIEW

### **ABSTRACT**

The body image is a mental interpretation that the person presents of the form and dimension of the bodies, besides an identified sensation that can be positive or negative related to its own body. The research aimed to analyze the way people perceive their body image, making an allusion to the importance of practicing physical exercises when directed by a suitable professional, such as the Physical Educator for example, and also to show the importance of other health areas in the treatment of this disorder. A total of 57 articles were found in the Scielo, Capes Periodical, BVS; of these, 31 were used. The title and the abstract of these articles were read to verify if it dealt with the researched subject. Twenty-six articles were excluded because they were not directly related to the subject, or had a very old publication date. After this procedure, a careful analysis of the data was performed, verifying if they answered the question of the study. All included texts report on body image and eating disorders as being a female prevalence, something that is still difficult to detect because it acts silently and is only perceived when the person is already in a debilitated state. It is necessary that the research be deepened in this area, so that the results can contribute significantly in the qualification of the professionals who work with individuals that have any disturbance in the body image.

**Keywords:** Eating Disorder. Body image. Multiprofessional Treatment.

## REFERÊNCIAS

ADAMOLI, A. N.; AZEVEDO, M. R. Padrões de atividade física de pessoas com transtornos mentais e de comportamento. **Ciência & Saúde Coletiva** 14(1); 243-251, 2009.

AERTS, D.; MADEIRA, R. R.; ZART, V. B. Imagem corporal de adolescentes escolares em Gravataí-RS. **Epidemiol. Serv. Saúde**, Brasília, 19(3): 283-291, jul-set 2010.

ALVARENGA, M. S.; SCAGLIUSI, F. B.; PHILIPPI, S. T. Comportamento de risco para transtorno alimentar em universitárias brasileiras. **Rev Psiq Clín.** 2011;38(1):3-7

ALVES, C.; LIMA, R. V. B. Impacto da atividade física e esportes sobre o crescimento e puberdade de crianças e adolescentes. **Rev Paul Pediatr** 2008; 26(4):383-91

ALVES, D. et al. Cultura e imagem corporal. Motricidade. **Fundação Técnica e Científica do Desporto** 2009, 5 (1), 1-20.

BOSI, M. L. M. et al. Autopercepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição: um estudo no município do Rio de Janeiro. **J Bras Psiquiatr**, 55(2): 108-113, 2006.

BOSI, M. L. M.; et al. Comportamento alimentar e imagem corporal entre estudantes de educação física. **J Bras Psiquiatr.** 2008; 57(1):28-33.

CARVALHO, P. H. B.; et al. Checagem corporal, atitude alimentar inadequada e insatisfação com a imagem corporal de jovens universitários. **J Bras Psiquiatr.** 2013; 62(2):118-4.

CENCI, M. et al. Prevalência de comportamento bulímico e fatores associados em universitárias. **Rev Psiq Clín.** 2009;36(3):83-8.

DILLY, R. O. Educação Física: nutrição e transtornos alimentares em adolescentes. **Revista Eletrônica da Faculdade Metodista Granbery. Curso de Educação Física.** N.7, Jul/Dez, 2009.

FORTES, L. S.; ALMEIDA, S. S.; FERREIRA, M. E. C. Imagem corporal e transtornos alimentares em atletas adolescentes: uma revisão. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v.18, n.4, p.667-677, out/dez. 2013.

FORTES, L. S.; et al. Insatisfação corporal de adolescentes atletas e não atletas. **J Bras Psiquiatr.** 2011; 60(4): 309-14

FORTES, L. S.; FILGUEIRAS, J. F.; FERREIRA, M. E. C. Comportamentos de risco para transtornos alimentares e sintomas depressivos: um estudo com jovens do sexo feminino de Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, 30(11):1-9, nov, 2014.

GONÇALVES, C. O.; CAMPANA, N. A.; TAVARES, M. C. Influência da atividade física na imagem corporal: Uma revisão bibliográfica. **Motricidade.** 2012, vol. 8, n. 2, pp. 70-82.

GONÇALVES, T. D.; et al. Comportamento anoréxico e percepção corporal em universitários. **J Bras Psiquiatr.** 2008;57(3):166-170

LEAL, G. V. S. et al. O que é comportamento de risco para transtornos alimentares em adolescentes? **J Bras Psiquiatr.** 2013;62(1):62-75.

LEGNANI, R. F. S.; et al. Transtornos alimentares e imagem corporal em acadêmicos de Educação Física. **Motriz**, Rio Claro, v.18, n.1, p. 84-91. Jan/mar. 2012

MAFFACCIOLLI, R.; LOPES, M. J. M. Educação saúde: a orientação alimentar através de atividades de grupo. **Acta Paul Enferm.** 2005;18(4):439-45.

MATHIAS, A. P.; HAMMES, M. H. O papel da mídia e da academia na busca de um corpo padrão a mulher. **Núcleo de Pesquisa de Atividade Física e Saúde da UFSC**, setembro de 2010.

MORAES E SILVA, M.; FONTOURA, M. P. Educação do corpo feminino: um estudo na Revista Brasileira de Educação Física (1944-1950). **Rev. Bras. Edu. Fís. Esporte**, São Paulo, v.25, n.2, p.263-75, abr/jun. 2011.

MORGADO, F. F. R. et al. Análise dos instrumentos de avaliação da imagem corporal. **Fit Perf J.** 2009 mai-jun;8(3):204-11.

OLIVEIRA, F. P. et al. Comportamento alimentar e imagem corporal em atletas. **Rev Bras Med Esporte.** Vol. 9, Nº 6 – Nov/Dez, 2003.

PETROSKI, E. L.; PELEGRINI, A.; GLANER, M. F. Insatisfação corporal em adolescentes rurais e urbanos. **Motricidade**, 2009, 5(4), 13-25.

RIBEIRO, P. C. P.; OLIVEIRA, P. B. R. Culto ao corpo: beleza ou doença? **Adolesc. Saúde**, Rio de Janeiro, v.8, n.3, p.63-69, Jul/set. 2011.

RUSSO, R. Imagem corporal: construção através da cultura do belo. **Movimento & Percepção**, Espírito Santo de Pinhal, SP, v.5, Jan/Jun, 2005.

SCHERER, F. C. et al. Imagem corporal em adolescentes: associação com a maturação sexual e sintomas de transtornos alimentares. **J Bras Psiquiatr.** 2010; 59(3): 198-202.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **einstein.** 2010; 8(1 Pt 1):102-6.

TAVARES, M. C. G. C. F.; et al. Avaliação perceptiva da imagem corporal: história, reconceituação e perspectivas para o Brasil. **Psicologia em Estudo**, vol. 15, n. 3, setembro, 2010, pp. 509-518.

TEIXEIRA, P. C. et al. A prática de exercícios físicos em pacientes com transtornos alimentares. **Rev Psiq Clín.** 2009; 36(4): 145-52.

TIMERMAN, F.; SCAGLIUSI, F. B.; CORDÁS, T. A. Acompanhamento da evolução dos distúrbios de imagem corporal em pacientes com bulimia nervosa, ao longo do tratamento multiprofissional. **Rev Psiq Clín.** 2010; 37(3):113-7

VIEIRA, J. L. L; ROCHA, P. G. M; FERRAREZZI, R. A. A dependência pela prática de exercícios físicos e o uso de recursos ergogênicos. **Maringá**, v.32, n.1, p. 35-41, 2010.

VITOLO, M. R.; BORTOLINI, G. A.; HORTA, R. L. Prevalência de compulsão alimentar entre universitárias de diferentes áreas de estudo. **Rev Psiquiatr RS.** jan/abr 2006; 28(1): 20-26.