



**CENTRO UNIVERSITÁRIO GOYAZES – UNIGOYAZES
CURSO DE NUTRIÇÃO**

**DESAFIOS DA ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO EM ADOLESCENTES
COM ANOREXIA: revisão da literatura**

**Geovanna Rodrigues de Aguiar
Julia Karolinne Cardoso Feliciano**

Orientador(a): Prof(a). Ma. Larissa de Farias Alves

**Trindade - GO
2025**

**CENTRO UNIVERSITÁRIO GOYAZES – UNIGOYAZES
CURSO DE NUTRIÇÃO**

**DESAFIOS DA ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO EM ADOLESCENTES
COM ANOREXIA: revisão da literatura
Geovanna Rodrigues de Aguiar
Julia Karolinne Cardoso Feliciano**

Projeto de pesquisa
apresentado ao Centro
Universitário Goyazes

como requisito parcial à
obtenção do título de
Bacharel em Nutrição.

Orientadora: Profa. Ma. Larissa de Farias Alves

**Trindade – GO
2025**

**Geovanna Rodrigues de Aguiar
Julia Karolinne Cardoso Feliciano**

**DESAFIOS DA ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO EM ADOLESCENTES
COM ANOREXIA: revisão da literatura**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Centro Universitário
Goyazes – UniGoyazes como requisito
parcial à obtenção do título de Bacharel
em Nutrição.

Prof. Ma. Larissa de Farias Alves
Centro Universitário Goyazes – UniGoyazes

Prof. Ma. Jaqueline Nascimento de Assis
Centro Universitário Goyazes – UniGoyazes
Prof. externo: Me. Marcos Vinícius Alves dos Santos
Universidade de Rio Verde – UniRV

Trindade – GO
04/12/2025

**DESAFIOS DA ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO EM ADOLESCENTES
COM ANOREXIA: revisão da literatura**

RESUMO

INTRODUÇÃO: Em indivíduos de 10 a 19 anos, padrões estéticos impostos pela mídia e sociedade influenciam diretamente os hábitos alimentares. Esses padrões podem favorecer o desenvolvimento de transtornos alimentares, como a anorexia nervosa, que compromete a saúde e provoca deficiências nutricionais. **OBJETIVO:** Analisar os riscos e distúrbios que a anorexia nervosa pode causar nos padrões alimentares de adolescentes. **METODOLOGIA:** Foi realizada uma revisão integrativa de estudos quantitativos e qualitativos dos últimos 5 anos nas bases PubMed e SciELO, aplicando filtros de idioma (português e inglês), ano de publicação (2020–2024) e apenas artigos originais. Foram excluídas revisões e estudos fora do tema. **RESULTADOS:** Analisando 31 artigos nota-se que a alimentação e nutrição de adolescentes com anorexia tem sim seus desafios, já que é uma doença que interfere no comportamento alimentar. Nota-se que a maioria dos casos de anorexia nervosa são em adolescentes do sexo feminino com a idade entre 10 a 19 anos. Foi observado que na maioria dos casos tem a influência da mídia, que por sua vez faz as pessoas acreditarem em um padrão estético. Com isso, podemos dizer que os adolescentes precisam de um plano alimentar adequado para que assim tenha acesso a uma boa alimentação e receba todos os nutrientes necessários, sem dificuldades e com ótimos resultados. **CONCLUSÃO:** A nutrição é uma das principais aliadas no tratamento de Transtornos Alimentares, já que a Anorexia Nervosa tem como característica principal a restrição alimentar exagerada. Conclui-se que esses pacientes têm deficiências de vitaminas e minerais, distúrbios metabólicos e emocionais, baixo peso corporal e um comportamento alimentar prejudicado. O tratamento multiprofissional nesses casos é indispensável, já que se trata de uma doença com grande risco.

Palavras-chave: Adolescentes; Anorexia Nervosa; Padrão Alimentar; Transtornos Alimentares.

ABSTRACT

INTRODUCTION: In individuals aged 10 to 19, aesthetic standards imposed by the media and society directly influence eating habits. These standards can favor the development of eating disorders, such as anorexia nervosa, which compromises health and causes nutritional deficiencies. **OBJECTIVE:** To analyze the risks and disturbances that anorexia nervosa can cause in the eating patterns of adolescents. **METHODOLOGY:** An integrative review of quantitative and qualitative studies from the last 5 years was conducted in the PubMed and SciELO databases, applying

¹Discentes do curso de Nutrição do Centro Universitário Goyazes

²Orientadora. Docente do Centro Universitário Goyazes

filters for language (Portuguese and English), year of publication (2020–2024), and only original articles. Reviews and studies outside the topic will be excluded. **RESULTS:** The diet and nutrition of adolescents with anorexia certainly presents challenges, as it is a disease that affects eating behavior. It is noted that most cases of anorexia nervosa occur in female adolescents between the ages of 10 and 19. It was observed that in most cases, the media influences people, which in turn leads them to believe in certain aesthetic standards. Therefore, we can say that adolescents need an appropriate eating plan to ensure they have access to good nutrition and receive all the necessary nutrients, without difficulties and with excellent results. **CONCLUSION:** Nutrition is a key ally in the treatment of eating disorders, as the main characteristic of anorexia nervosa is excessive dietary restriction. It can be concluded that these patients have vitamin and mineral deficiencies, metabolic and emotional disorders, low body weight, and impaired eating behavior. Multidisciplinary treatment in these cases is essential, as this is a high-risk disease.

Keywords: Adolescents; Anorexia Nervosa; Eating Pattern; Eating Disorders.

INTRODUÇÃO

Nos últimos anos a preocupação com o corpo tem tomado conta dos adolescentes. Por conta disso, os casos de Transtornos Alimentares (TA) na adolescência estão em ascensão, se tratando de situações comportamentais que afetam negativamente o consumo de alimentos (PASTORE, et al., 2023). Esse transtorno se trata de uma relação desequilibrada com a comida, peso corporal e imagem física (DIAS et al., 2023). Além de afetar o hábito alimentar, prejudica também a saúde física e mental do indivíduo (WILLIAMS, et al., 2020).

A Anorexia Nervosa é considerada um transtorno que compromete a alimentação por estar relacionado à distorção de imagem, onde o paciente desenvolve um o receio de engordar, fazendo assim com que crie restrições alimentares severas para ter uma perda de peso evidente em um curto período (PEREIRA, et al., 2022). Essa perda de peso rápida e em excesso feita de forma errônea pode levar a diversas questões negativas em relação à saúde, como alterações endócrinas e distúrbios metabólicos, além da desnutrição que será evidente no físico do indivíduo (AUGER, et al., 2021). Trata-se de um transtorno mental onde o adolescente tem dificuldade de aceitação do seu físico e assim encontra saída na Anorexia uma saída para solucionar seu incômodo (PEREIRA, et al., 2023).

A maioria dos casos de anorexia tem sido em adolescentes do sexo feminino entre 10 a 19 anos, faixa etária classificada pela Organização Mundial da Saúde. Essa fase de mudança corporal induz a preocupação com a estética e pode causar distorção de imagem (OLIVEIRA, et al., 2024). Nessa idade o comportamento alimentar tem sido pouco valorizado, com a onda de alimentos industrializados, processados e ultraprocessados têm se tornado cada vez mais difícil induzir o consumo de alimentos com um bom teor nutricional (MANOCHIO, et al., 2020). O aumento desses casos tem relação com a necessidade de se encaixar nos padrões impostos pela mídia nos dias atuais.

Em um estudo realizado com 88 pré-adolescentes, adolescentes e jovens adultos, com o intuito de compreender a relação entre nutrição e autoimagem nesse público, dos 88 participantes dos estudos 64% eram mulheres, apenas 4% relataram diagnóstico de bulimia e 1% relataram diagnóstico de anorexia, porém 78% não se sentiam dentro do padrão imposto pelas redes sociais (FERREIRA, et al., 2021).

A adolescência é a fase onde se tem diversas interações, seja elas em casa com a família, na escola com os amigos ou na mídia, onde se tem acesso a muitas pessoas. Esses são alguns fatores socioculturais que podem influenciar em como esse adolescente se idealiza, podendo causar a distorção de imagem, que se trata de um transtorno onde a pessoa não consegue ter consciência da sua real imagem física, levando a ter transtornos mais graves com a Anorexia Nervosa (DIAS, et al. 2023).

Em indivíduos anoréxicos a Terapia Nutricional é uma grande aliada no tratamento. Além da terapia comportamental, o paciente precisa de uma equipe multidisciplinar e aconselhamento nutricional para compreensão do problema e para desmistificar informações erradas. Sendo que o indivíduo poderá realizar gradativamente hábitos alimentares saudáveis (OLIVEIRA, 2024). Esse estudo consiste em fazer um levantamento de quais são os riscos e o estado nutricional em adolescentes de 10 a 19 anos com anorexia. Atualmente, é de grande relevância estudos sobre Transtornos Alimentares pois este diagnóstico tem se tornado cada vez mais frequente. Mesmo sendo algo com grande evidência, o número de estudos publicados sobre esse tema ainda está escasso tendo em vista o aumento de casos atualmente.

METODOLOGIA

Este estudo trata-se de uma revisão integrativa da literatura, um método que consiste em realizar um levantamento bibliográfico, que contém seis fases no processo de elaboração (SOUZA; et al., 2010), tais como a coleta de dados e a análise crítica de publicações científicas relacionadas aos desafios alimentares e nutricionais em adolescentes com anorexia nervosa.

O objetivo principal foi identificar o que a anorexia nervosa pode causar na saúde dos adolescentes. A estratégia de busca foi organizada com o uso de operadores booleanos, utilizando os descritores: “Anorexia”; “Anorexia Nervosa” e “Nutrição do adolescente”. A base de dados consultados foram: PubMed, Scielo, Web of Science e Google Acadêmico. Os critérios de inclusão tiveram artigos

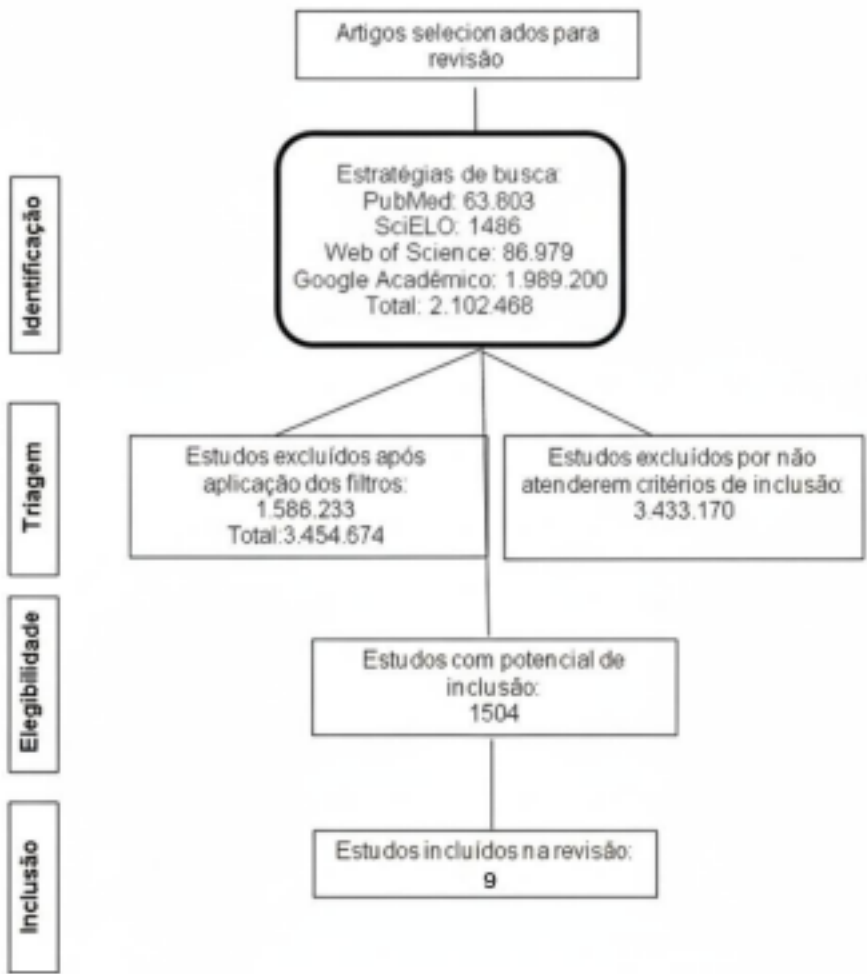
publicados entre 2020 e 2025, redigidos em português ou inglês. Foram excluídos os estudos que: a amostra era composta por adultos; não mencionava transtornos

nutricionais; foram publicados antes de 2020; artigos duplicados. A extração dos dados foi feita por meio dos seguintes critérios: ano de publicação, país de origem, tamanho da amostra e principais achados. A presente revisão teve como base a seguinte pergunta: “Quais são os riscos e o estado nutricional em adolescentes de 10 a 19 anos com anorexia?”.

As buscas nas bases PubMed, SciELO, Web of Science e Google Acadêmico foram feitas utilizando os descritores “Anorexia”, “Anorexia Nervosa” e “Nutrição do Adolescente”. Após a aplicação dos filtros, foram encontrados, ao todo, 154.738 artigos (12.732 artigos na Pubmed, 128.500 em Google Acadêmico, 185 em Scielo e 13.321 em Web of Science). Estes resultados foram triados por título, resumo e leitura completa.

Ao final do processo de seleção, 9 artigos foram incluídos na revisão por atenderem integralmente aos critérios definidos, compondo o *corpus* da análise, sendo ela realizada através de uma leitura minuciosa de cada artigo, prezando que estivesse com o tema proposto na pesquisa, organizando em impactos psicológicos e nutricionais. Para melhor visualização do processo de seleção, foi feita a apresentação dos resultados em fluxograma de forma a sintetizar o percurso entre o número inicial de artigos identificados, os excluídos em cada etapa e os estudos efetivamente analisados.

Figura 1: Fluxograma de processo de seleção de artigos



Fonte: Elaboração própria (2025), adaptado do modelo PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses).

RESULTADOS

Após o processo de seleção foram incluídos os 9 artigos presentes nesta revisão integrativa da literatura. Dentre os estudos foram selecionados trabalhos de revisões bibliográficas, estudos qualitativos, de escopo e transversais. A maioria dos trabalhos constituíram-se de revisões bibliográficas (n=8), seguidos de estudos transversais = (n=3) e estudo qualitativo (n=1). A faixa etária da população foi entre 10 a 19 anos, conforme classificação da WHO (2022). Observou-se predominância de estudos voltados para o gênero feminino (n=9).

Os achados apontaram fatores de risco para o desenvolvimento da Anorexia Nervosa para a população adolescente como influência de redes sociais e busca por padrões estéticos (n=7), fatores psicológicos (n=6), influência familiar (n=3), e o impacto da pandemia de COVID-19 nos agravos da doença(n=2).

Referente às complicações clínicas e metabólicas as pesquisas documentaram complicações e alterações fisiológicas (n=7), comportamento alimentar disfuncional, aversões e restrições (n=10), aumento do risco de mortalidade (n=3), carências nutricionais (n=6) e Síndrome de Realimentação (n=2). A respeito das estratégias de tratamento foram encontrados achados sobre a utilização da Terapia nutricional comportamental (n=7), acompanhamento com equipe multidisciplinar (n=10), terapia cognitivo comportamental (n=3) e hospitalização como terapia intensiva (n=4)

O resultado da análise será apresentado em forma de tabela para melhor visualização.

Tabela 1: Síntese dos artigos referente à relação entre os desafios da alimentação e nutrição em adolescentes com anorexia

TÍTULO DO ARTIGO	AUTOR (Ano)	OBJETIVO	METODOLOGIA	IMPACTO (PSICOLÓGICO, NUTRICIONAL OU SOCIAL)	RESULTADOS
Alarming Increase of Eating Disorders in Children and Adolescents	PASTORE, et al., 2023	Identificar o motivo dos aumentos de casos de Transtornos Alimentares nos últimos anos.	Uma revisão bibliográfica com pesquisas realizadas em: Pubmed e Google Scholar.	Observa-se que na pandemia a sensação de isolamento e a mudança da rotina fez com que os adolescentes ficassem estressados e com a ansiedade aflorada aumentasse assim os casos de anorexia. Essa condição afeta a alimentação fazendo com que esses adolescentes fiquem desnutridos.	O estudo mostra que deve-se tratar essa condição o quanto antes possível, para evitar de agravar o caso e gerar a desnutrição grave. Mostra que depois de situações de grande impacto social é importante ficar atento para evitar esses transtornos, pela fragilidade psicológica causada.
Prevalência e fatores associados aos sintomas de transtorno alimentar em adolescentes: um estudo transversal de base escolar.	DIAS et al., 2023	Estimar a prevalência de transtornos alimentares em adolescentes de 14 a 17 anos.	Um estudo transversal de base escolar. Pesquisa realizada em PubMed.	O estudo mostra que a maioria dos casos são em mulheres, mostra também a influência materna, destaca a importância de ficar atento aos sinais para evitar o agravamento, como a insatisfação com o corpo e a falta de	Nota-se que a prevalência é em mulheres, os resultados mostram que 56,9% dos adolescentes demonstraram sinais de transtornos alimentares. Comprova-se também que a influência materna influencia muito, como a

				vontade de comer.	escolaridade e a insatisfação com o corpo.
Anorexia: uma revisão bibliográfica sobre as experiências de jovens em tratamento o hospitalar.	WILLIA MS, et. al., 2020	Oferecer aos enfermeiros pediátricos como eles podem apoiar esses adolescentes da forma ideal.	Revisão bibliográfica, postado em: College off Arts and Sciences.	Percebe-se a importância de ouvir os jovens, compreender suas experiências, além de atender suas necessidades de saúde física.	Comprova-se que os adolescentes estão cada dia com os pensamentos mais conflitantes em relação ao tratamento da anorexia, fazendo com que não procure ajuda e cheguem em um estágio avançado da doença.
Restrained eating behaviour anorexia nervosa and food consumption between children and adolescents a scoping review	PEREIRA, et al., 2021	Descrever as evidências existentes entre AN, comportamento alimentar restritivo e consumo alimentar.	Uma revisão de escopo. Realizada no PubMed.	Recomenda-se que a avaliação do consumo alimentar seja criteriosa para desenvolver estratégias eficazes de prevenção do desenvolvimento AN/CRE.	O estudo mostra que adolescentes com esse quadro têm tendência a diminuir o consumo de conteúdo energético e gorduras; além de aumentar o consumo de cafeína e fibras. Notório a necessidade de

melhorar a qualidade da dietas nesses casos.

A anorexia nervosa aumenta o risco de mortalidade e a longo prazo entre as mulheres.	AUGER, et al., 2021	Descobrir as causas da morte em pacientes com anorexia e qual a taxa de mortalidade desses pacientes.	Uma revisão bibliográfica com pesquisas realizadas em: Pubmed e Google Scholar.	Com o risco de mortalidade, é importante a intervenção precoce para tratar a Anorexia Nervosa. Além de que essas mortalidades foram associadas a diabetes, pneumonia e suicídio. Além de casos de suicídio.	Pode se observar pelo estudo que a anorexia nervosa está relacionada a morte por suicídio, diabetes, pneumonia e suicídio. Justifica se que por conta da fragilidade da saúde física e mental.
--	---------------------	---	---	---	--

O Transtorno Alimentar e seus fatores nas adolescentes	PEREIRA, et al., 2023	Identificar os fatores sociais, psicológicos e familiares que possam contribuir com o transtorno de compulsão alimentar.	Pesquisa de revisão narrativa	Conclui-se que o transtorno alimentar pode causar alterações clínicas e emocionais, além das sociais. Mostra também que pacientes com transtornos alimentares têm tendência ao suicídio.	O estudo comprova que a adolescência é a fase mais vulnerável a esse transtorno, por ter muitas mudanças emocionais, sociais e físicas; onde ocorre de se sentirem insatisfeitas com o corpo..
Transtornos Alimentares em adolescentes e possível associações com o risco de suicídio e sintomas depressivos: uma revisão integrativa	OLIVEIRA, et al., 2024	Entender se existe uma associação entre a temática (risco de suicídio e sintomas depressivos com transtornos alimentares).	Uma revisão integrativa: Biblioteca virtual em Saúde	Fica demonstrado que sintomas depressivos e suicidas estão ligados a transtornos alimentares, por aflorar questões psicológicas que a deixam fragilizada.	O estudo foi comprovado, assim, uma associação entre riscos de suicídio e sintomas depressivos com transtornos alimentares. Com isso, o estudo mostra a necessidade de acompanhamento para tratar a Anorexia.
Significados atribuídos ao alimento por pacientes com Anorexia Nervosa e por mulheres jovens eutróficas.	MANOCHI O, et al., 2020	Identificar os significados de alimento para pacientes com Anorexia Nervosa e para jovens eutróficos sem sinais de Transtornos Alimentares.	Um estudo qualitativo comparativo e transversal, com público adolescente. Pesquisa encontrada em Scielo Brasil.	A maneira no qual a pessoa visualiza e se sente com o alimento, vem um pouco do sentimento de prazer ou do sentido de sobrevivência, onde só consome por necessidade, sem vontade.	O estudo chega ao resultado de que pacientes com Anorexia Nervosa não têm o alimento como algo relacionado à sobrevivência, estilo de vida e alegria, está relacionado à calorias.
Relação entre nutrição e transtornos de autoimagem em adolescentes.	FERREIRA et al., 2021	Buscar formas de melhorar a relação dos adolescentes com o alimento.	Trata-se de um estudo prospectivo realizado com 88 adolescentes. Revista saúde em foco, edição nº 13	Nota-se que com as redes sociais a maioria dos adolescentes desenvolvem transtornos de autoimagem, fazendo com que tenham problemas com a saúde física e psicológica.	Observa-se que o risco de transtornos alimentares está em todas as escolas, com a relação de que a escola é um ambiente de muitos contatos e críticas, afetando o

psicológico e a autoestima.

Fonte: elaboração própria, a partir dos artigos incluídos na revisão (2025).

DISCUSSÃO

A presente seção deste trabalho evidencia os riscos e os distúrbios causados no comportamento alimentar de adolescentes com Anorexia Nervosa (AN). A AN é uma patologia complexa e multifatorial. Sendo assim, para facilitar a compreensão dos achados, a discussão foi organizada em três eixos temáticos: (1) fatores socioculturais e comportamentais; (2) aspectos clínicos e nutricionais; e (3) tratamento clínico e manejo multiprofissional.

1. Fatores Socioculturais e Comportamentais

Os Transtornos Alimentares são classificados como uma das condições psiquiátricas relatadas na versão atual do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5) (CORDÁZ, 2004). Durante o processo da pesquisa científica que embasou esta revisão bibliográfica, tornou-se evidente que os danos causados pela Anorexia Nervosa (AN) se estendem para além dos prejuízos à saúde mental e física, causando agravos biológicos, psicológicos e socioculturais.

Na sociedade contemporânea, é comum que os adolescentes estejam sempre conectados às mídias sociais. Levando em consideração a associação feita por eles entre imagem, popularidade, beleza e realização, torna-se preocupante o uso excessivo das redes sociais, a pressão dos meios de comunicação e a hipersexualização de corpos ditos “ideais”. Todos esses aspectos, somados a uma série de fatores inerentes à puberdade, afetam diretamente a autoestima, os relacionamentos e a socialização dos adolescentes (PEREIRA, 2022; MUÑOZ et al., 2002).

Embora a AN seja uma condição psiquiátrica de caráter multifatorial, o desejo exacerbado pela magreza por parte de adolescentes do sexo feminino pode estar relacionado, em grande parte dos casos, à busca simbólica do padrão daquilo que socialmente se convencionou chamar “mulheres sexualmente atrativas” (DUNKER e PHILLIPI, 2003). Esse fator, em específico, demonstra o impacto negativo que a hipersexualização precoce, exagerada e nociva, imposta midiaticamente, causa em meninas.

Embora a prevalência de transtornos alimentares não seja algo recente, nos

últimos anos houve um crescimento acentuado nos casos de TA. Tal crise pode ser um reflexo do impacto na saúde mental causado pela pandemia mundial de Covid 19. Infere-se, então, que após graves períodos de crises globais, faz-se necessário voltar a atenção a esse tipo de condição em busca de prevenção e redução de agravos (PASTORE, 2023; HERPERTZ-DAHLMANN, 2021).

Ao comparar os resultados encontrados com estudos anteriores, nota-se que Pastore et al. (2023), associou o aumento expressivo de transtornos alimentares em adolescentes após o período da pandemia de COVID-19, em função do isolamento social, ansiedade e maior exposição às mídias digitais. Da mesma forma, Schlissel et al. (2023) observaram que a pandemia contribuiu para o agravamento de sintomas restritivos e distorções de imagem. Esses achados atualizam e ampliam as observações de Williams et al. (2020), que já apontavam a necessidade de suporte emocional e escuta ativa para jovens em tratamento de anorexia, mas sem considerar o contexto pandêmico, que se mostrou um fator de risco adicional.

2 Aspectos Clínicos e Nutricionais

O aumento no interesse em discussões relacionadas aos Transtornos Alimentares (TA) nas últimas décadas contribuiu para a evolução dos critérios diagnósticos. Embora já descrita desde o século XIX, a Anorexia Nervosa (AN) passou a ser devidamente classificada e parametrizada em meados dos anos de 1970, sendo estabelecida em dois subtipos clínicos na literatura: o restritivo e o purgativo. No entanto, existe um questionamento se essa divisão não se trata de estágios evolutivos distintos da doença (CÓRDAZ, 2004).

De acordo com Córdoba (2004), O diagnóstico de AN era realizado a partir dos critérios estabelecidos pela American Psychiatric Association (APA) e descritos no DSM-5, o autor apresentou achados que questionavam a presença de amenorreia como um dos critérios para o diagnóstico de AN. Tais questionamentos foram validados ao longo dos anos, tornando o diagnóstico mais inclusivo para homens, mulheres menopausadas, na pré-puberdade ou em uso de contraceptivos que

suprimem a menstruação. Atualmente, esse critério foi retirado, restando apenas três: (1) Restrição da ingestão calórica; (2) Medo intenso de ganhar peso; (3) Alteração na percepção do peso.

A gravidade da Anorexia Nervosa manifesta-se diretamente em notáveis consequências clínicas e nutricionais decorrentes da restrição alimentar e dos comportamentos compensatórios. Os comportamentos alimentares referem-se a práticas que envolvem tudo sobre o alimento, desde a escolha, modo de preparo, utensílios, e diversas outras variáveis. No entanto, nos casos de AN, o que se percebe é comportamento alimentar clássico que envolve restrições alimentares graves, acompanhadas de disfunções e distorções, frequentes, progressivas, e acompanhadas de situações que envolvem episódios de compulsão alimentar, causando comprometimento à saúde do paciente (ALVARENGA & LARINO, 2002; MANOCHIO, 2020).

Sob o ponto de vista clínico e nutricional, os estudos analisados enfatizam a gravidade das complicações metabólicas e psicológicas relacionadas à anorexia nervosa. Auger et al. (2021) identificaram aumento da mortalidade em decorrência de complicações sistêmicas, como diabetes e pneumonia, o que reforça a importância de intervenções precoces.

Em relação ao comportamento alimentar, os resultados obtidos nesta revisão estão em consonância com Pereira et al. (2022), que destacam a importância de uma avaliação criteriosa do consumo alimentar para evitar padrões restritivos. Entretanto, observa-se divergência metodológica entre os estudos, uma vez que a maior parte das pesquisas recentes é de natureza observacional e qualitativa, com amostras reduzidas, o que limita a generalização dos resultados. Ainda assim, Manochio et al. (2020) reforçam que adolescentes com anorexia não associam o alimento a prazer ou sobrevivência, mas sim a um objeto de culpa e controle, demonstrando o impacto psicológico da doença sobre o comportamento alimentar.

Pereira (2022) aponta a restrição alimentar persistente em adolescentes com AN como um mecanismo psicológico de controle de peso, um dos sintomas do Comportamento Alimentar Restritivo (CAR). Para o autor, essa estratégia é utilizada pois para esses indivíduos o hábito alimentar está exclusivamente ligado ao peso,

deixando de lado todo aspecto emocional, psicológico, cultural e social da alimentação. Torna-se comum ao indivíduo hábitos como jejuns, dietas restritivas e exclusão de determinadas refeições ao longo do dia. Em situações ainda mais críticas, o adolescente pode recorrer ao uso de laxantes e à auto-indução de vômito.

Em contrapartida, Dalle Grave (2023) relaciona tais sintomas característicos de Transtornos Alimentares a fatores psicossociais e socioeconômicos, relacionados à baixa autoestima, insatisfação com o próprio corpo, gênero, condições psicológicas, escolaridade e condições de renda. Tal perspectiva faz sentido, afinal, a sintomatologia da Anorexia Nervosa aponta para a complexidade da doença e sua multifatorialidade. Para Cordáz (2004), a restrição alimentar trata-se da principal característica da doença.

Outra característica comum ao CAR é a aversão a alimentos específicos, geralmente os mais calóricos, como doces e gorduras. Os carboidratos, como pães, arroz e batata, também costumam ser rejeitados pelos adolescentes (DUNKER & PHILIPPI, 2003). É comum que jovens com AN considerem ter grande conhecimento em relação à alimentação; no entanto, o que eles sabem são informações relacionadas ao conteúdo calórico de alimentos e dietas de emagrecimento (ALVARENGA & LARINO, 2002).

Outro achado importante que evidencia o risco e a gravidade da doença é descrito por Mereu et al. (2022). De acordo com o autor, a taxa de mortalidade entre pacientes com AN é de 5 a 10 vezes maior do que a população geral, e uma das principais causas é o suicídio. Podendo apresentar características clínicas como ideias suicidas, tentativas e automutilação. Para Williams (2020), um dos motivos que torna a AN uma condição difícil de ser tratada é o fato de que embora haja urgência no tratamento dos sintomas físicos, é imprescindível e igualmente importante o amparo das questões emocionais e psicológicas dos adolescentes.

Pacientes com essas manifestações clínicas tendem a apresentar maior gravidade dos sintomas psiquiátricos da Anorexia Nervosa e Depressão (MEREU et al, 2022; OLIVEIRA, 2024). Tais considerações nos levam à constatação de que os transtornos no comportamento alimentar podem ser sintomas de psicopatologias graves e ainda mais complexas do que se tem conhecimento. Outro dado alarmante

é o fato de que, entre os transtornos psiquiátricos, a AN tem a maior taxa de mortalidade entre mulheres jovens (AUGER, 2021).

Neale e Hudson (2020) descrevem os riscos da doença como rápidos, agudos

e significativos. Sendo assim, recomendam que a história clínica do paciente seja feita de maneira precisa e abrangente, com perguntas que permitam traçar um panorama completo de sintomas, comportamentos, hábitos, desconfortos físicos e psicológicos.

De acordo com Cass et al. (2020), a AN é uma doença mental com inúmeras complicações clínicas paralelas, como ansiedade, depressão e abuso de substâncias ilícitas. Adicionalmente, a AN pode resultar em complicações médicas que afligem diversos sistemas corporais, como o sistema metabólico, ou cardio pulmonar, endócrino, gastrointestinal, neurológico e hematológico (ASSUMPÇÃO, 2002).

Outras complicações importantes são a desnutrição grave e a alteração das funções orgânicas (OLIVEIRA, 2024). Também são observadas alterações físicas e funcionais no organismo de pacientes com transtornos alimentares. Durante o exame clínico, a indicação é que sejam observados sinais de palidez, desidratação, saúde bucal e a presença de pelos classificados como lanugo (NEALE & HUDSON, 2020; ASSUMPÇÃO, 2002).

A Síndrome de Realimentação (SR) é uma das complicações metabólicas na AN, podendo gerar risco iminente à vida. Incluem-se à SR: rabdomiólise, insuficiência cardiorrespiratória, hemólise e convulsões. Observa-se também alterações hidroeletrólíticas, e distúrbios minerais e ósseos importantes durante os episódios da SR. Além disso, destaca-se o baixo IMC como principal fator de risco para a SR (CASS et al., 2020; MUNÖZ, 2002; ASSUMPÇÃO, 2002).

Para Parpia et al. (2023), a detecção e o tratamento precoce são fundamentais para um melhor prognóstico da doença, pois garantem um tratamento realizado por equipe multidisciplinar e, conseqüentemente, um monitoramento mais eficaz da doença. Outro ponto levantado pelos autores é a importância do tratamento das comorbidades apresentadas. Vale acentuar que essa condição pode ser eventualmente fatal, além de ser uma das principais causas de mortalidade de pacientes com AN (NEALE & HUDSON, 2020).

3 Tratamento E Manejo Multiprofissional

Diante da complexidade e gravidade dos aspectos clínicos e comportamentais, o tratamento da Anorexia Nervosa exige uma abordagem especializada e multidisciplinar. O Tratamento Intensivo (TI) de pacientes com Anorexia Nervosa é uma das estratégias que buscam melhorar os resultados prognósticos de médio a longo prazo. No entanto, Herpertz-Dahlmann (2021) aponta a falta de consenso entre os diversos sistemas de saúde no que tange o tratamento de pacientes, ocasionando variações nos protocolos terapêuticos.

A hospitalização faz parte de uma das estratégias de TI, acompanhada da realimentação, acompanhamento psicoterapêutico, entre outros. Embora não seja indicada para todo paciente, a hospitalização e o acompanhamento por equipe multidisciplinar tornam-se úteis na diminuição da cronicidade da doença (HERPERTZ-DAHLMANN, 2021). Em contrapartida, Wasniewska (2022) aponta que grande parte dos pacientes submetidos a esse tipo de intervenção acaba recaindo após a alta.

O objetivo da Terapia Nutricional é a reabilitação do paciente, de modo que o estado nutricional e físico receba o aporte necessário para se recuperar. A recuperação compreende não só a recuperação do peso, mas também do comportamento alimentar, emocional e psicológico. Para que o objetivo seja alcançado, é necessária a participação do Nutricionista como profissional apto à prescrição de uma dieta balanceada que atenda às necessidades nutricionais do paciente (ALVARENGA & LARINO, 2002).

Adicionalmente, Alvarenga (2025) enfatiza a importância da constante atualização dos nutricionistas e demais profissionais da equipe multidisciplinar em relação a aspectos relacionados à saúde mental, efeitos de medicamentos e outros fatores correlatos que podem influenciar o diagnóstico, tratamento e prognóstico da doença.

O aumento no interesse em discussões relacionadas aos Transtornos Alimentares (TA) nas últimas décadas contribuiu para a evolução dos critérios

diagnósticos. Embora já descrita desde o século XIX, a Anorexia Nervosa (AN) passou a ser devidamente classificada e parametrizada em meados dos anos de 1970, sendo estabelecida em dois subtipos clínicos na literatura: o restritivo e o purgativo. No entanto, existe um questionamento se essa divisão não se trata de estágios evolutivos distintos da doença (CÓRDÁZ, 2004).

O diagnóstico de AN é feito a partir dos critérios estabelecidos pela American Psychiatric Association (APA) e descritos no DSM-5-TR. Córdoba (2004) apresentou achados que questionavam a presença de amenorreia como um dos critérios para o diagnóstico de AN. Tais questionamentos foram validados ao longo dos anos, tornando o diagnóstico mais inclusivo para homens, mulheres menopausadas, na pré-puberdade ou em uso de contraceptivos que suprimem a menstruação. Atualmente, esse critério foi retirado, restando apenas três: (1) Restrição da ingestão calórica; (2) Medo intenso de ganhar peso; (3) Alteração na percepção do peso.

CONCLUSÃO

A presente Revisão Integrativa da Literatura analisou os riscos e distúrbios que a Anorexia Nervosa pode causar no comportamento alimentar dos adolescentes. A partir da pesquisa tornou-se ainda mais evidente os danos nutricionais, além dos demais agravos à saúde física e psicológica. Foram encontrados ao longo da pesquisa artigos que apontaram a complexidade da doença e os riscos iminentes ao paciente.

A partir da observação da influência das redes sociais na busca pelo corpo ideal e por padrões estéticos, ressaltamos a importância do acompanhamento multiprofissional no tratamento dos jovens, envolvendo nutricionistas, psicólogos, médicos e familiares, por serem pacientes que têm uma fragilidade maior, já que afeta o psicológico. Sendo assim é de extrema importância que a abordagem seja feita com calma, procurando entender o adolescente. Na nutrição a melhor conduta é a comportamental, já que assim consegue mostrar a importância de se alimentar além de ensinar que comida vai além de calorias.

Embora extremamente relevantes, há uma limitação de estudos atuais e que abranjam enfermos do sexo masculino, predominando pesquisas sobre adolescentes do sexo feminino. Também há escassez de estudos que abranjam ainda mais possibilidades de intervenção, sugere-se que futuras pesquisas se aprofundem mais no desenvolvimento de programas educativos e preventivos. Além da criação de políticas públicas voltadas à promoção de uma relação saudável e consciente com a alimentação.

REFERÊNCIAS

- ALVARENGA, Marle; LARINO, Maria Aparecida. Terapia nutricional na anorexia e bulimia nervosa. *Revista Brasileira de Psiquiatria*. São Paulo: v. 24, p. 39-43. 2002.
- ASSUMPÇÃO, Carmen; CABRAL, Mônica. Complicações clínicas da anorexia nervosa e bulimia nervosa. *Revista Brasileira de Psiquiatria*. Rio de Janeiro, v. 24, supl. III, p. 29-33, 2002.
- AUGER, Nathalie; POTTER, Brian J. UKAH, Uhochinyerer Vivian; LOW, Nancy; ISRAEL, Mimi; STEIGER, Howard; HEALY-PROFITÓS, Jessica. PARADIS, Gilles. Anorexia nervosa and the long-term risk of mortality in women. *World Psychiatry*. [S.l], v. 20, 448-449, 2021.
- CASS, Kamila; MCGUIRE, Colleen; BJORK, Ida; SOBOTKA, Nicole; WALS, Kristiane; MEHLER, Philip. Medical Complications of Anorexia Nervosa. *Academy of Psychosomatic Medicine*. Washington, DC: v. 61, p. 625-631, 2020.
- CORDÁZ, Taki Athanássios. Transtornos alimentares: classificação e diagnóstico. *Archives of Clinical Psychiatry*. São Paulo, n. 31, p. 154 - 157, 2004.

- DALLE GRAVE, Riccardo et al. The impact of the COVID-19 pandemic on intensive cognitive behavioral therapy outcomes in patients with anorexia nervosa—A cohort study. **International Journal of Eating Disorders**, v. 56, n. 1, p. 216-224, 2023.
- DIAS R G, Rech RR, Halpern R. Prevalência e fatores associados aos sintomas de transtorno alimentar em adolescentes: um estudo transversal de base escolar. **Psiquiatria BMC**. Rio Grande do Sul, 23:393, p. 2 - 7, 2023.
- DUNKER, Karin Louise Lenz; PHILIPPI, Sonia Tucunduva. Hábitos e comportamentos alimentares de adolescentes com sintomas de anorexia nervosa. **Revista de Nutrição**. Campinas, v. 16, n. 1, p. 51-60, 2003.
- FERREIRA, Caroline Naira Mendes; TAMASIA. Gislene dos Anjos. Relação entre nutrição e transtornos de autoimagem em adolescentes. **Revista Saúde em Foco**. Rio de Janeiro: 13º ed, 329-340, 2021.
- HERPERTZ-DAHLMANN, Beate. Intensive treatments in adolescent anorexia nervosa. **Nutrients**. Basel: v. 13, n. 4, p. 1265, 2021.
- MANOCHIO, Marina; SANTOS, Manoel; VALDANHA-ORNELAS, Élide; SANTOS, José; DRESSLER, William; PESSA, Rosane. Significados atribuídos ao alimento por pacientes com anorexia nervosa e por mulheres jovens eutróficas. **Fractal: Revista de psicologia**, v. 32, n. 2, p. 120-131, 2020.
- MEREU, Alberta et al. Suicidality in adolescents with onset of anorexia nervosa. **Eating and weight disorders-studies on anorexia, bulimia and obesity**, v. 27, n.7, p. 2447-2457, 2022.
- MUNÓZ, M. T.; ARGENTE, J. Anorexia nervosa in female adolescents: endocrine and bone mineral density disturbances. **European Journal of Endocrinology**. Sevilla: v.147, n. 3, p. 275-286, 2002.
- NEALE, Josephine; HUDSON, Lee D. Anorexia nervosa in adolescents. **British Journal of Hospital Medicine**. Londres: v. 81, n.6, p. 1-8, 2020.
- OLIVEIRA, Maria Laiana; SILVA, Ianne; OLIVEIRA, Geice; MOREIRA - ARAÚJO, Regilda. **Transtornos Alimentares em adolescentes e possíveis associações com o risco de suicídio e sintomas depressivos: uma revisão integrativa**. Revista Contribuciones A LAS CIENCIAS SOCIALES. 10.55905/reconv.17, n. 12-018, 2024.
- PARPIA, Rabea; SPETTIGUE, Wendy; NORRIS, Mark L. Approach to anorexia nervosa and atypical anorexia nervosa in adolescents. **Canadian Family Physician**. Mississauga: v. 69, n. 6, p. 387-391, 2023.
- PASTORE, Maria; INDRIIO, Flávia; BALI, Donjeta; VURAL, Mehmet; GIARDINO, Ida; PETTOELLO-MANTOVANI, Massimo. Alarming Increase of Eating Disorders in Children and Adolescents. **The Journal of Pediatrics**. Associação Europeia de Pediatria, 113733, v. 263, p. 1 - 5, 2023.
- PEREIRA, Emile Miranda; SILVA, Karine Brito Beck; COSTA, Priscila Ribas de Farias; SILVA, Laís Eloy Machado; NEPOMUCENO, Carina Márcia Magalhães; SILVA, Helena Benes Matos; BELFORT, Érika Santos. CUNHA, Carla de Magalhães; SANTANA, Mônica Leila Portela. Restrained eating behaviour, anorexia nervosa and food consumption between children and adolescents: a scoping review. **The British Journal of Nutrition**. Cambridge, v. 128, p. 1565 - 1586, 2021.
- PEREIRA, Emile Miranda; SILVA, Karine Brito Beck; COSTA, Priscila Ribas de Farias; SILVA, Laís Eloy Machado; NEPOMUCENO, Carina Márcia Magalhães; SILVA, Helena Benes Matos; BELFORT, Érika Santos. CUNHA, Carla de Magalhães; SANTANA, Mônica Leila Portela. Restrained eating behaviour, anorexia nervosa and food consumption between children and adolescents: a scoping review. **The British Journal of Nutrition**. Cambridge, v. 128, p. 1565 - 1586, 2022.
- PEREIRA, Leticia; NUNES, Amanda; FREITAS, Francisca; LOBO, Rosimar. **O Transtorno Alimentar e seus fatores nas adolescentes**. Research, Society and Development, v. 12, n. 11, e75121143688, 2023.
- WASNIEWSKA, Małgorzata; POMI, Alessandra Li. Does anorexia nervosa with adolescent onset need long-term follow-up?. **Pediatric Endocrinology Diabetes and Metabolism**. Varsóvia: v. 28, n. 1, p. 1-3, 2022.

WILLIAMS, R.; SMITH, M.; WRIGTH, D. **Anorexia: uma revisão da literatura sobre as experiências de jovens com tratamento hospitalar.** PubMed, 33(2):10-17; National Library of Medicine, 2020.