



## **ANOREXIA NERVOSA:** a influência da mídia em adolescentes que buscam o corpo perfeito

Gleice Kelly Barros Teixeira<sup>1</sup>  
Frederico Witier Mazzonetto<sup>2</sup>  
Roberta Mara Cunha Gonçalves<sup>3</sup>  
Luciana Costa Diniz<sup>4</sup>

### **RESUMO**

A anorexia nervosa é um tipo de transtorno alimentar que leva a perda brusca de peso, acima do que é considerado saudável para a idade e altura. Pessoas com este quadro tem medo excessivo de ganhar peso, mesmo quando estão abaixo do peso normal, geralmente abusam de dietas, exercícios ou outros meios para emagrecer. Com a mídia evidenciando pessoas magras, com corpos bem definidos como padrão de beleza ideal, indivíduos que não se enquadram neste padrão poderá ser alvo de críticas. Para alcançar este padrão muitos recorrem a cirurgias plásticas e dietas restritas ao ponto de desenvolver transtornos alimentares graves. Os indivíduos mais comumente afetados e propensos a influencias midiáticas são os adolescentes.

**Palavras Chave:** Anorexia Nervosa. Influência da mídia. Adolescentes. Imagem Corporal.

### **INTRODUÇÃO**

A adolescência é marcada por grandes modificações físicas, psíquicas, comportamentais e sociais. É a transição entre a infância e a vida adulta, onde muitas características ou hábitos referentes ao estilo de vida do

---

<sup>1</sup> Discente da Faculdade Atenas;

<sup>2</sup> Professor da Faculdade Atenas;

<sup>3</sup> Professora da Faculdade Atenas;

<sup>4</sup> Professora da Faculdade Atenas.



adulto são adquiridos ou reforçados. É o momento onde apresentam aceleração na velocidade de crescimento da estatura e no ganho de peso; o que justifica o aumento das necessidades nutricionais nessa fase (VALENÇA; GERMANO, 2009).

O padrão de beleza imposto pela sociedade atual corresponde a um corpo com formas físicas bem definidas. Os padrões corporais e hábitos alimentares são ditados pela mídia, que influencia os valores e escolhas de crianças, adolescentes e adultos jovens (UZUNIAN; VITALLE 2015).

Todo adolescente tem em sua mente um corpo ideal, quanto mais este corpo se distanciar do real, maior será a possibilidade de negação, comprometendo sua autoestima. As adolescentes, quando estão abaixo do peso ideal ou até mesmo no peso adequado, costumam se sentir desproporcionais ou gordas, o que se denomina de distorção da imagem corporal (VALENÇA; GERMANO, 2009).

A anorexia nervosa (AN) é caracterizada por uma restrição alimentar intencional, a fim de obter grande perda de peso, mantendo o peso corporal em limites menores que o adequado para idade e altura. Além da restrição alimentar, estão presentes o medo de engordar, a preocupação excessiva com o peso e a forma do corpo e pela distorção da imagem corporal (GUIMARÃES et al, 2014).

Compete ao trabalho conjunto, terapeuta e família, desconstruir as histórias limitantes que a anorexia impõe, desenvolver a confiança para que possam compartilhar das crises que irão surgindo ao longo dos encontros e manter ativa a luta pela mudança (COBELO; SAIKALI; SCHOMER; 2009).

Por todos estes fatores expostos, o presente trabalho propôs descrever como os adolescentes podem ser influenciados pela mídia no desenvolvimento da anorexia nervosa, como esse distúrbio é influenciado pela mídia, a importância do apoio familiar e do profissional nutricionista para sua prevenção e controle.

## **METODOLOGIA DO ESTUDO**

A pesquisa realizada será uma revisão bibliográfica e segundo Gil (2010), o estudo é do tipo descritivo exploratório, com leitura em materiais



bibliográficos que tem por objetivo verificar a importância da obra consultada para pesquisa. Para a elaboração de tal pesquisa, serão utilizados livros do acervo da Faculdade Atenas e artigos que compõem instrumentos valiosos para pesquisadores da área da saúde. Os artigos serão pesquisados nos sites de busca científica *Scielo*, *Google Acadêmico*, *PubMed*, sendo utilizados os descritores anorexia nervosa, influência da mídia, adolescentes, imagem corporal.

## REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Os transtornos alimentares (TA) são síndromes comportamentais cujos critérios diagnósticos têm sido extensivamente estudados nos últimos 30 anos. Afetam principalmente mulheres jovens, com um domínio na média de relação homem-mulher de 1:10 na fase da adolescência provocando marcantes prejuízos biológicos, psicológicos e sociais. Retrata as maiores taxas de mortalidade entre os transtornos psiquiátricos (5 - 6% a cada década) (UZUNIAN; VITALLE, 2015).

A Anorexia Nervosa, foi descrita pela primeira vez em 1667, é uma doença que leva à desnutrição, com grande perda de peso e com grande desgaste físico e psicológico. Em decorrência de uma distorção da imagem corporal, os indivíduos com anorexia nervosa não se veem magros, sempre se percebem gordos, continuando a restringir suas refeições de uma maneira inadequada. As adolescentes que estão na pré-puberdade podem ter atraso na maturação sexual, no desenvolvimento físico e no crescimento, e não atingem a estatura adequada. A AN tem complicações graves associadas com a desnutrição, como comprometimento cardiovascular, desidratação, distúrbios eletrolíticos, distúrbios na motilidade gastrointestinal, infertilidade, hipotermia e outras evidências de hipometabolismo (VILELA et al 2004).

De acordo Gonçalves et al (2013) os meios de comunicação exercem grande influência sobre o comportamento nos adolescentes. O papel da mídia, do padrão de beleza ideal e da indústria da moda no desenvolvimento dos TA ainda não está claro, os TA são frequentemente encontrados em adolescentes do sexo feminino. Alguns fatores de risco para o



desenvolvimento dos transtornos tornam-se mais frequentes com o aumento no índice de massa corporal (IMC), a exemplo da baixa autoestima, realização de dietas restritas, déficits interceptivos, medo da maturidade e da insatisfação corporal, a preocupação com o peso, a realização de dietas e as provocações relacionadas ao peso. Torna-se necessário verificar a relação entre insatisfação com a imagem corporal e outras medidas do estado nutricional, como, por exemplo, o percentual de gordura corporal (CORSEUIL, et al., 2009).

O comportamento alimentar se define como respostas comportamentais ou sequenciais relacionadas ao ato de alimentar-se. Esse tipo de comportamento é motivado por condições sociais, demográficas e culturais, pela percepção individual e dos alimentos, por experiências prévias e pelo estado nutricional (GONÇALVES; et al, 2013).

A mídia divulga um padrão corporal determinado, padrão único, branco, jovem, musculoso e especialmente no caso do corpo feminino, magro. Pesquisas apontam para o fato de que este padrão de beleza divulgado se aplica a apenas 5 a 8% da população mundial. Especialmente no Brasil onde a diversidade é uma característica notável, a mídia no geral, acaba por mostrar seu desinteresse pela riqueza de tipos, de raças, pela própria miscigenação, insistindo num padrão único de beleza tanto para mulheres quanto para homens. Esse conceito pode ser nitidamente observado na publicidade, nas revistas, novelas e programas de televisão (MALDONADO, 2006).

Segundo Cobelo et al. (2004), pode-se afirmar que a família possui uma função de grande valor e de suma importância no tratamento da anorexia nervosa. É imprescindível que se una família e paciente para juntos encontrar maneiras e alternativas diferentes para que eles possam reconstruir e representar suas vivências e, assim, libertar-se de padrões de comportamentos diferenciados e inadequados.

Os comportamentos sociais primeiramente são formados no ambiente familiar e depois nos outros ambientes em que o indivíduo reside, como a escola, a igreja, os clubes. Crianças que não conseguem progresso no aprendizado escolar ou que se mantêm impulsivas, agressivas ou socialmente incapazes, estão em alto risco para distúrbios psicossociais na adolescência (UZUNIAN; VITALLE, 2015).



Assim, é importante que nutricionistas nesse segmento, visando à prevenção ou identificação precoce da presença de transtornos de conduta alimentar, em combate a práticas alimentares indevidas, afim de permitir crescimento equilibrado e saudável para os adolescentes, além de melhorar o desempenho atlético, sem agravo para a sua saúde (GUIMARÃES et al, 2014).

De acordo com Dunker e Tucunduva (2003), deve ser recomendadas medidas como implementar políticas na área de educação e saúde, objetivando prevenir o aparecimento da doença, por meio de campanhas governamentais veiculadas pela mídia; incluir no currículo o conteúdo programático em nutrição, alimentação e padrões de peso e a atividade física desde a pré-escola; envolver e sensibilizar as empresas alimentícias para veicularem mensagens de alimentação adequada nos rótulos dos alimentos; atrair a família dos adolescentes, motivando-os com reuniões e discussões nas escolas sobre a importância dos hábitos e comportamentos alimentares.

Os meios de comunicação veiculam ou produzem notícias, conceitos e expectativas nos indivíduos com propagandas, informações e noticiário em que de um lado encorajam o uso de produtos dietéticos e práticas alimentares para emagrecimento e, de outro, induzem ao consumo de lanches tipo fast food. Não se trata de uma decisão ou ação das empresas midiáticas, elas compõem um contexto empresarial e um sistema de crenças em que há uma estreita relação entre uma suposta verdade biomédica e um desejo social e individual. O corpo é um campo de luta que inclui diferentes saberes, práticas e imaginário social. (SERRA; SANTOS, 2003).

O controle social pode ser percebido na forma como o corpo é mostrado na mídia que publica frequentemente fotos de modelos, artistas ou atrizes magras, com corpos imaginariamente perfeitos, insinuando que este é o padrão de beleza ao qual qualquer mulher deveria adaptar-se. As normas da feminilidade são emitidas por meio das imagens que nos dizem através do discurso do corpo, roupas, configuração do corpo, expressão facial, movimentos e comportamentos são aceitáveis. A preocupação do ser humano com a beleza é comum desde os tempos mais remotos, mas os padrões estéticos se transformaram influenciados por fatores culturais, sociais,



econômicos e históricos, enfim pelo momento que vive o indivíduo dentro do seu grupo social. (MALDONADO, 2005)

Segundo Corseuil et al. (2009) recomenda-se investimentos em programas de avaliação e educação nutricional no ambiente escolar, com objetivo de promover mudanças nos conceitos de imagem corporal e a execução de novos estudos com vista a um maior aprofundamento nas origens e consequências da insatisfação corporal em adolescentes. Esses estudos devem levar em consideração os possíveis fatores que influenciam a distorção da imagem corporal, tais como família e questões socioculturais.

A maioria dos estudiosos dos transtornos alimentares concordam que a psicoterapia familiar abre novas perspectivas no tratamento de pacientes com transtornos alimentares. O trabalho conjunto de uma equipe multidisciplinar trouxe um complemento importante ao tratamento, abordando vários aspectos e considerando o caráter multifatorial do transtorno (COBELO, 2004).

Quando olhamos para esse padrão divulgado pelos meios de comunicação, o que nos chama a atenção é a visão deste corpo construído e reconstruído por mecanismos como exercícios, dietas ou mesmo intervenções cirúrgicas procurando atingir a padrão ideal. Um corpo que, redesenhado pela imposição social, tem afetada a ideia do corpo natural, de certa maneira perdendo sua identidade e muitas vezes passando a ser apenas uma citação do corpo original. A mulher, especialmente pressionada pelo seu grupo social e pelos veículos de mídia, deixa de buscar sua identidade para buscar identificação (MALDONADO, 2005).

A recuperação de peso é um objetivo terapêutico na anorexia nervosa, mas não há acordo quanto à meta de peso. Os objetivos da recuperação nutricional para pacientes seriamente abaixo do peso são: restaurar o peso, normalizar os padrões de dieta, ter percepções normais de fome e saciedade, e corrigir sequelas biológicas e psicológicas da desnutrição através da reeducação alimentar (GIORDANI, 2009; VALE et al, 2014).

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**



Dentre os fatores de risco para o desenvolvimento da Anorexia Nervosa, destacam-se a mídia e os ambientes social/familiar, sendo associados principalmente, ao culto à magreza imposta pela mídia e seguida por grande parte da sociedade e no caso do ambiente familiar, o momento das refeições mostrou-se fundamental na determinação do comportamento alimentar do adolescente. A Anorexia Nervosa está relacionada a problemas nutricionais, saúde do corpo e da mente e a prejuízos sociais.



## REFERÊNCIAS

COBELO, A. W.; SAIKALI, M. O.; SCHOMER, E. Z.. **A abordagem familiar no tratamento da anorexia e bulimia nervosa.** Rev. psiquiatr. clín., São Paulo , v. 31, n. 4, p. 184-187, 2004

CORCOS, M. **A adolescente anoréxica e sua família: uma desafiliação por abstinência.** Rev. Estilos clínicos v. 20, n. 3, p.27-42, abr.2015.

CORSEUIL, M. W; *et al.* **Prevalência de insatisfação com a imagem corporal e sua associação com a inadequação nutricional em adolescentes** Rev. da Educação Física/UEM Maringá, v. 20, n. 1, p. 25-31, 1. trim. 2009.

CREPALDI, C.M. **Relato de um caso de anorexia.** Rev. latinoam. psicopatol. Fundam, v. 18, n. 3 , p.551-562, jul.-set. 2015.

DUNKER, K. L. L; TUCUNDUVA, S. P. **Hábitos e comportamentos alimentares de adolescentes com sintomas de anorexia nervosa.** Rev. Nutr., Campinas , v. 16, n. 1, p. 51-60, Jan. 2003.

FARAH, M. H. S.; MATE, C. H. **Uma discussão sobre as práticas de anorexia e bulimia como estéticas de existência.** Rev. Educ. Pesqui., São Paulo , v. 41, n. 4, p. 883-898, dez. 2015.

FERNANDES, C. A. M.; *et al* **Fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares: um estudo universitários de uma instituição de ensino particular.** Arq. Ciênc. Saúde Unipar, Umuarama, v. 11, n. 1, p. 33-38, jan./abr. 2007.

FUKS, B. B.; POLLO, V. **Estudos psicanalíticos sobre anorexia: quando se come "nada".** Rev. latinoam. psicopatol. fundam., São Paulo , v. 13, n. 3, p. 412-424, set. 2010.

GIL, A. C. **Como elaborar Projetos de Pesquisa.** 5 ed. São Paulo: Atlas, 2010.

GIORDANI, R. C. F. **O corpo sentido e os sentidos do corpo anoréxico.** Rev. Nutr., Campinas , v. 22, n. 6, p. 809-821, dez. 2009 .

GONCALVES, J. A. *et al.* **Transtornos alimentares na infância e na adolescência.** Rev. paul. pediatri., São Paulo , v. 31, n. 1, p. 96-103, Mar. 2013.

GUIMARAES, A. D.; *et al* . **Transtornos alimentares e insatisfação com a imagem corporal em bailarinos.** Rev Bras Med Esporte, São Paulo , v. 20, n. 4, p. 267-271, ago. 2014.

MALDONADO; G. R. **A educação física e o adolescente: a imagem corporal e a estética da transformação na mídia impressa.** Rev. Mackenzie de Educação Física e Esporte, v. 5 n.1, p.59-76, 2006.





MARCOS, C. M. 1. **Ato e deriva pulsional na clínica da anorexia-bulimia.** Rev. Arq. bras. psicol. v.67, n.1 p. 115-129, 2015.

PALMA, R. F. M.; **Evolução nutricional de pacientes com transtornos alimentares: experiência de 30 anos de um Hospital Universitário.** Rev. Nutr., Campinas , v. 26, n. 6, p. 669-678, Dec. 2013.

SERRA, G. M. A.; SANTOS, E. M. dos. **Saúde e mídia na construção da obesidade e do corpo perfeito.** Rev. Ciênc. saúde coletiva, São Paulo , v. 8, n. 3, p. 691-701, 2003 .

SILVA, E. S. B. da. **A influência da mídia no comportamento alimentar dos adolescentes** – Caruaru : FAVIP, 2008. 28f.

UZUNIAN, L. G.; VITALLE, M.S.S. **Habilidades Sociais: Fator de Proteção contra Transtornos Alimentares em adolescentes.** Ciênc. saúde coletiva , Rio de Janeiro, v. 20, n. 11, p. 3495-3508, novembro de 2015.

VAL, A. C. et al . **Um caso de anorexia nervosa: a condução do tratamento.** Rev. latinoam. psicopatol. fundam., São Paulo , v. 17, n. 3, p. 485-500, Sept. 2014 .

VALE, B. et al . **Distúrbios menstruais em adolescentes com transtornos alimentares – meta de percentil de índice de massa corporal para resolução dos distúrbios menstruais.** Einstein (São Paulo), São Paulo , v. 12, n. 2, p. 175-180, jun. 2014 .

VALENÇA, C. N; GERMANO R. M. **Percepção da auto-imagem e satisfação corporal em adolescentes: perspectiva do cuidado integral na enfermagem** Rev. Rene. Fortaleza, v. 10, n. 4, p. 173-180, out./dez.2009

VILELA, J. E. M *et al* . **Transtornos alimentares em escolares.** J. Pediatr. (Rio J.), Porto Alegre , v. 80, n. 1, p. 49-54, fev. 2004 .