

A influência da mídia nos transtornos alimentares e na autoimagem em adolescentes

The influence of media on eating disorders
and the self-image in adolescents

La influencia de los medios en los trastornos
alimentarios y La autoimagen en los adolescentes

Aline Vieira Sá Copetti(1); Carolina Villanova Quiroga(2)

1 Wainer Psicologia Cognitiva, Brasil.

E-mail: aline.copetti@hotmail.com | ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8541-3047>

2 Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul – PUCRS, Brasil.

E-mail: carolina.quiroga@acad.pucrs.br | ORCID: <http://orcid.org/0000-0001-8946-8897>

Revista de Psicologia da IMED, Passo Fundo, vol. 10, n. 2, p. 161-177, Jul.-Dez., 2018 - ISSN 2175-5027

[Recebido: Abril 23, 2018; Aceito: Novembro 07, 2018]

DOI: <https://doi.org/10.18256/2175-5027.2018.v10i2.2664>

Endereço correspondente / Correspondence address

Carolina Villanova Quiroga

Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul –
PUCRS

Av. Ipiranga, 6681 - Partenon, Porto Alegre - RS, Brasil
CEP 90619-900

Sistema de Avaliação: *Double Blind Review*

Editor: Mateus Luz Levandowski

Como citar este artigo / To cite this article: [clique aqui!/click here!](#)

Resumo

A anorexia e a bulimia nervosa são transtornos alimentares (TAs) de etiologia complexa e multifatorial. Adolescentes são a população mais acometida por estes transtornos, apresentando casos sérios e com alta morbidade. Com a globalização e a mudança do padrão estético vigente, vem se preconizando uma imagem corporal magra e longilínea. Para se sentirem pertencentes ao meio social e perceber uma autoimagem positiva, optam pela mudança de seu comportamento alimentar de forma drástica. Este artigo propõe uma revisão narrativa da literatura, buscando discutir questões ligadas à mídia, ao padrão estético vigente e como estes podem influenciar no desenvolvimento de TAs nas adolescentes. Verificou-se que redes sociais e comunidades na internet podem influenciar o surgimento ou agravar os TAs. Intervenções baseadas na terapia cognitivo-comportamental demonstraram alta eficácia. Observa-se a importância do trabalho multidisciplinar no tratamento desta população, com intervenções coesas e assertivas, bem como o papel fundamental da família. Mostram-se necessárias mais pesquisas empíricas que pautem o desenvolvimento de técnicas de intervenção baseadas em evidências. Estimula-se ainda a reflexão sobre como a meios de comunicação podem influenciar positivamente na desmistificação do padrão estético vigente, bem como para importância de incentivar o pensamento crítico das adolescentes acerca do que observam propagados na mídia.

Palavras-chave: Adolescente, Anorexia Nervosa, Autoimagem, Bulimia Nervosa, Meios de Comunicação

Abstract

Anorexia and bulimia nervosa are eating disorders (EDs) of complex and multifactorial etiology. Adolescents are the population most affected by these disorders, indicating severe cases and with high morbidity. With the globalization and the change of the aesthetic standard in force, a lean and longline body image has been advocated. In order to feel themselves belonging to the social environment and to perceive a positive self-image, they choose to change their eating behavior drastically. This article proposes a narrative review of the literature, seeking to discuss issues related to the media, the current aesthetic pattern and how these may influence the development of EDs in adolescents. It was found that social networks and communities on the Internet can influence the emergence or aggravate the EDs. Interventions based on cognitive-behavioral therapy demonstrated high efficacy. It is observed the importance of the multidisciplinary work in the treatment of this population, with cohesive and assertive interventions, as well as the fundamental role of the family. Further empirical research for the development of evidence-based intervention techniques is needed. It also stimulates reflection on how the media can positively influence the demystification of the current aesthetic pattern, as well as on the importance of encouraging the critical thinking of adolescents about what they observe propagated in the media.

Keywords: Adolescent, Anorexia Nervosa, Bulimia Nervosa, Communications Media, Self Concept

Resumen

La anorexia y la bulimia nerviosa son trastornos alimentarios (TA) de etiología compleja y multifactorial. Los adolescentes son la población más acometida por estos trastornos, presentando casos serios y con alta morbilidad. Con la globalización y el cambio del patrón estético vigente, preconizase una imagen corporal delgada y esbelta. Para sentirse pertinentes al medio social y percibir una autoimagen positiva, optan por el cambio de su comportamiento alimentario de modo drástico. Este artículo propone una revisión de la literatura, buscando discutir cuestiones relacionadas a los medios, al patrón estético vigente y cómo estos pueden influenciar en el desarrollo de TA en las adolescentes. Se verificó que las redes sociales y las comunidades en Internet pueden influir en el surgimiento o agravar los TA. Las intervenciones basadas en la terapia cognitivo-conductual demostraron alta eficacia. Se observa la importancia del trabajo multidisciplinario en el tratamiento de esta población, con intervenciones cohesivas y asertivas, así como el papel fundamental de la familia. Se muestran necesarias más investigaciones empíricas que busquen el desarrollo de técnicas de intervención basadas en evidencias. Se estimula aún la reflexión sobre cómo los medios de comunicación pueden influir positivamente en la desmitificación del patrón estético vigente, así como para la importancia de incentivar el pensamiento crítico de las adolescentes acerca de lo que observan propagado en los medios.

Palabras clave: Adolescente, Anorexia nerviosa, Autoconcepto, Bulimia nerviosa, Medios de comunicación

Introdução

A contemporaneidade vem sendo marcada pela globalização e por sua lógica de mercado, resultando em uma imagem idealizada de perfeição do corpo humano. A valorização do corpo feminino não é um fenômeno recente, porém o que se percebe é uma mudança no padrão de beleza vigente. As diferentes formas de mídia, a serviço da indústria da beleza, participam ativamente deste processo, difundindo e atendendo as leis do mercado capitalista e os parâmetros criados para um corpo considerado belo, que atualmente é atribuído a imagem magra, jovial e esguia. Este constantemente está vinculado à noção de sucesso, de liberdade, de bem-estar e de felicidade, e se torna atributo determinante para aceitação e inserção social da mulher (Gonçalves & Martínez, 2014).

Com a promoção de um ideal corporal de magreza pela cultura ocidental, observa-se um número expressivo de pessoas insatisfeitas com a forma e o peso de seu corpo. Desde a última década é crescente o número de pesquisas na área da saúde, principalmente devido ao aumento da incidência de transtornos alimentares (TAs) (Gonçalves & Martínez, 2014).

Na maioria dos casos, o perfil dos pacientes com TAs são adolescentes do sexo feminino, caucasianas, e alto nível socioeconômico-cultural. Entretanto, no cenário contemporâneo, o diagnóstico também é dado para menores do sexo masculino, raça negra, pré-adolescentes, em pacientes com nível sócio econômico-cultural baixo, com idades entre 12 e 25 anos (Ludewig, Rech, Halpern, Zanol, & Frata, 2017). Os TAs mais comuns são a Anorexia Nervosa (AN) e Bulimia Nervosa (BN). Ambas possuem causas multifatoriais, relacionadas com um somatório de fatores biológicos, psíquicos, sociais, familiares e ambientais (Hercowitz, 2015).

A incidência dos TAs tem aumentado nas últimas décadas, sendo mais observados nos países ocidentais. Estudo com 10.123 adolescentes entre 13 e 18 anos mostrou prevalência de 0,3% de AN e 0,9% de BN na amostra (Swanson, Crow, Le Grange, Swendsen, & Merikangas, 2011). É um transtorno predominantemente feminino, com uma proporção em adolescentes de 3 mulheres para cada homem (3:1). No Brasil a prevalência é de 1,1% a 4,2% da população (Hercowitz, 2015). O aumento de casos registrados, suas consequências para a saúde física e mental e o alto índice de suicídios entre seus portadores têm chamado a atenção dos profissionais de saúde, que procuram entender sua etiologia e aperfeiçoar seu tratamento.

Como demonstrado, a adolescência é um período crítico para o desenvolvimento destes transtornos. Neste contexto, a adolescência é um conceito social usado para definir um estágio de vida entre a infância e a adultez. O período é marcado por mudanças fisiológicas e bioquímicas no tempo da puberdade, como acúmulo de gordura, principalmente nas meninas, devido alterações hormonais (Lima, Rosa,

& Rosa, 2012). As mudanças físicas, ocasionadas por alterações hormonais e o desenvolvimento do corpo, acarretam em consequências psicológicas, pois é neste período que concomitantemente ocorre a construção da identidade. Percebe-se que as meninas ficam facilmente insatisfeitas por desejarem serem mais magras, e os meninos por buscarem um corpo com maior definição muscular. Frente a este cenário, é comum que sejam lançadas mão de algumas estratégias de cunho comportamental, adotadas na esperança de uma mudança na imagem corporal (Moreira, Boff, Pessa, Oliveira, & Neufeld, 2017).

Esta fase é marcada pelo estabelecimento dos valores que guiarão os comportamentos ao longo da vida, além da constituição de relações mais maduras com seus pares e sua identidade pessoal. É o período onde ocorre o desenvolvimento da capacidade de regular melhor suas emoções, mas que, concomitantemente, os adolescentes devem pensar no seu futuro e nas suas escolhas em longo prazo (Lopes, 2017). Frente a todas as mudanças decorrentes do período, a auto aceitação na adolescência está condicionada a critérios formulados pelo grupo de amigos que são motivados pelos modelos sociais. Amigos e familiares, por vezes, contribuem para a necessidade de estar, de forma constante, dentro dos padrões e expectativas sociais (Gonçalves & Martínez, 2014).

Neste contexto, percebe-se que o uso da internet se disseminou entre os adolescentes de forma acelerada, em um ambiente onde vivencia-se uma nova forma de comunicação que vem revolucionado as possibilidades de estabelecimento de relações entre as pessoas. A Unicef (2013), em parceria com o Instituto Brasileiro de Opinião e Estatística (Ibope), realizou pesquisa quanto à frequência de uso da internet por adolescentes com idade entre 12 e 17 anos no Brasil, onde 64% da amostra referiu fazer uso todos os dias. Já em pesquisa realizada por Pontes e Patrão (2014) com adolescentes brasileiros identificou-se que a média de uso semanal foi de 28 horas. Demonstrando que 64,6% da amostra deste estudo referiu que as redes sociais online são a sua atividade favorita na internet, e mais de metade da amostra disse se sentir dependente da internet em algum nível.

A realização de pesquisas sobre o aumento de uso da internet entre o público adolescente, bem como a dependência do uso e possíveis repercussões negativas vem apresentando crescimento em diversos países como Espanha (Lopez-Fernandez, Freixa-Blanxart, & Honrubia-Serrano, 2013), Turquia (Ak, Koruklu, & Yilmaz, 2013), Coréia do Sul (Heo, Oh, Subramanian, Kim, & Kawachi, 2014) e Alemanha (Wartberg, Kriston, Kammerl, Petersen, & Thomasius, 2015). Os jovens são a faixa etária mais representativa nesse uso, o que resulta na busca por maior compreensão acerca deste fenômeno. Frente a isso é importante compreender os significados e os efeitos que marcam o desenvolvimento dessa nova geração no que tange as vantagens e desvantagens do uso de tecnologias (Spizzirri, Wagner, Mosmann, & Armani, 2012).

Tendo em vista a vulnerabilidade psíquica marcante no período da adolescência, a exposição ao padrão estético vigente pela mídia e seu potencial de desencadeamento de TAs, este artigo propõe-se discutir como a mídia, com foco na internet, e o padrão estético vigente podem influenciar no desenvolvimento de TAs nas mulheres adolescentes atualmente. Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, onde foram pesquisadas referências publicadas entre 2012 e 2017 nas bases de dados Scielo, Scopus e Google Acadêmico, utilizando os termos *adolescent*, *anorexia nervosa*, *bulimia nervosa*, *communications media* e *self concept*, em diferentes combinações. Não se restringiu a busca em relação à metodologia dos estudos. Fez-se ainda busca nas referências utilizadas pelos artigos encontrados, a fim de incluir obras clássicas e/ou outros artigos importantes que tratassem do tema central.

Discussão

Características de Vulnerabilidade à Mídia na Adolescência

Percebe-se que, de forma rápida e eficaz, a mídia promove o consumo e dissemina regras. A magreza vem sendo vista como um reforçador generalizado de status e ascensão social, competência e atratividade sexual, perpassando todas as camadas sociais (Vale & Elias, 2011). O mundo social vem discriminando indivíduos que não seguem os padrões de beleza vigentes em diversas situações cotidianas importantes, exercendo pressão à população em geral. A mesma afeta especialmente as adolescentes, que se encontram em um momento de integração da sua imagem corporal (Gonçalves & Martínez, 2014).

No período da adolescência, os jovens se veem na necessidade de assumir uma posição sexuada, buscando novos modelos de identificação diferentes das figuras parentais, e de ingressar no mundo do trabalho e na vida social. Essas exigências, concomitantes a imaturidade física e psíquica, despertam angústias, bem como sentimento de despreparo para assumir esses novos papéis. A preocupação com o corpo na adolescência assume papel central, pois os jovens necessitam reconstruir a imagem corporal e conquistar uma identidade sexual (Lima et al., 2012). A construção e aceitação da autoimagem, neste período, esta diretamente ligada à relação com os pares e qual a visão dos mesmos em relação a comportamentos e imagem corporal (Gonçalves & Martínez, 2014).

Estudo recente observou, a partir de imagens de ressonância magnética cerebral, que o desenvolvimento cognitivo e sócio afetivo dos adolescentes é acompanhado por grandes mudanças na estrutura e nas funções cerebrais. Estruturalmente há o aumento de conexões da substância branca, permitindo comunicação bem-sucedida entre diferentes áreas do cérebro. A maturação dessas conexões é relacionada ao maior

controle comportamental. A conexão entre o córtex pré-frontal e o estriado subcortical tende a ter melhorias com o aumento da idade e esta relacionado ao desenvolvimento da habilidade de esperar por recompensas, acarretando na diminuição da impulsividade. Evidenciou-se que as mudanças de volume da massa cinzenta em regiões do cérebro são importantes para a melhor compreensão social e comunicação. Assim, entende-se que a imaturidade cerebral facilita que comportamentos e cognições não-adaptativos sejam adotados nesta faixa etária (Crone & Konijn, 2018).

Compreendendo as diferentes transições e desafios que o adolescente vivencia, bem como as mudanças biológicas e cognitivas características do período, nota-se a fragilidade nesta fase e necessidade de atenção especial. A mídia atua de forma intensa e maciça sobre o modo como a população pensa e se comporta. Observa-se que a insatisfação das adolescentes com sua imagem é possivelmente desenvolvida pelo corpo idealizado e perfeito que a sociedade cria e preconiza e que é disseminado pela mídia. Uma vez que o ideal de magreza e corpo escultural proposto é uma impossibilidade biológica para boa parte das pessoas, a insatisfação corporal tem se tornado cada vez mais comum. Nessa perspectiva, na tentativa de conseguir um corpo considerado atraente e socialmente aceito, os TAs se desenvolvem (Ludewig et al., 2017). A insatisfação com a aparência pode influenciar no desenvolvimento de uma imagem negativa e distorcida do próprio corpo. Estes, em suas vertentes patológicas, podem se tornar influenciadores de práticas radicais (Gonçalves & Martínez, 2014). Entende-se assim que os sintomas e os TAs revelam a dificuldade na passagem do corpo infantil para o corpo adulto (Lima et al., 2012).

Influências da Mídia no Desenvolvimento dos Transtornos Alimentares

O conceito de beleza sofreu variações ao longo da história. Tanto culturas ocidentais quanto orientais confirmam a existência de uma relação entre a exposição à mídia e os TAs. O ideal de magreza é entendido como um dos fatores culturais centrais que contribuiriam para o aumento destes transtornos (Uzunian & Vitalle, 2015). É visto que o aumento da incidência desses casos se dá devido ao mal-estar resultante das exigências corporais contemporâneas (Pedrosa & Teixeira, 2015). Nessa perspectiva, hábitos e práticas alimentares são construídos com base na influência das determinações socioculturais.

A mídia pode incentivar a fantasia em que basta a mulher querer para adquirir a imagem corporal idealizada. A indústria da beleza está se vinculando a ideia que, ao ocorrer uma mudança no corpo, acontecimentos e vivências emocionais aversivas irão modificar-se também. Dessa forma, o corpo assume o papel de responsável perante as contingências negativas que o indivíduo está inserido. Há uma validação social diante a regra criada, em que se acredita que o emagrecimento está diretamente ligado ao bem-estar emocional e social. Essa validação a transforma em verdade na sociedade, fazendo

com que a magreza como padrão estético dominante seja um fator responsável pelo desenvolvimento de TAs (Vale & Elias, 2011). Os adolescentes estão sendo influenciados por fortes tendências sociais e culturais, que promovem a busca pelo corpo ideal. Esse perfil socialmente aceito pode introduzir no púbere uma alimentação inadequada e, futuramente, propiciar o desenvolvimento de TAs (Ludewig et al., 2017).

A comunicação virtual proporcionada pela internet criou um novo espaço onde diversos tipos de interações ocorrem, o *Ciberespaço*. O espaço é visto como uma forma democrática de expressão, uma vez que permite a possibilidade de falar e escutar com pouca censura, podendo ter seu conteúdo compartilhado por qualquer indivíduo. Neste meio são formadas comunidades que partilham valores, afeições, interesses e aspirações em comum entre seus usuários, funcionando também como reforçadores de alguns comportamentos (Bittencourt & Almeida, 2013).

As comunidades na internet, espaços que garantem o anonimato e a livre expressão dos pensamentos, vêm se tornando importantes meios de comunicação entre adolescentes com TAs. Nas vertentes mais patológicas destas comunidades há páginas *online* chamadas de “Pró-Ana” (prol da anorexia) e “Pró-Mia” (prol da bulimia). As mensagens trocadas entre usuárias incentivam uma valorização social dentro desta comunidade, impulsionando os membros para realização de práticas anoréxicas e bulímicas. Como são movimentos que defendem um estilo de vida no qual a restrição alimentar é assumida com o objetivo de alcançar um padrão corporal de magreza extrema, as integrantes costumam reforçar os comportamentos não saudáveis das usuárias. Observa-se nesses *ciberespaços* a presença de adolescentes com baixa autoestima e inseguras, que buscam nos meios de comunicação validação e pertencimento grupal (Bittencourt & Almeida, 2013; Petroski, Pelegrini, & Glaner, 2016). Os sentimentos de familiaridade e apoio gerados por estas comunidades às adolescentes evidenciam a importância dos profissionais da saúde se apropriarem deste novo espaço de comunicação, para melhor compreensão dessa dinâmica. Cabe aos familiares e rede de apoio do adolescente também identificarem estas características para poder agir de forma preventiva juntamente com os profissionais.

Considerando as mudanças rápidas nos meios de comunicação, o século XXI vem sendo marcado pelo desenvolvimento de novas tecnologias, como *smartphones* e *tablets*, que facilitam a disseminação de informações. Há uma grande propagação de imagens disponibilizadas, em grande parte, através das redes sociais. Estas geralmente são registradas dentro do padrão estético vigente, visando alguma lucratividade, seja financeira ou social (Maciel, 2013).

As redes sociais, mesmo que indiretamente, podem influenciar na baixa autoestima e necessidade de enquadrar-se ao padrão de beleza. Estas nem sempre são formadas por jovens com TAs, mas seus conteúdos podem ter grande influência no comportamento alimentar. Através de pesquisa qualitativa foi visto que fotos

divulgadas no *Facebook*, *Instagram* e demais redes sociais mostram jovens aparentando estarem felizes e arrumadas, demonstrando estar de acordo com os padrões estéticos vigentes. Ao serem divulgadas imagens que refletem corpos que respondem ao desejo do outro e a um padrão esteticamente hegemônico, os indivíduos parecem estar incessantemente lutando contra o cansaço e o envelhecimento. Assim, os cuidados físicos ganham destaque e se revelam, reiteradamente, como forma de estar preparado para enfrentar julgamentos e expectativas sociais (Ribeiro, 2016).

Ademais, imagens compartilhadas em redes sociais influenciam diretamente em uma autoimagem distorcida por parte das adolescentes, uma vez que estas tendem a internalizar um ideal de corpo magro (Meier & Gray, 2013). Sabe-se ainda que o uso das redes sociais é mais intenso em adolescentes do sexo feminino do que no sexo masculino (Reolid-Martínez et al., 2016). Tendo em vista os padrões vigentes e os estímulos midiáticos disponíveis, questionam-se quais os sentimentos que estes despertam nas adolescentes, cercadas por elementos idealizados e aparentemente perfeitos, e quais as possíveis repercussões psíquicas. Evidencia-se assim a importância de psicólogos realizarem trabalhos com jovens sobre os seus aspectos emocionais como forma de prevenção, buscando minimizar a vulnerabilidade frente a esses contextos adversos, possibilitando condutas construtivas e diminuindo as destrutivas.

Abordagens de Tratamento

Como na atualidade tende-se a buscar práticas profiláticas e intervenções eficazes, pensa-se na necessidade de estudar novas formas de intervenção neste campo. Observa-se a importância de identificar adolescentes em risco, a fim de evitar o desenvolvimento destas patologias e promover um cuidado integralizado. Os profissionais de saúde e todos envolvidos na dinâmica dos TAs carecem de estar atualizados e preparados no que se refere as formas de assistência com eficácia comprovada através de evidências empíricas.

Ademais, para desenvolvimento e escolha de tratamentos adequados, faz-se necessário que os profissionais de saúde tenham conhecimento sobre fatores etiológicos tanto da AN quanto da BN. Os diagnósticos de AN e BN estão relacionados a prejuízos psicossociais importantes e se associam a sintomas emocionais. No caso da AN, os mais comuns são ansiedade, comportamentos de submissão e sentimentos de inferioridade. Já na BN são recorrentes sintomas depressivos e sentimento de raiva, bem como dificuldade para estabelecer relacionamentos interpessoais (Uzunian & Vitale, 2015).

Os TAs possuem fatores desencadeadores (predisponentes e precipitantes) e mantenedores. Observa-se que a mídia, o meio social e a cultura estão contemplados em ambos os fatores, evidenciando seu caráter influenciador. Podem ser desencadeadores: meio sociocultural, através das mensagens da mídia e do círculo

social com o culto à magreza; a dinâmica familiar, marcados por rigidez excessiva, falta de afeto e/ou superproteção; genéticos, como tendência à obesidade ou fator predisponente a doenças psiquiátricas; e aspectos da personalidade do indivíduo, como perfeccionismo, baixa autoestima, rigidez ou impulsividade. As dietas para perder peso, que muitas vezes são promovidas pela mídia, são vistas como um exemplo de fator precipitante. Como mantenedores, encontram-se os fatores socioculturais, distorção da imagem corporal, alterações neuroendócrinas, práticas purgativas e distorções cognitivas (Lima et al., 2012; Ornelas & Santos, 2016).

É visto que, especificamente sobre o desenvolvimento da AN, vários fatores de risco podem estar implicados. São eles: histórico familiar de anorexia nervosa, obesidade e preocupações centradas na alimentação e no peso corporal, transtornos afetivos, transtorno obsessivo-compulsivo, histórico de exposição a eventos aversivos, traços de personalidade de perfeccionismo e excessiva submissão (Fairburn, Cooper, Doll, & Welch, 1999). Os fatores citados evidenciam a etiologia multifatorial dos TAs, tendo necessidade de um diagnóstico claro e imediato para instituir um plano terapêutico que contemple suas múltiplas facetas, tanto individual, quanto familiar (Lima et al., 2012; Ornelas & Santos, 2016).

A literatura traz diferentes possibilidades de atuação com esta população. A base do tratamento da BN é similar a da AN, com equipe multidisciplinar composta por clínico geral, psiquiatra, nutricionista e psicólogo, todos com preparo, formação e habilidade adequadas para lidar com esses casos. Percebe-se que a psicoterapia de melhor resultado é a cognitivo-comportamental, pois costuma apresentar melhora progressiva em algumas sessões. Estudo com 68 adolescentes com TAs submetidos a 20 sessões de TCC, demonstrou ser eficaz na melhora da sintomatologia. Dois terços dos pacientes que iniciaram o tratamento apresentaram diminuição acentuada dos TAs com ganho de peso, e metade dos que apresentavam sintomas de compulsão alimentar e purgação cessaram os dois tipos de comportamentos (Dalle Grave, Calugi, Sartirana, & Fairburn, 2015). A terapia familiar também se mostra benéfica, tanto para identificar comportamentos que possam ter colaborado no desencadear do transtorno alimentar como para o suporte da família, que frequentemente mostra-se fragilizada nesses momentos (Hercowitz, 2015).

Observam-se também resultados positivos com intervenções baseadas em grupos psicoeducativos com participação multifamiliar. Tanto as famílias atendidas quanto a própria equipe multidisciplinar percebe melhoras significativas nos pacientes que são atendidos nesta modalidade de intervenção. A coesão entre os dois gera uma compreensão mais adequada do quadro e, devido ao vínculo estabelecido, a participação dos pais e familiares no processo de recuperação dos filhos torna-se mais efetiva. Nos encontros, a equipe tem oportunidade de ter um conhecimento mais amplo do funcionamento das famílias, o que auxilia no desenvolvimento de

intervenções individualizadas e, conseqüentemente, um tratamento mais eficaz (Nicoletti, Gonzaga, Modesto, & Cobelo, 2010). A partir de revisão bibliográfica, concluiu-se que o tratamento experimental com grupos multifamiliares, em que as terapias envolvem simultaneamente diversas famílias, podem ser eficazes para o tratamento dos TAs. Confere-se também que a assistência prestada aos pacientes deve se estender aos familiares. Percebe-se que redes de apoio com pessoas treinadas e encontros de famílias, que experimentam situações semelhantes, podem ser fundamentais no auxílio do tratamento desta população (Almeida et al., 2017)

Há ainda estudos onde são realizados *chats online* com pais de adolescentes diagnosticadas com TAs, comunicando-se através de mensagens de texto e participando de intervenções baseadas na Terapia Familiar. Os pais participantes referiram facilidade para se colocarem sem julgamentos, e que o grupo auxiliou a desenvolver e adaptar estratégias de enfrentamento a fim de auxiliar suas filhas (Hopf, Le Grange, Moessner, & Bauer, 2013). O uso das novas tecnologias para tratamento dos TAs se mostra uma alternativa interessante, uma vez que se caracteriza por aproximar diferentes pessoas de diferentes locais. Assim, facilita a troca de experiências e o acesso a atendimento especializado.

Dentre os cuidados especializados em saúde mental, os tratamentos pautados nas Terapias Cognitivo-Comportamentais (TCC) se mostram eficientes. Em estudo com 185 pacientes maiores de 16 anos, foi constatado que a Terapia Comportamental Dialética realizada em pacientes com AN gera melhoras importantes no ganho de peso, no aumento da qualidade de vida e redução dos sintomas. Pacientes com AN, submetidos a tratamentos ambulatoriais, possuem melhora no seu ganho de peso (Wildes & Marcus, 2012). Sugere-se ainda que as características dos TAs, como redução de ingestão de alimentos calóricos, esquiva das refeições e os rituais em torno do comer, associam-se a altos níveis de ansiedade. Estas semelhanças com os transtornos de ansiedade indicam que as intervenções utilizadas para estes distúrbios podem ser eficazes também no tratamento da AN. Willhelm, Fortes e Pergher (2015) colocam em revisão da literatura que técnicas de TCC aplicadas *online* são vistas como uma opção no tratamento de pessoas com comportamentos bulímicos, pois atua como meio facilitador da terapia, podendo oferecer um custo-benefício vantajoso aos pacientes. Assim a internet, associada às novas tecnologias, também tem potencial benéfico no tratamento destes jovens e, sendo um meio de comunicação muito utilizado pelos adolescentes, torna-se uma alternativa em prol da saúde. Outro aspecto é o fácil acesso, podendo ser realizada em casa, ou em qualquer outro lugar, por diferentes profissionais.

Em revisão teórica acerca da aplicação das TCC em pacientes com BN se concluiu quanto à eficácia na melhora dos principais sintomas do transtorno. Há auxílio na diminuição da compulsão alimentar e da purgação, na melhora da insatisfação corporal e dos sintomas depressivos (Silva, Vasconcelos, Ximenes, Sampaio, & Sougey,

2015). Apesar da crescente pesquisa com adultos com BN, ainda há escassez de evidências para o tratamento de jovens. A FBT (*family-based treatment*) possui dados preliminares que apoiam o envolvimento dos cuidadores no tratamento de adolescentes com BN. Todavia há necessidade de melhorar o impacto dos sintomas de compulsão alimentar e eliminação nos adolescentes. Nos casos em que os cuidadores são incapazes de participar do tratamento ou pacientes demonstram não concordar com um alto grau de envolvimento dos pais, há evidências de que as abordagens da TCC são mais úteis (Hail & Le Grange, 2018).

Multiple Family Therapy (MFT) é uma forma de terapia que combina o processo grupal e o foco nos sistemas da terapia familiar. Em pesquisa realizada com 50 adolescentes com AN, com idades entre 11 e 18 anos, metade da amostra recebeu tratamento de MFT e as demais receberam tratamentos usuais, que incluiu acompanhamento médico, terapia nutricional, planos de refeição, tratamento farmacológico, terapia de saúde mental (psicoeducação e terapia familiar de suporte individual) e internação, caso necessário. O MFT demonstrou ser mais eficaz para o ganho de peso das pacientes com AN, uma vez que 40% das pacientes estabilizaram seu peso. Já no grupo controle, apenas 16% das adolescentes retornaram a um peso saudável. Observou-se ainda um efeito positivo na diminuição de sintomas depressivos (Gabel, Pinhas, Eisler, Katzman, & Heinmaa, 2014).

Já em pesquisa realizada com 46 adolescentes, com idades entre 13 e 17 anos, buscou-se uma forma alternativa de tratamento dentro da perspectiva familiar. A CBT-E (*Enhanced cognitive behaviour therapy*) envolve 40 semanas de tratamento com sessões individuais com os familiares e, por fim, com os pacientes e familiares juntos, evidenciando um melhor custo-benefício aos envolvidos. Após o término há ainda mais 20 semanas de acompanhamento com as pacientes com TAs. Das 46 jovens que aceitaram participar da pesquisa, apenas 29 completaram todo o tratamento. Foram obtidos resultados satisfatórios com as adolescentes que aderiram ao tratamento, apresentando melhora nos comportamentos alimentares, alcançando 95% do peso esperado. Por fim, comparando os resultados obtidos, foi percebido que após a 60ª semana de acompanhamento com as jovens submetidas à CBT-E, estas se mantiveram bem com a mínima necessidade de terapias adicionais (Grave, Calugi, Doll, & Fairburn, 2013). No estudo em voga houve considerável perda amostral ao longo da intervenção. Isso vai de encontro ao que a literatura discute quanto à dificuldade de adesão ao tratamento nesta população específica. Isto possivelmente se dá pela complexidade do transtorno e gravidade das distorções cognitivas, baixa autoestima e distorções da imagem corporal advindas da AN e BN. Com esses indícios, faz-se importante o vínculo na relação terapêutica, a fim de evitar índices importantes de abandono.

A perspectiva dos profissionais que atuam com esta população também se faz importante quando se discutem possibilidades de assistência. Através de análise feita

com quatro psicoterapeutas especializados em TCC que atendem pacientes com TAs, foram apontados fatores importantes a serem considerados no tratamento destes distúrbios. Destacam-se o plano de prevenção à recaída, a psicoeducação quanto ao transtorno para o paciente e sua família e os planos e tarefas da TCC para mudanças de hábitos. O vínculo terapeuta-paciente, principalmente no início do tratamento, é também considerado fundamental para o êxito. Como os pacientes demonstram ser resistentes e desafiadores, principalmente nos casos de AN, é necessário o investimento no vínculo e na empatia. Os terapeutas afirmam que as abordagens devem ser claras e objetivas, incentivando o paciente a ter uma postura colaborativa e ativa no tratamento (Oliveira & Deiro, 2013). Percebem-se diferentes formas de intervenção desenvolvidas por diversos profissionais para pessoas diagnosticadas com TAs. Faz-se importante o conhecimento profundo do caso a ser abordado, considerando as particularidades da história de vida do paciente, os recursos psíquicos de enfrentamento que dispõe, bem como o meio sociocultural em que está inserido.

Considerações Finais

Os TAs são patologias graves, de etiologia complexa e multifatorial. Os aspectos culturais e a forma com que o corpo é pensado hoje influenciam drasticamente na perspectiva que os jovens possuem de si próprios. O ideal de magreza vigente é um dos importantes fatores culturais que contribuem para o aumento destes transtornos na pós-modernidade, principalmente quando há validação social quando o padrão estético vigente é seguido. Percebe-se um vasto campo de investigação no que se refere ao mundo globalizado, à sociedade e a mídia, principal disseminador de padrões estéticos. Entretanto é um campo relativamente novo e que se modifica constantemente, necessitando maiores pesquisas, principalmente quanto à relação que se estabelece entre a influência da mídia e o desenvolvimento dessas patologias nas adolescentes.

O mundo se encontra atualmente em um momento de intenso desenvolvimento tecnológico e de informação, o que acarreta em maior exposição a influencia da mídia. Toda a população está suscetível a este fenômeno, porém os adolescentes apresentam maior vulnerabilidade devido à fase do desenvolvimento em que se encontram. A imaturidade neurobiológica e emocional dos adolescentes associado à necessidade de aceitação e pertencimento aos grupos de iguais tornam os mesmos mais suscetíveis à influência da mídia e ao uso adverso da mesma. As interações carregadas de emoções, a grande sensibilidade à rejeição e à influência dos pares nos meios midiáticos em parte se deve ao subdesenvolvimento dos sistemas neuronais e das diferentes mudanças significativas que estes estão sofrendo no período da adolescência (Crone & Konijn, 2018).

Busca-se ainda o desenvolvimento e aprimoramento das intervenções na área da saúde, pautadas na perspectiva da prevenção. O aumento da insatisfação corporal em

adolescentes é preocupante. Devido ao alto grau de morbidade da AN e da BN, o difícil manejo com essa população e aos desafios do tratamento dessas patologias, a equipe de saúde deve procurar constante atualização para realização de intervenções eficazes e humanizadas, pautadas em evidências empíricas.

Foram percebidas diferentes influências que podem ser nocivas, principalmente pelas comunidades Pró-Mia e Pró-Ana e pelas redes sociais, aos comportamentos alimentares das jovens atualmente. Entretanto, estudos atuais trazem uma quebra nesta visão negativa da internet, ao afirmar que a TCC aplicada em recursos *online* pode servir como um instrumento eficaz no que tange o tratamento das pessoas com TAs. Isto abre espaço para reflexão acerca do modo como os novos meios de comunicação são utilizados. Os mesmos apresentam tanto potencial de benefício quanto de malefício, quando utilizados inapropriadamente.

Durante a leitura do material científico foi percebida a crescente conscientização da necessidade de estudos perante esta temática. Mostram-se necessárias novas reflexões e estudos empíricos que abordem formas de a mídia contribuir positivamente neste campo, considerando seu poder disseminador. Demonstra ser importante a realização de campanhas que conscientizem a população sobre estes transtornos e suas comorbidades, assim como incentivo a flexibilização de padrões, principalmente entre a faixa etária jovem.

Por fim, esta revisão visa incentivar a produção de pesquisas empíricas na área da psicologia junto a esta população, estimulando o estudo e aperfeiçoamento dos profissionais da saúde sobre os TAs e o desenvolvimento de intervenções baseadas em evidências. Como se trata de uma revisão narrativa da literatura há limitações quanto à metodologia de eleição. Entende-se que é necessária a realização de uma revisão com metodologia sistemática, ampliando e aprofundando os resultados obtidos, incluindo estudos que por ventura possam não ter sido identificados nas buscas realizadas.

Referências

- Almeida, V. L. J., Araujo, M. B., Jesus, G.A., Nascimento, T.P., Santos, P.E., Donato, C. R. (2017). Distúrbios alimentares: bulimia e anorexia. *Revista Scientia Plena Jovem*, 5(1), 32-36.
- American Psychiatric Association. (2014). *DSM-V: manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais* (5. ed.). Porto Alegre: Artmed.
- Ak, S., Koruklu, N., & Yilmaz, Y. (2013). A study of turkish adolescent's internet use: possible predictors of internet addiction. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 16(3), 205-209. doi: <https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0255>
- Bittencourt, L.J., & Almeida, R.A. (2013). Transtornos Alimentares: patologia ou estilo de vida?. *Psicologia e Sociedade*, 25(1), 220-229. doi: <https://doi.org/10.1590/S0102-71822013000100024>
- Crone, E. A., & Konijn, E. A. (2018). Media use and brain development during adolescence. *Nature Communications*, 588(9), 1-10. doi: <https://doi.org/10.1038/s41467-018-03126-x>.
- Dalle Grave, R., Calugi, S., Sartirana, M., & Fairburn, C. G. (2015). Transdiagnostic cognitive behaviour therapy for adolescents with an eating disorder who are not underweight. *Behaviour Research and Therapy*, 73, 79-82. doi: <https://doi.org/10.1016/j.brat.2015.07.014>
- Fairburn, C. G., Cooper, Z., Doll, H. A., & Welch, S. L. (1999). Risks factors for anorexia nervosa: three integrated case-control comparisons. *Archives of general psychiatry*, 56(5), 468-476. doi: <https://doi.org/10.1001/archpsyc.56.5.468>
- Gabel, K., Pinhas, L., Eisler, I., Katzman, D., & Heinmaa, M. (2014). The effect of Multiple Family Therapy on weight gain in adolescents with anorexia nervosa: pilot data. *Journal of the Canadian academy of child and adolescent psychiatry*, 23(3), 196- 199.
- Grave, R.D., Calugi, S., Doll, H.A., & Fairburn, C.G. (2013). Enhanced cognitive behavior therapy for adolescents with anorexia nervosa: an alternative to family therapy?. *Elsevier, Behavior Research and Therapy*, 51(1), 9-12. doi: <https://doi.org/10.1016/j.brat.2012.09.008>
- Gonçalves, V.O., & Martínez, J.P. (2014). Imagem corporal de adolescentes: um estudo sobre as relações de gênero e influência da mídia. *Comunicação e Informação*, 17(2), 139-154. doi: <https://doi.org/10.5216/31792>.
- Hail, L., & Le Grange, D. (2018). Bulimia nervosa in adolescents: prevalence and treatment challenges. *Adolescent Health, Medicine and Therapeutics*, 4(9), 11-16. doi: <https://doi.org/10.2147/AHMT.S135326>.
- Heo, J., Oh, J., Subramanian, S.V., Kim, Y., & Kawachi, I. (2014). Addictive internet use among Korean adolescents: a national survey. *PLOS One*, 9(2), 1-8. doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0087819>
- Hercowitz, A. (2015). Transtornos alimentares na adolescência. *Pediatria Moderna*, 51(7).

- Hopf, R. B. B., Le Grange, D., Moessner, M., & Bauer, S. (2013). Internet-based chat support groups for parents in family-based treatment for adolescent eating disorders: a pilot study. *European Eating Disorder Review: the journal of Eating Disorder Association*, 21(3), 215-223. doi: <https://doi.org/10.1002/erv.2196>.
- Lima, N.L., Rosa, C.O.B., & Rosa, J.F.V. (2012). Identificação de fatores de predisposição aos transtornos alimentares: anorexia e bulimia em adolescentes de Belo Horizonte, Minas Gerais. *Estudos e Pesquisa em Psicologia*, 12(2), 360-378. doi: <https://doi.org/10.12957/epp.2012.8267>
- Lopes, R. F. F. (2017). Adolescência na Perspectiva da Terapia do Esquema. In C. B. Neufeld (Org), *Terapia Cognitivo-Comportamental para adolescentes: uma perspectiva transdiagnóstica e desenvolvimental* (pp. 61-76). Porto Alegre: Artmed.
- Lopez-Fernandez, O., Freixa-Blanxart, M., & Honrubia-Serrano, M. L. (2013). The problematic internet entertainment use scale of adolescents: prevalence of problem internet use in Spanish high school students. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 16(2), 108-118. doi: <https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0250>
- Ludewig, A. M., Rech, R. R., Halpern, R., Zanol, F., & Frata, B. (2017). Prevalência de sintomas para transtornos alimentares em escolares de 11 a 15 anos da rede municipal de ensino da cidade de Nova Petrópolis, RS. *Revista da AMRIGS*, 61(1), 35-39.
- Maciel, A.M. (2013). A importância da imagem no cenário da contemporaneidade: uma necessidade da educação do olhar. *Revista Temas em Educação*, 22, 95-109.
- Meier, E. P., & Gray, J. (2013). Facebook photo activity associated with body image disturbance in adolescent girls. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 10(10), 1-8. doi: <https://doi.org/10.1089/cyber.2013.0305>
- Moreira, G. S. X., Boff, R. M., Pessa, R. P., Oliveira, M. S., & Neufeld, C. B. (2017). Alimentação e Imagem Corporal. In C. B. Neufeld (Org), *Terapia Cognitivo-Comportamental para adolescentes: uma perspectiva transdiagnóstica e desenvolvimental* (pp. 150-187). Porto Alegre: Artmed.
- Nicoletti, M., Gonzaga, A.P., Modesto, S.E.F., & Cobelo, A.W. (2010). Grupo psicoeducativomultifamiliar no tratamento dos transtornos alimentares na adolescência. *Psicologia em Estudo*, 15(1), 218-223. doi: <https://doi.org/10.1590/S1413-73722010000100023>.
- Oliveira, L.L., & Deiro, C.P. (2013). Terapia Cognitivo-Comportamental para Transtornos Alimentares: a visão de psicoterapeutas sobre o tratamento. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 15(1), 36-49.
- Ornelas, E.D.V., & Santos, M.A. (2016). O percurso e seus percalços: itinerário terapêutico nos transtornos alimentares. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 32(1), 169-179. doi: <https://doi.org/10.1590/0102-37722016012445169179>

- Pedrosa, R.L., & Teixeira, L.C. (2015). A perspectiva biomédica dos transtornos alimentares e seus desdobramentos em atendimentos psicológicos. *Revista USP*, 26(2), 221 -230. doi: <https://doi.org/10.1590/0103-656420140035>
- Pontes, H., & Patrão, I. (2014). Estudo exploratório sobre as motivações percebidas no uso excessivo da internet em adolescentes e jovens adultos. *Psychology, Community & Health*, 3(2), 90-102. doi: <https://doi.org/10.5964/pch.v3i2.93>
- Reolid-Martínez, R. E., Flores-Copete, M., López-García, M., Alcantud-Lozano, P., Ayuso-Raya, M. C., & Escobar-Rabadán, F. (2016). Frecuencia y características de uso de Internet por adolescentes españoles: um estudio transversal. *Archivos Argentinos de Pediatría*, 114(1), 6-13. doi: <https://doi.org/10.5546/aap.2016.6>
- Ribeiro, V.M.M. (2016). *A Psicologia Clínica e a Prevenção das Doenças da Beleza na Sociedade Brasileira Contemporânea* (Monografia). Recuperado de: <http://repositorio.uniceub.br/bitstream/235/10354/1/21458612.pdf>
- Spizzirri, R.C.P., Wagner, A., Mosmann, C.P., & Armani, A.B. (2012). Adolescência conectada: mapeando o uso da internet em jovens internautas. *Psicologia Argumento*, 30, 327-335.
- Silva, T.A.B., Vasconcelos, F.M.N., Ximenes, R.C.C., Sampaio, T.P.A., & Sougey, E.B. (2015). As terapias cognitivo-comportamentais no tratamento da bulimia nervosa: uma revisão. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 64(2), 160-168. doi: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000072>
- Swanson, S.A., Crow, S.J., Le Grange, D., Swendsen, J., & Merikangas, K.R. (2011). Prevalence and correlates of eating disorders in adolescents. *Archives of General Psychiatry*, 68(7), 714-723. doi: <https://doi.org/10.1001/archgenpsychiatry.2011.22>
- UNICEF – Fundo das Nações Unidas para Infância. (2013). *O uso da internet por adolescentes*. Recuperado de: https://www.unicef.org/brazil/pt/br_uso_internet_adolescentes.pdf
- Uzunian, L. G., & Vitalle, M. S. S. (2015). Habilidades sociais: fator de proteção contra transtornos alimentares em adolescentes. *Ciência & Saúde Coletiva*, 20(11), 3495-3508. doi: <https://doi.org/10.1590/1413-812320152011.18362014>
- Vale, A.M.O., & Elias, L.R. (2011). Transtornos Alimentares: uma perspectiva analítico-comportamental. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 13(1), 52-70.
- Wartberg, L., Kriston, L., Kammerl, R., Petersen, K. U., & Thomasius, R. (2015). Prevalence of pathological internet use in a representative german sample of adolescents: results of a latent profile analysis. *Psychopathology*, 48, 25-30. doi: <https://doi.org/10.1159/000365095>
- Wildes, J. E., & Marcus, M. D. (2012). Weight suppression as a predictor of weight gain and response to intensive behavioral treatment in patients with anorexia nervosa. *Behaviour Research Therapy*, 50(4), 266-274. doi: <https://doi.org/10.1016/2012.02.006>
- Willhelm, A. R., Fortes, P.M., & Pergher, G.K. (2015). Perspectivas atuais da terapia cognitivo-comportamental no tratamento dos transtornos alimentares: uma revisão sistemática. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental Cognitiva*, 17(2), 52-65.