

A educação alimentar e nutricional como estratégia no tratamento dos transtornos alimentares**Food and nutrition education as a strategy in the treatment of eating disorders**

DOI:10.34119/bjhrv3n4-322

Recebimento dos originais: 25/07/2020

Aceitação para publicação: 26/08/2020

Claudia Torquato Scorsafava Farias

Graduada em Ciências Jurídicas pelo Centro Universitário de Campo Grande - UNAES
Especialista em Direito Processual: Grandes Transformações pela Universidade da Amazônia
Unama e pela Rede de Ensino Luiz Flávio Gomes – LFG
Graduada em Nutrição pelo Centro Universitário Unigran Capital
Endereço: Av. do Poeta, 900, Casa 24, Parque dos Poderes – Campo Grande-MS, CEP 79031-350
E-mail: ctorquatosf@gmail.com

Rafaela Henriques Rosa

Mestre no Curso de Pós-Graduação da Saúde e Desenvolvimento da Região Centro Oeste
(UFMS/FAMED)
Doutoranda no Curso de Pós-Graduação da Saúde e Desenvolvimento da Região Centro Oeste
(UFMS/FAMED)
Professora titular da Faculdade Unigran Capital dos cursos de Educação Física
(Licenciatura e Bacharelado) e Nutrição
Endereço: Rua Abrão Julio Rahe, 325, Centro. Campo Grande, MS. CEP 79010-010
E-mail: rafaela.rosa@unigran.br

RESUMO

Os transtornos alimentares são doenças de fundo psiquiátricos, que promovem danos relacionados a comportamentos alimentares, implicando em graves distorções na imagem corporal, as quais provocam severas alterações nos comportamentos alimentares como compulsão e/ou inanição, podendo levar à morte ou causar morbidades. Objetivou-se, com essa pesquisa, demonstrar a aplicação da Educação Alimentar e Nutricional como estratégia no tratamento nos Transtornos do Comportamento Alimentar. Trata-se de uma revisão bibliográfica de caráter exploratório e qualitativo, por meio da consulta nas bases de dados: Scielo, PubMed e Google Acadêmico, utilizando os descritores: Educação Alimentar e Nutricional e Transtornos Alimentares. Incluíram-se artigos entre os anos 1997 a 2018 que continham pelo menos um dos descritores selecionados, excluindo da pesquisa dissertações, teses, monografias, artigos em outros idiomas, exceto português e inglês, e estudos que não tratavam especificamente do tema. Totalizam-se 10 artigos utilizados. Teoricamente a pesquisa está embasada em: ALVARENGA(2017), LATTERZA(2004), GOUGLIN(2016), GREENWOOD; FONSECA(2016) e AMERICA PSYCHIATRIC ASSOCIATION(2006). Os resultados apontam no sentido de que, por se tratar de uma patologia que se destaca pelo seu caráter multifatorial, ao envolver causas genéticas, psicológicas, familiares, socioculturais, biológicas e nutricionais, o tratamento requer a atuação de equipe multiprofissional formada por médicos, psicólogos e, em especial, por nutricionistas, por envolver alterações profundas no consumo, padrões e comportamentos alimentares do paciente, bem como os estudos asseveram que a utilização de ferramentas como a Educação Alimentar e Nutricional e a Técnica do Comportamento-cognitivo demonstrou ser eficaz na reparação do estado de nutricional

e da redução ou da cessação de comportamentos inadequados para a saúde, quando utilizadas em conjunto com outros tratamentos desenvolvidos por membros da equipe multidisciplinar, não sendo, portanto, eficaz para o tratamento quando utilizada de forma isolada. Como se observa, por se tratar de uma pesquisa que visa demonstrar o uso da ferramenta Educação Alimentar e Nutricional no tratamento dos transtornos alimentares, torna-se de extrema relevância para a comunidade acadêmica.

Palavras-Chave: Educação Alimentar e Nutricional, Transtornos Alimentares

ABSTRACT

Eating disorders are psychiatric illnesses that promote damage related to eating behaviors, implying serious distortions in body image, which cause severe alterations in eating behaviors such as compulsion and/or starvation, which can lead to death or cause morbidity. The objective of this research was to demonstrate the application of Food and Nutrition Education as a strategy in the treatment of eating disorders. This is an exploratory and qualitative bibliographic review, using the descriptors: Food and Nutrition Education and Eating Disorders. Articles from 1997 to 2018 that contained at least one of the selected descriptors were included, excluding from the research dissertations, theses, monographs, articles in other languages, except Portuguese and English, and studies that did not specifically deal with the subject. There are a total of 10 articles used. Theoretically the research is based on: ALVARENGA(2017), LATTERZA(2004), GOUGLIN(2016), GREENWOOD; FONSECA(2016) and AMERICA PSYCHIATRIC ASSOCIATION(2006). The results point out that, because it is a pathology that stands out for its multifactorial character, involving genetic, psychological, family, socio-cultural, biological and nutritional causes, the treatment requires the performance of a multiprofessional team formed by doctors, psychologists and, especially, nutritionists, because it involves profound changes in the patient's consumption, patterns and eating behaviors, as well as studies assert that the use of tools such as Food and Nutrition Education and the Cognitive Behavior Technique has proven to be effective in repairing the nutritional state and the reduction or cessation of inadequate health behaviors when used in conjunction with other treatments developed by members of the multidisciplinary team, and therefore not effective for treatment when used alone. As it can be observed, since this is a research that aims to demonstrate the use of the Food and Nutrition Education tool in the treatment of eating disorders, it becomes of extreme relevance to the academic community.

Keywords: Food and Nutrition Education, Eating Disorders

1 INTRODUÇÃO

Os transtornos alimentares são caracterizados por quadros psiquiátricos que resultam em complicações clínicas, cujos danos estão relacionados às alterações no comportamento alimentar, às severas distorções em sua imagem corporal e aos agravos psicossociais, os quais levam a uma série de atitudes comportamentais compensatórias como a inanição e/ou compulsão-purgação-restrição. (ALVARENGA, 2017, LATTERZA, 2004)

Embora sendo pouco conhecida a patogênese dos transtornos alimentares, sabe-se que sua etiologia se destaca pelo caráter multifatorial, envolvendo diversas causas como: genéticas, psicológicas, familiares, socioculturais, biológicas e nutricionais, que interagem entre si de forma

incompreensível, podendo levar a limitações físicas, emocionais e sociais. (AMERICA PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2006; ALVARENGA, 2017)

Dados epidemiológicos apontam que os mais afetados pelos transtornos alimentares são os adolescentes e os adultos jovens do sexo feminino (CORDÁS, 2004). Segundo dados do Programa de Transtornos Alimentares (AMBULIM, 2019), do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, ao longo da vida, entre 0,5% e 4% das mulheres terão anorexia nervosa; de 1% a 4,2%, bulimia nervosa, e 2,5% terão transtorno do comer compulsivo.

De acordo com Alvarenga (2017), os critérios para diagnósticos desses transtornos são definidos tanto pela Organização Mundial da Saúde, por meio da Classificação Internacional de Doença e Problemas Relacionados à Saúde (CID-10), como pela DSM-5 (Diagnóstico e Estatística de Distúrbios Mentais).

Diante da complexidade clínica dos transtornos alimentares, o tratamento requer uma equipe interdisciplinar composta, no mínimo, por médico psiquiatra, psicólogo e nutricionista, podendo também demais profissionais como psicólogos, enfermeiros e outros contribuir para o tratamento dessa patologia. (AMERICA PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2006; Alvarenga, 2017). Em convergência a essa orientação, a *American Dietetic Association* assevera ao nutricionista, na equipe multiprofissional, a orientação e educação nutricional devendo esta ser integrada ao tratamento dos transtornos alimentares. (OZIER, 2011; HENRY, 2011)

O Manual de Diagnóstico e Estatística de Distúrbios Mentais, quinta edição (DSM-5), publicada em 2013, pela *American Psychiatric Association*, estabelece que as três maiores patologias dos transtornos alimentares são a anorexia nervosa, a bulimia nervosa e o distúrbio alimentar não especificado, tendo a anorexia e bulimia algumas características em comum como a autoavaliação baseada no peso e na forma física, onde ambas apresentam um medo excessivo de engordar. (AMERICA PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2013)

Os sinais e sintomas da anorexia nervosa são caracterizados pela perda de peso a um nível abaixo de 85% do peso corporal estimado, acompanhados por uma distorção da autoimagem, por uma baixa autoestima e por adoção de dietas rígidas com o objetivo desproporcional de atingir padrões de beleza, veiculados por meios de comunicação, que passam a ideia de que ser magro é sinônimo de sucesso, autocontrole e ser atraente e etc. (COUGHLIN, 2016; OLIVEIRA, 2010)

A bulimia nervosa tem como sintomas característicos a apresentação da compulsão alimentar e do comportamento de compensação com vômitos provocados, uso de laxantes, diuréticos e outros recursos para emagrecer. (COUGHLIN, 2016; OLIVEIRA, 2010).

Ao longo dos anos, com o aumento de casos com graus significativos de morbidade e de mortalidade, os transtornos alimentares passaram a ser o foco de atenção dos profissionais de saúde, em especial dos nutricionistas, que passaram a ter um papel fundamental na equipe interdisciplinar, em razão da maioria dos pacientes com transtornos possuírem hábitos e práticas alimentares inadequados, assim como apresentarem crenças equivocadas sobre alimentação que, na maioria das vezes, resultam em agravamento do estado nutricional (LATTERZA,2004; PINZON,2004; SCAGLIUSI, 2019).

As condutas nutricionais utilizadas no tratamento dos transtornos alimentares almejam reverter alterações funcionais, recuperar o estado nutricional, promover um padrão alimentar que atenda às necessidades e as recomendações nutricionais, sugerir mudanças no comportamento alimentar, quando inadequadas e, por fim, melhorar a relação paciente-alimento (LATTERZA,2004, ALVARENGA,2004, TRECCO,2016).

Para auxiliar no tratamento dos transtornos alimentares, a literatura põe à disposição dos nutricionistas diversas ferramentas, sendo que a Educação Alimentar e Nutricional e a Técnica do Cognitivo-comportamental têm sido as mais utilizadas, em razão de apresentarem resultados mais eficazes. Ocorre que, para aplicação dessas ferramentas é preciso que o profissional de nutrição esteja munido de uma boa base teórica acerca de cada uma delas (ALVARENGA,2017).

De modo histórico, desde as primeiras décadas do século XX, a Educação Alimentar e Nutricional tem sido destaque nas políticas e programas de educação em saúde (BOOG,1997).

Os motivos pelos quais a Educação Alimentar e Nutricional sempre ocupou espaço de destaque são os mais diversos, conforme relata a história. Como exemplo, na década de 1940, as políticas e programas em Educação e Saúde, foram implementadas em razão do surgimento de diversas doenças de cunho higiênico-sanitário (BOOG,1997).

Naquela época, os programas tinham por finalidade incentivar a população a aderir a novos hábitos de vida, com o intuito de combater as epidemias, que provocavam doenças, causando prejuízos ao mundo do trabalho e ao desenvolvimento econômico. Esses programas tinham com ênfase o binômio “alimentação e educação”, com meio de auxiliar essas políticas, o Estado criou o Serviço de Alimentação da Previdência Social- SAPS, pelo Decreto-Lei n. 2478/1940, que era encarregado de fornecer alimentação aos trabalhadores segurados pelos Institutos de Aposentadoria e Pensão (BOOG,1997; GREENWOOD; FONSECA, 2016).

Nas décadas de 1950 e 1960, ainda sobre a égide do binômio “alimentação e educação”, as referidas políticas se encontravam mais delineadas com a implementação de três programas voltados para trabalhadores, população materno-infantil e para os escolares, que forneciam alimentação. Nesse período, os projetos educativos em saúde eram baseados nos ensinamentos de Paulo Freire, precursor

da sistematização teórica da Educação Popular, que tinha por objetivo tornar o educando portador de saber acerca do processo “saúde-doença-cuidado”. (BOOG,1997; GREENWOOD; FONSECA, 2016).

Ainda, nas décadas de 1950 e 1960, num esforço comum, a Organização Pan-Americana da Saúde, Organização Mundial da Saúde e Organização das Nações Unidas para Alimentação e Agricultura preconizavam que a educação nutricional era responsabilidade de todos, sendo portanto, necessária a ajuda de todos os seguimentos da sociedade à época para promover educação nutricional (BOOG,1997).

No interregno de 1967 a 1977, durante o período de recessão da cidadania, considerado Período Militar, a educação nutricional ficou praticamente ausente dos programas de saúde pública, sendo desenvolvidos poucos estudos na área. Para mudar aquela realidade, na década de 1980, os profissionais de nutrição visando alterar o comportamento alimentar da população, iniciaram um movimento isolado. Utilizando-se do modelo baseado no enfoque “biológico-técnico”, começaram a revisar suas formas de atuação, ou seja, com o intuito de construir um novo modelo de saúde, começaram a fazer interlocução entre a ciência nutricional e áreas das ciências humanas (BOOG,1997; FRANÇA 2017; GREENWOOD; FONSECA, 2016).

Paralelo a tudo que estava acontecendo, no final da década de 1970, estudos demonstravam que, na população menos favorecida, a renda era um empecilho para obtenção de uma alimentação saudável. Assim, alinhadas ao novo contexto, as políticas em Educação e Saúde foram redirecionadas focando a sua atenção no binômio “alimentação-renda”, com vistas a melhorar a alimentação consumida pela população (BOOG,1997).

Em 1988, com a promulgação da Constituição Federal, denominada Constituição Cidadã, instala-se um novo marco para elaboração e implantação de políticas públicas no campo da educação e da saúde com a criação do Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional - para as políticas públicas de promoção à saúde e à segurança alimentar e nutricional. Com a instituição desse instrumento, passou-se adotar o termo Educação Alimentar e Nutricional – EAN, por entender que o emprego dos termos “Educação Alimentar” e “Educação Nutricional”, utilizados de forma isolada, não alcançavam o verdadeiro sentido da Educação Alimentar e Nutricional (BRASIL,2018).

A partir da instituição do Marco, o conceito da Educação Alimentar e Nutricional passa a ser definido por alguns autores como sendo não apenas um processo que tem por fim auxiliar na adoção de hábitos saudáveis com foco no comportamento alimentar e na ampliação de conhecimentos sobre nutrição, visando prevenir doenças e promover bem-estar, mas uma prática contínua e permanente, que requer empenho do profissional de nutrição de forma a compreender também aspectos culturais,

religiosos e socioeconômico, e os princípios do Direito Humano à Alimentação Adequada e da garantia à Segurança Alimentar e Nutricional (BRASIL,2018).

Nesse sentido, a utilização da Educação Alimentar e Nutricional com estratégia de tratamento nos transtornos alimentares não se restringe a simples orientação sobre alimentação saudável, mas é necessária a utilização de técnicas de aconselhamento nutricional, onde deve ser trabalhada no paciente a desconstrução de crenças inadequadas com o escopo de restabelecer a adequada relação com o alimento (ALVARENGA,2017).

A outra ferramenta, também utilizada pelo nutricionista nos transtornos alimentares é a Técnica do Cognitivo-comportamental, que tem por finalidade fazer com que o paciente identifique pensamentos ou crenças disfuncionais, faça a auto monitoração de seus pensamentos negativos, identifique a relação entre pensamentos, crenças e sentimentos subjacentes, além de conseguir identificar e aprender padrões de pensamentos funcionais e adaptativos (ALVARENGA,2017).

A *American Dietetic Association* também incentiva a utilização da Técnica do Cognitivo-comportamental por nutricionista, mas alerta que, por exigir habilidades e conhecimento em psicologia, psiquiatria, o nutricionista somente deve trabalhar com essa técnica se tiver treinamento e experiência em transtornos alimentares ou então deve optar por trabalhar em conjunto com psicoterapeutas, em uma abordagem “psiconutricional” (ADA,2006).

Nesse sentido, com base nas teorias apresentadas por autores como ALVARENGA (2017), LATTERZA (2004), GOUGLIN (2016), GREENWOOD; FONSECA (2016) e AMERICA PSYCHIATRIC ASSOCIATION (2006), o presente trabalho tem por objetivo demonstrar a aplicação da Educação Alimentar e Nutricional como estratégia no tratamento nos Transtornos do Comportamento Alimentar.

Para tanto, por se tratar de uma pesquisa em que os resultados apontam para eficácia da Educação Alimentar e Nutricional como estratégia no tratamento nos Transtornos do Comportamento Alimentar, torna-se de extrema relevância para a comunidade acadêmica e científica.

2 MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de uma revisão bibliográfica de caráter exploratório e qualitativo, sobre o tema A Educação Alimentar e Nutricional como estratégia no tratamento dos Transtornos do Comportamento Alimentar, onde foi realizado um levantamento em artigos indexados nas bases de dados: SciELO, PUBMED, GOOGLE ACADÊMICO utilizando os descritores: Educação Alimentar e Nutricional, Transtornos Alimentares. Foram selecionados artigos que atendiam aos seguintes critérios de inclusão: artigos publicados entre 1997 a 2018 que continham pelo menos um dos descritores selecionados. Os

critérios de exclusão utilizados foram: dissertações, teses, monografias, artigos em outros idiomas, exceto português e inglês, e estudos que não tratavam especificamente do tema. Diante da pesquisa, totalizaram-se dez artigos utilizados.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A literatura converge no sentido de afirmar que a participação do nutricionista no tratamento dos transtornos alimentares é de fundamental importância, posto que essas patologias provocam alterações profundas no estilo de vida do paciente, em especial no que se refere ao consumo e aos padrões e comportamentos alimentares. (LATTERZA,2004)

Com relação à terapia nutricional nos transtornos alimentares, os profissionais de nutrição devem realizá-la, preferencialmente, de forma individualizada, visto que o tratamento visa à promoção de hábitos alimentares saudáveis e a inibição de comportamentos inadequados (ALVARENGA, 2017; CASTRO,2015). Também, deve-se utilizar as abordagens tradicionais contempladas nos programas de nutrição clássica, como avaliação nutricional, coleta de dados antropométricos, prescrição alimentar com base nas diretrizes nacionais e internacionais relacionada a esses transtornos, assim como deve-se ofertar ao paciente uma variedade de cardápios e receituários com dicas de alimentação saudável. (SCAGLIUSI, 2019)

No que se refere ao uso da ferramenta Educação Alimentar e Nutricional e da técnica do Cognitivo-comportamental na terapia nutricional, estudiosos as consideram como elementos importantes, tanto para o tratamento dos transtornos alimentares e para outras patologias, como para a promoção da saúde do indivíduo em geral e/ou com patologias, no sentido de ensinar a alimentação considerada adequada e correta sob o enfoque estritamente biológico, descontextualizada de crenas e mitos. (ALVARENGA,2017; GREENWOOD; FONSECA, 2016)

A Educação Alimentar e Nutricional, quando utilizada como estratégia nos cuidados nutricionais do paciente com transtornos alimentares, permite ao profissional a aplicação de diversos métodos, recursos e técnicas como *empowerment*, que visam ao desenvolvimento de habilidades individuais, a fim de estimular no paciente a tomada de decisões favoráveis à qualidade de vida e à saúde. No entanto, em virtude desses pacientes apresentarem disfunções psiquiátricas, com profundas alterações cognitivas que comprometem a relação corpo-mente, não é recomendada a aplicação isolada da Educação Alimentar e Nutrição, devendo, portanto, ser aplicada em conjunto com outros tratamentos no intuito de se alcançar a cura do paciente. (ALVARENGA, 2017, LATTERZA, 2004)

4 CONCLUSÃO

Os transtornos alimentares são considerados uma patologia psiquiátrica grave, com complexa etiologia, resultando em uma séria de atitudes comportamentais compensatórias como a inanição e/ou compulsão-purgação-restrição, que devem ser tratados por uma equipe interdisciplinar, composta médicos, psicólogos e, em especial, por nutricionistas, posto que essas doenças promovem alterações profundas no consumo e padrões e nos comportamentos alimentares do paciente. (ALVARENGA, 2017, LATTERZA, 2004)

O estudos apontam que estão disponíveis ao profissional da nutrição diversas ferramentas para tratar os pacientes com os transtornos alimentares, sendo as mais aplicadas a Educação Alimentar e Nutricional e a Técnica do Comportamento-cognitivo. Segundo a literatura, ambas visam a reparação do estado nutricional, a redução ou a cessação de comportamentos inadequados para a saúde do paciente, assim como convergem para o bem-estar biopsicossocial do paciente.

Diante dos resultados, percebe-se que a Educação Alimentar e Nutricional é considerada apenas como uma estratégia a ser utilizada em conjunto com outros tratamentos desenvolvidos por membros da equipe multidisciplinar, não sendo, portanto, eficaz para o tratamento quando utilizada de forma isolada.

Para tanto, apesar de ser uma pesquisa cujos resultados são relevantes para os profissionais que atuam no tratamento dos transtornos alimentares e contribuir para as discussões nas Ciências Nutricionais, requer maiores estudos pela comunidade acadêmica.

REFERÊNCIAS

ALVARENGA M.S, Abordagens no Transtorno Alimentar – Anorexia, Bulimia, Compulsão Alimentar Não Especificado. In: TRECCO, Sônia. **Educação alimentar e nutricional: da teoria à prática**. Vila Mariana, SP: Roca, 2017, p. 193-199.

ALVARENGA, M.S. LARINO, Maria A. Terapia nutricional na anorexia e bulimia nervosas. **Revista Brasileira de Psiquiatria**. São Paulo, SP, 2002, 24 (sup. 3), p. 39-43. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/26373325_Terapia_nutricional_na_anorexia_e_bulimia_nervosas>. Acesso em: 11 de ago. 2019.

AMBULIM (São Paulo). Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo. **O que são?** 2020. Disponível em: <http://www.ambulim.org.br/TranstornosAlimentares/OqueSao> . Acesso em: 11 ago. 2019.

AMERICAN DIETETIC ASSOCIATION. Position of the American Dietetic Association: Nutrition Intervention in the Treatment of Anorexia Nervosa, Bulimia Nervosa, and Other Eating Disorders. **Journal Of The American Dietetic Association**, [s.l.], v. 106, n. 12, p. 2073-2082, dez. 2006. Elsevier BV. Disponível em: < <http://dx.doi.org/10.1016/j.jada.2006.09.007>> . Acesso em: 11 de ago. 2019.

BOOG, M.C.F.. Educação nutricional: passado, presente, futuro. **Revista de Nutrição: PUCCAMP**, Campinas, v. 10, n. 1, p. 5-19, 1997. Disponível em: <<file:///E:/artigo%20-%20nutrição%20comportamental/Educação-Nutricional-passado-presente-e-futuro.pdf>>. Acesso em: 13 ago. 2019.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social – MDS Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional – SESAN. **Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional**. Brasília, 2018. Disponível em: >file:///E:/artigo%20-%20nutrição%20comportamental/CADERNO%20E%20PRÁTICA%20EM%20_EAN_semmarca.pdf>. Acesso em: 10 de ago. 2019.

CASTRO, Inês, Rugani Ribeiro. Desafios e perspectivas para a promoção da alimentação adequada e saudável no Brasil. **Caderno de Saúde Pública**. Rio de Janeiro, v. 31, n. 1., jan. 2015. Disponível em:< <file:///E:/artigo%20-%20nutrição%20comportamental/Desafios%20e%20perspectivas%20para%20a%20promoção%20da%20alimentação%20adequada%20e%20saudável%20no%20Brasil.pdf> >. Acesso em: 09 de ago. 2019.

CORDÁS, Taki, A. Transtornos alimentares: classificação e diagnóstico. **Revista de Psiquiatria Clínica**. São Paulo, v.31, 2004, p. 154 -157. Disponível em: < <file:///C:/Users/claud/Documents/ARTIGO%20-%20CONGRESSO/TRANSTONOS%20ALIMENTARES%20-%20TEM%20CITAÇÃO.pdf>> Acesso em: 10 de ago. 2019.

COUGHLIN, Janelle W. SEIDE, Margarez. GUARDA Angela S. Distúrbios comportamentais que afetam a ingestão alimentar: transtornos alimentares e outras condições psiquiátricas. In: ROSS et al. **Nutrição moderna de Shils**. 11ª ed. Barueri, SP: Manole,2016, p. 1330-1341.

FRANÇA, Camila, Jesus et al. Estratégias de educação alimentar e nutricional na Atenção Primária à Saúde: uma revisão de literatura. **Saúde Debate**. Rio de Janeiro, V. 41, n 114, p. 932-948, JUL-SET 2017. Disponível em: <file:///E:/artigo%20-%20nutrição%20comportamental/ESTRATÉGIAS%20DE%20EDUCAÇÃO%20ALIMENTAR%20E%20NUTRICIONAL%20NA%20ATENÇÃO%20PRIMÁRIA.pdf>. Acesso em: 11 de ago. 2019.

GREENWOOD, S. A.; FONSECA, A. B. Espaços e caminhos da educação alimentar e nutricional no livro didático. **Ciência e Educação**. Bauru, v. 22, n. 1, p. 201-218, 2016. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ciedu/v22n1/1516-7313-ciedu-22-01-0201.pdf>>. Acesso em: 11 ago. 2019.

LATTERZA, Andréa, Romero et al. Tratamento nutricional dos transtornos alimentares. **Revista de Psiquiatria Clínica**. Vol. 31, n. 4, p. 173-176, 2004. Disponível em: <file:///E:/artigo%20-%20nutrição%20comportamental/TRANSTORNOS%20ALIMENTARES/tratamento%20nutricional%20nos%20transtornos%20alimentares.pdf>. Acesso em: 13 de ago. 2019.

OLIVEIRA, Letícia L. HUTZ, Cláudio S. Transtornos alimentares: o papel dos aspectos culturais no mundo contemporâneo. **Revista de Psicologia em Estudos**. Maringá, v.15, n. 3, p.573-583, jul/set. 2010.

OZIER, A.D. HENRY, Beverly W.. Position of the American Dietetic Association: nutrition intervention in the treatment feating disorders. **Journal of the American Dietetic Association**, v. 111, ed. 8., agosto, 2011, p. 1236 – 1241. Disponível em: <<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0002822311007127#!>> . Acesso em: 13 de ago. 2019.

PINZON. Vanessa; CHAMELET, Fabiana. Epidemiologia. Curso e evolução dos transtornos alimentares. **Revista de Psiquiatria Clínica**. Coimbra. v. 31, n. 4, p. 158-160, 2004. Disponível em: <file:///E:/artigo%20-%20nutrição%20comportamental/TRANSTORNOS%20ALIMENTARES/EPIDEMIOLOGIA,%20CURSO%20E%20EVOLUÇÃO%20DOS%20TRANSTORNOS%20ALIMENTARES.pdf>. Acesso em: 12 de ago. 2019.

SCAGLIUSI, Fernanda B. Transtornos alimentares. In: CUPPARI, Lilian. **Nutrição clínica no adulto**. 4ª ed. Barueri, SP: Monole, 2019.

TRECCO, Sônia. Educação Nutricional. In: _____ **Guia Prático de Educação Nutricional**. São Paulo: Monole, 2016, p 1-5.