



**CENTRO UNIVERSITÁRIO NOBRE
BACHARELADO EM NUTRIÇÃO**

ANA CLEIA OLIVEIRA DOS SANTOS RODRIGUES
ANA LUIZA SOARES PRADO SANTOS
MICHELLE GOMES SOARES RIBEIRO

**FATORES DETERMINANTES E PRINCIPAIS COMPLICAÇÕES DECORRENTES
DA RESTRIÇÃO ALIMENTAR EM ADOLESCENTES**

FEIRA DE SANTANA – BA
2021

ANA CLEIA OLIVEIRA DOS SANTOS RODRIGUES
ANA LUIZA SOARES PRADO SANTOS
MICHELLE GOMES SOARES RIBEIRO

**FATORES DETERMINANTES E PRINCIPAIS COMPLICAÇÕES DECORRENTES
DA RESTRIÇÃO ALIMENTAR EM ADOLESCENTES**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Centro Universitário Nobre (UNIFAN) como requisito final obrigatório para obtenção do grau de Bacharel em Nutrição, sob a supervisão da Prof. Me. Gustavo Marques Porto Cardoso.

Orientadora: Prof. Me. Liliane Vidal de Oliveira Damas.

FEIRA DE SANTANA - BA
2021

**FATORES DETERMINANTES E PRINCIPAIS COMPLICAÇÕES DECORRENTES
DA RESTRIÇÃO ALIMENTAR EM ADOLESCENTES**

ANA CLEIA OLIVEIRA DOS SANTOS RODRIGUES
ANA LUIZA SOARES PRADO SANTOS
MICHELLE GOMES SOARES RIBEIRO

BANCA EXAMINADORA

Prof. Me. Liliane Vidal de Oliveira Damas
(ORIENTADORA)

Prof. Me. Gustavo Marques Porto Cardoso
(PROFESSOR DE TCC II)

Prof. Esp. Glayson Jorge Velloso Silva
(CONVIDADO)

CENTRO UNIVERSITÁRIO NOBRE

FATORES DETERMINANTES E PRINCIPAIS COMPLICAÇÕES DECORRENTES DA RESTRIÇÃO ALIMENTAR EM ADOLESCENTES

Ana Cleia Oliveira dos Santos Rodrigues¹

Ana Luiza Soares Prado Santos¹

Michelle Gomes Soares Ribeiro¹

Liliane Vidal de Oliveira Damas²

RESUMO

Introdução: A restrição alimentar é uma prática caracterizada por longos períodos sem alimentação ou pela ingestão de alimentos de baixa caloria, associado a um comportamento alimentar inadequado e que pode resultar em transtornos alimentares. Junto a adolescentes tem se verificado crescente o número desses casos, o que evidencia uma preocupação atual no campo da saúde pública.

Objetivo: Este estudo teve por objetivo analisar os fatores determinantes e principais complicações relacionadas à restrição alimentar em adolescentes.

Metodologia: Trata-se de uma pesquisa de literatura, descritiva e qualitativa cuja coleta de dados processou-se junto à produção nacional disponível nas bases de dados da SCIELO, LILACS e Portal de Periódicos da CAPES no período compreendido entre os anos 2010 a 2020.

Resultados: Em adolescentes os fatores determinantes para a restrição alimentar, são: influências socioculturais e da mídia, bem como distorção da imagem corporal e peso, estando jovens do gênero feminino mais propensos a práticas alimentares inadequadas. As principais consequências da restrição alimentar englobam: baixo índice nutricional e deficiências de ferro, sódio, magnésio, potássio e cálcio, bem como a ocorrência de anorexia e bulimia.

Conclusão: Diante das repercussões negativas, conclui-se abordando a necessidade de adolescentes serem melhores monitorados quanto às práticas alimentares, que devem ser conduzidas de forma adequada e preferencialmente com o suporte profissional especializado, a partir das contribuições de um nutricionista.

Palavras- Chave: Restrição Alimentar. Adolescentes. Comportamento Alimentar.

ABSTRACT

Introduction: Food restriction is a practice characterized by long periods without food, or by the ingestion of low-calorie foods, associated with inappropriate eating behavior and which can result in eating disorders. Among adolescents, the number of these cases has increased, which highlights a current concern in the Field of public health. **Objective:** This study aimed to analyze the determining factors and main complications related to food restriction in adolescents. **Methodology:** This is a literature, descriptive and qualitative research whose data collection was carried out

¹ Bacharelanda em Nutrição pelo Centro Universitário Nobre (UNIFAN).

² Professora Mestre e docente do Centro Universitário Nobre de Feira de Santana, 2021.1.

with the national production available in the databases of SCIELO, LILACS and CAPES Periodical Portal in the period between the years 2010 to 2020. **Results:** In adolescents, the determining factors for dietary restriction are: sociocultural and media influences, as well as distortion of body image and weight, Young females more prone to inappropriate eating practices. The main consequences of food restriction include: low nutritional index and iron, sodium, magnesium, potassium and calcium deficiencies, as well as the occurrence of anorexia and bulimia. **Conclusion:** In view of the negative repercussions, it is concluded by addressing the need for adolescents to be better monitored in terms of their eating habits, which should be properly conducted and preferably with specialized professional support, based on the contributions of a nutritionist.

Keywords: Food Restriction. Teenagers. Feeding Behavior.

INTRODUÇÃO

A adolescência corresponde a um período de transformações biológicas e psíquicas no indivíduo, é o momento em que se estabelece a identidade, perpassa pela emergência da sexualidade, que representam fatores geradores de muitas inquietudes e sofrimento. Compreende a fase de impulsividades, momentos inesperados de desprazeres, a tolerância e a paciência vão perdendo espaço para o imediatismo e a busca de forma rápida por saciar os desejos e vontades. A alimentação nessa fase para muitos adolescentes é uma forma de compensação para momentos alegres ou tristes, momentos de euforia ou de culpa. De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS) essa etapa é compreendida pelo período que vai dos dez aos dezenove anos de idade, sendo dividido em duas fases: a primeira, que vai dos dez aos quatorze anos de idade e a segunda fase que vai dos quinze aos dezenove anos. Na primeira há um indivíduo que apresenta uma demanda nutricional elevada, decorrente das mudanças puberais (SILVA; TEIXEIRA; FERREIRA, 2014).

Conforme expõem Eisenstein *et al.* (2020) as relações entre nutrição, crescimento e desenvolvimento são essenciais na vida de todas crianças e adolescentes. Sabe-se que a nutrição adequada tem um papel importante em todas as fases da vida, pois é ela a fonte de vitaminas e minerais necessárias ao desenvolvimento ósseo, muscular e geração de energia necessária para o organismo. Para o estabelecimento de uma nutrição saudável, se faz necessário a

escolha de alimentos adequados, que contenham os nutrientes essenciais e adequados a cada fase de vida.

Contudo, uma grande problemática atual que aflige a adolescência é a obesidade, dados do IBGE (2020) apontam que até 2025, 75 milhões de crianças estarão obesas, e cerca de 18% da população adolescente apresentam sobrepeso, 9,5% tem obesidade e 3,98% têm obesidade grave (BRASIL, 2020).

Um dos principais fatores para o surgimento deste problema está relacionado a compulsão alimentar que segundo Pivetta e Gonçalves-Silva (2010) caracteriza-se pela ingestão de uma grande quantidade de alimentos em um curto período de tempo, acompanhado da sensação de perda de controle sobre o quanto se come. A ansiedade é uma das causas dessa ocorrência.

Outro aspecto relacionado a isso corresponde à própria memória alimentar afetiva desenvolvida pelo adolescente desde o nascimento, que engloba os hábitos maternos, geralmente não saudáveis em decorrência, principalmente, das consequências da vida moderna, em que o tempo disponível para uma alimentação adequada e no conforto e horário necessário, muitas vezes cede espaço para o fast food e alimentos industrializados de modo excessivo (TAVARES, 2018).

Quando o indivíduo chega a adolescência, vários fatores passam a exercer influência sobre suas escolhas e hábitos alimentares, tais como valores socioculturais, convivências sociais, situação financeira, etc. Contudo, sob o apelo da mídia e da busca exacerbada pelo padrão de beleza são esses os mais vulneráveis a adotarem comportamento restritivos em relação a alimentação, muitas vezes buscando por meio dele apreender um padrão “aceitável” para garantir melhor socialização e autoestima (BERTIN *et al.*, 2008).

Fortes *et al.* 2015 relatam que a restrição alimentar consiste em episódios de longos períodos sem a ingestão de comida, ou com pouca ingestão de alimentos com alto teor calórico e representa um dos principais diagnósticos presentes em portadores de transtorno alimentar. Tem prevalência média de 25% no público adolescente, sendo a busca pelo ideal de magreza ou corpo ideal o principal fator de influência.

Soihet e Silva (2019) destacam que indivíduos praticantes de dietas restritivas, são vulneráveis a desenvolver algum tipo de transtorno alimentar, sendo a compulsão a mais prevalente. Por outro lado, é esta população extremamente propensa a desenvolver problemas emocionais a exemplo da ansiedade, depressão,

nervosismo e irritabilidade. E isso ocorre devido às consequências psíquicas causadas pela baixa ingestão calórica e jejuns prolongados que afetam não apenas o funcionamento metabólico, mas exercem influência sobre os sistemas nervoso e sensorial.

Avaliando esses aspectos surgiu a seguinte inquietação de pesquisa: quais são os fatores determinantes e principais complicações decorrentes da restrição alimentar que podem acometer adolescentes?

Sabe-se por sua vez, que os transtornos alimentares constituem fatores contribuintes para o desencadeamento de diversos distúrbios psicológicos, sendo a ansiedade um dos principais problemas atualmente enfrentados pelos adolescentes, que sob a influência da mídia, tem adotado comportamentos alimentares inadequados, elevando-se o consumismo de dietas altamente calóricas que o levam a obesidade, e adotando práticas restritivas de consumo alimentar como medidas para resolução imediata do problema, que por sua vez, constituem-se em medidas de risco para a sua saúde.

O objetivo deste estudo é analisar os fatores determinantes e principais complicações relacionadas à restrição alimentar em adolescentes. Tem-se como objetivos específicos: relatar o impacto da restrição alimentar sobre a qualidade de vida e saúde de adolescentes, levantar dados que possam designar grupos ou gêneros em que esta realidade é mais prevalente.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão de literatura, do tipo integrativo, de abordagem qualitativa e caráter descritivo. A coleta de dados se processou com o auxílio da pesquisa bibliográfica, sendo selecionados artigos publicados sobre a temática proposta conforme dados da Scielo (*Scientific Eletronic Library Online*), LILACS (Literatura Latino Americana e do Caribe) e Portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento do Ensino Superior (CAPES), no período compreendido entre os anos de 2010 a 2020.

Os critérios de inclusão foram: artigos publicados na íntegra, em língua portuguesa, no recorte temporal estabelecido, que trouxessem dados sobre

adolescentes com idade entre 10 a 19 anos, que abordassem sobre fatores de risco para restrição alimentar e doenças associadas.

Foram excluídos os artigos aqueles que estavam em outros idiomas, fora do recorte temporal ou que não se alinhavam ao problema de pesquisa.

Foram utilizados como descritores: restrição alimentar, adolescentes, fatores de risco, restrição alimentar, complicações, nas seguintes combinações: restrição alimentar AND adolescentes AND complicações, restrição alimentar AND adolescentes AND fatores de risco.

Para análise dos dados foi utilizada a contribuição da Análise de Conteúdo de Bardin, que segundo Minayo (2010) consiste em um instrumento facilitador da reflexão teórico-prática de um determinado conteúdo favorecendo a interpretação dos dados obtidos e, em busca de seus significados.

Esta forma de análise é realizada através de três etapas principais: a pré-análise, a exploração do material e o tratamento e interpretação de dados. A mesma consiste na leitura flutuante e busca de significados, formulação de hipóteses ou pressupostos. A exploração do material é a fase de categorização e organização dos dados. O tratamento e interpretação dos dados consistem no estabelecimento de inferências e análise crítica e reflexiva do conteúdo latente encontrado (MINAYO, 2010).

Apesar de não se tratar de um estudo com seres humanos, que necessite de intervenção pelo Comitê de Ética Institucional, este estudo atenderá as diretrizes estabelecidas pela Lei nº 466 de 2012, respeitando as normas aplicáveis a citação de autores e prevenindo a ocorrência de plágio.

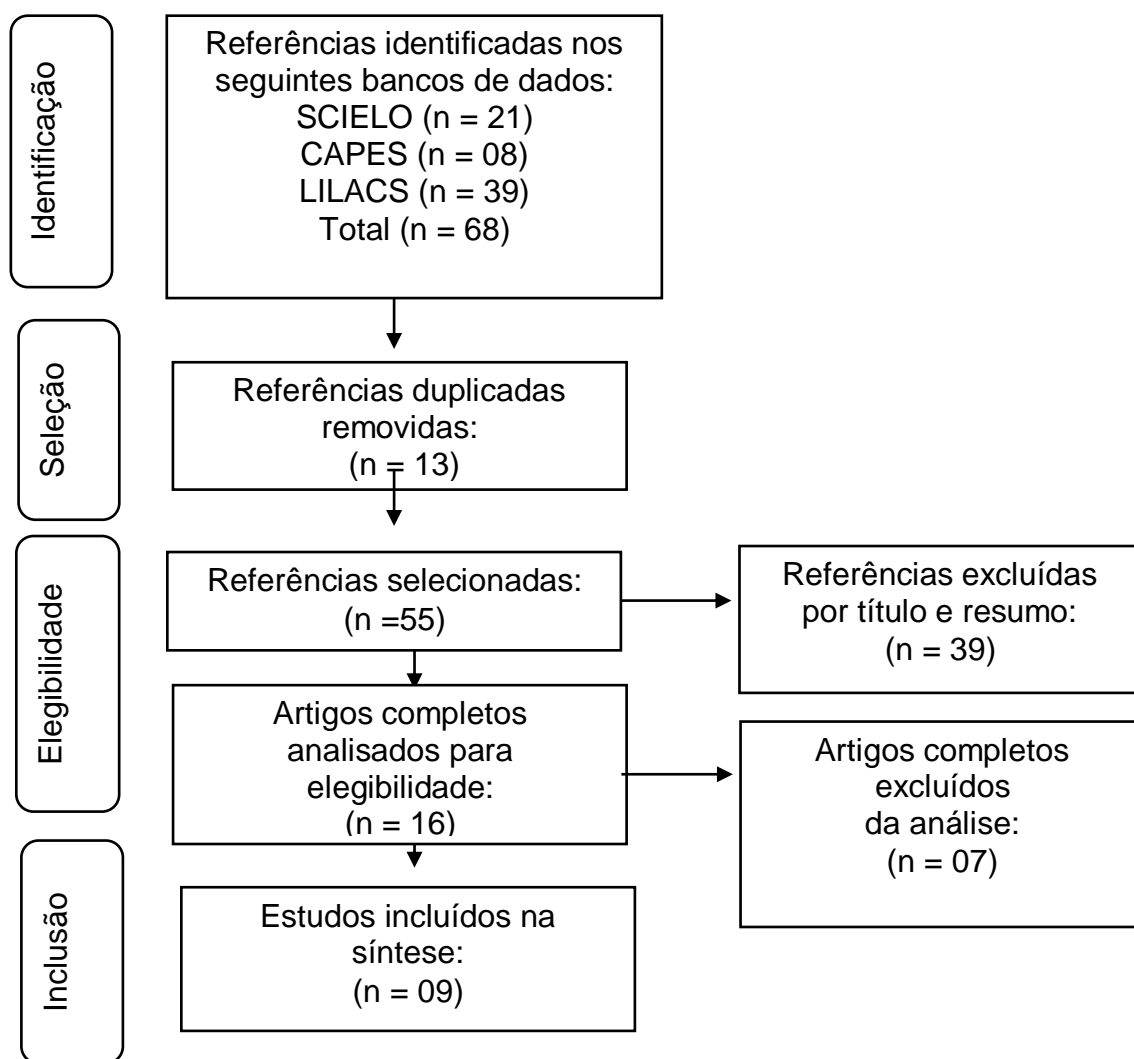


Figura 1- Fluxograma Metodológico de Seleção dos Estudos
Fonte: Próprios autores, 2021.

RESULTADOS

Com base nas diretrizes metodológicas um total de 68 publicações foram encontradas, sendo descartadas 59 por não atenderem às perspectivas do estudo. Destas, cerca de 13 estavam repetidas, restando 09 que compuseram a análise de dados, cujas características são apresentadas no Quadro 1.

Convém destacar que foram observados poucos estudos que traziam em sua análise o enfoque aqui proposto, fator que revela a importância da iniciativa da presente pesquisa.

Quadro 1- Caracterização dos Estudos analisados

Autor (ano)	Objetivo	Metodologia	Resultados
(CUBRELATI <i>et al.</i> , 2014).	Averiguar os efeitos de insatisfação corporal, grau de comprometimento psicológico ao exercício, nível habitual de atividade física, índice de massa corporal, e etnia sobre o CAI de adolescentes.	Estudo transversal	Evidenciou-se a insatisfação corporal e o IMC como os principais preditores para o comportamento alimentar inadequado em ambos os sexos, modulando as relações de todas as subescalas do EAT-26.
(FREITAS E SARON, 2011).	Avaliar o estado nutricional e comportamento alimentar relacionando-os com a insatisfação das áreas do corpo e autoimagem entre os adolescentes.	Estudo transversal	Ambos os sexos relatam insatisfação com o peso. Constatou-se, um nível elevado de restrição alimentar entre as meninas.
(VALER, KERR E BOSI, 2011).	Estimar a prevalência de transtornos do comportamento alimentar (TCA) e identificar fatores de risco entre adolescentes do sexo feminino em Fortaleza (Ceará, Brasil).	Estudo seccional	Cerca de um quarto das participantes apresentou padrão alimentar de risco e práticas de controle de peso; em 1,2% encontraram-se indícios de TCA instalado. Não ter religião e estudar em colégio particular associaram-se com maior risco de apresentar TCA.
(ALMEIDA, 2012).	Verificar a incidência de transtornos alimentares em adolescentes	Estudo transversal	89,9% dos estudantes estão em condições nutricionais inadequadas e a preocupação com a imagem corporal possivelmente é o principal fator de influência para que estes adotem práticas de restrição alimentar.
(FORTES, <i>et al.</i> , 2013).	Averiguar os efeitos de insatisfação corporal (IC), grau de comprometimento psicológico ao exercício (GCPE), nível habitual de atividade física (NAF), índice de massa corporal (IMC), percentual de gordura e etnia sobre o CAI de adolescente.	Estudo transversal	Concluiu-se que IC e o IMC foram os principais fatores que promoveram efeitos significativos nos distintos construtos do comportamento alimentar avaliados pelo EAT-26 em ambos os sexos.

(CECON, GUSMÃO E PRIORE, 2014).	Avaliar a relação entre síndrome metabólica e restrição alimentar em adolescentes	Revisão de literatura	Tanto na SM quanto no TA, é possível verificar desequilíbrio da homeostase metabólica do organismo. O risco cardiovascular também está presente em adolescentes acometidos pelas duas doenças, resultando em aumento da morbidade e da mortalidade.
(FORTES, <i>et al.</i> , 2015).	Analisar a relação da internalização dos padrões corporais e sintomas depressivos com a restrição alimentar em adolescentes do sexo masculino.	Estudo transversal	Os resultados permitiram concluir que somente a internalização dos padrões corporais esteve relacionada à restrição alimentar em jovens do sexo masculino.
(SOUZA MATOS, 2015).	Identificar e descrever os principais fatores contribuintes para o aparecimento dos transtornos alimentares em adolescentes do sexo feminino, analisar a influência que a mídia exerce sobre esse público-alvo.	Revisão de literatura	A imagem corporal, a baixa autoestima e a mídia são os principais fatores que contribuem para o desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes.
(BATISTA BAILÃO, 2016).	Avaliar o risco do desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes do sexo feminino de 12 à 17 anos.	Estudo transversal	O resultado demonstrou grande insatisfação corporal e alto risco de desenvolvimento de TA, o que pede ações de prevenção para que esses transtornos possam ser tratados precocemente aumentando as chances de cura.

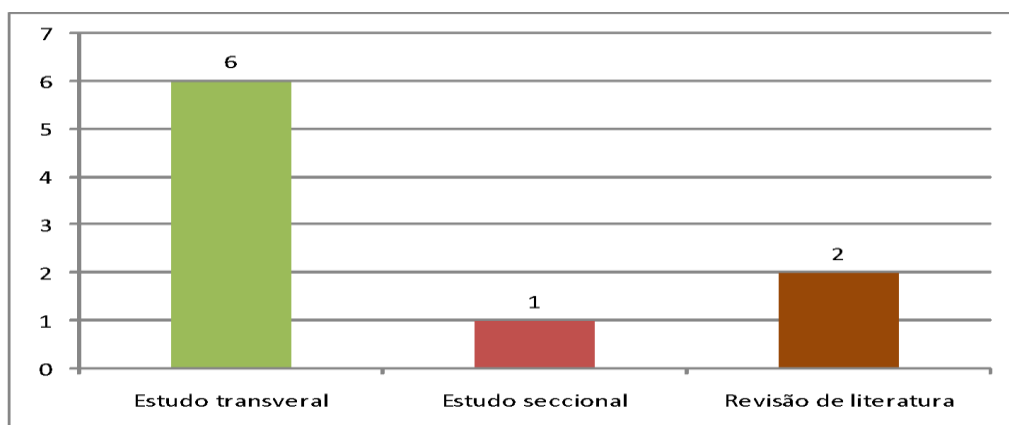
Fonte: Próprios autores, 2021.

Glossário: Insatisfação corporal (IC); Índice de Massa Corporal (IMC); Transtorno Alimentar (TA); Transtorno de Comportamento Alimentar (TCA); Síndrome metabólica (SM); (CAI) Comportamento Alimentar Inadequado.

No tocante ao conteúdo, verificou-se que a abordagem dos estudos, versou em sua maioria sobre a ocorrência de transtornos alimentares, buscando-se avaliar a influência de fatores como imagem corporal e peso, no comportamento alimentar dos adolescentes. Em relação ao período de publicação dos estudos analisados,

percebeu-se uma maior concentração nos anos de 2011 (3) e 2015 (2). Quanto aos aspectos metodológicos, a classificação da maioria dos achados foi de estudos transversais, que representaram 66,67% (6) da maioria das pesquisas, conforme destaca o Gráfico 1.

Gráfico 1- Classificação metodológica dos estudos analisados



Fonte: Dados da Pesquisa, 2021.

DISCUSSÃO

Com base na literatura analisada, foi possível perceber que há um consenso sobre o reconhecimento da restrição alimentar como uma condição associada aos casos de transtorno alimentar e que é responsável por deficiência nutricional, problemas psicológicos em adolescentes, sendo o principal, a distorção da imagem corporal.

Vale, Kerr e Bosi (2011) relatam sobre as questões culturais e pressão da mídia sobre a imagem corporal, destacando a "indústria da magreza" e da beleza como um alvo de empoderamento e aceitação, que tem por trás de si, a intenção de gerar lucros a diversos grupos econômicos (cosméticos, roupas, indústria farmacêutica, estética, entre outros). Através dos meios de comunicação esses grupos procuram fidelizar consumidores e nichos de mercados ativos, sendo os adolescentes alvos fáceis, para se sentirem bem em grupo, buscam atender aos padrões da moda a qualquer custo, incluindo-se a introdução de práticas de consumo inadequadas visando o controle de peso corporal. Assim, a tendência para tais práticas é para jovens acima do peso ou com a imagem corporal inadequada.

O estudo realizado por Fortes *et al.* (2015) concorda com este pensamento, em que nele 384 adolescentes residentes em Juiz de Fora foram investigados quanto a relação dos padrões corporais e sua relação com a restrição alimentar e depressão. Os resultados evidenciaram correlação significativa entre a internalização geral e a restrição alimentar. Isto demonstra que quanto maior o desejo do jovem em se parecer com “estrelas” da televisão e do cinema, maior a frequência de restrição alimentar. Em adição, ao contrário do que é preconizado nos estudos com o sexo feminino, os resultados da presente pesquisa não apontaram relação dos sintomas depressivos com a restrição alimentar.

Em outro estudo, Fortes *et al.* (2013) realizaram uma investigação junto a 362 jovens de ambos os sexos com idades entre 10 e 19 anos. Os resultados demonstraram diferenças estatisticamente significativas entre os sexos nas subescalas de Dieta e Autocontrole Oral, além da pontuação geral do EAT-26.

O EAT-26, conforme Garner *et al.* (1982), é um questionário de autopreenchimento, composto por 26 questões na forma de escala Likert de pontos, que abordam aspectos relacionados ao peso, a insatisfação corporal e percentual de gordura, contribuindo para identificação de fatores que possam gerar comportamentos alimentares inadequados. No estudo, evidenciou-se que a insatisfação corporal e o IMC são os principais causadores para o desvio de comportamento alimentar em ambos os sexos, modulando as relações de todas as subescalas do EAT-26.

Um ponto importante destacado por Fortes *et al.* (2011), Fortes *et al.* (2015) e Vale, Kerr e Bosi (2011) se refere à insatisfação com a imagem corporal e peso, sendo que ambos os fatores não podem ser identificados dissociados da cultura por padrões estéticos que tem na mídia um forte influenciador.

Este aspecto é reforçado por Cláudio LaksEizirik *et al.* (2015 p.669), que destacam que

Os transtornos alimentares afetam principalmente mulheres adolescentes e jovens entre 15 e 35 anos, não excluindo os casos em homens e mulheres maduros e até crianças. Mas, independentemente da idade, esses distúrbios muitas vezes representam estratégias emocionais para conseguir lidar com medos, angústias, relações interpessoais e as exigências da sociedade por um padrão pré-estabelecido de um corpo magro que muitas vezes não se consegue atingir. Daí surge a frustração e a sensação de incapacidade.

Crubelati *et al.*, (2014) mencionam que a distorção da imagem corporal em conjunto com a baixa autoestima são os responsáveis pela busca incessante de emagrecimento, levando a comportamentos prejudiciais à saúde como, por exemplo, o uso de laxantes, jejum e a prática excessiva de exercícios físicos, sendo por isso, considerados fatores que podem desencadear alguns transtornos alimentares, como a anorexia (intensa restrição alimentar) e a bulimia (episódios de compulsão, seguido de comportamentos compensatórios inapropriados, como uso excessivo de laxantes, provocação de vômitos na tentativa de evitar ganho de peso).

Para comprovar essa perspectiva, Crubelati *et al.*, (2014) realizaram um estudo junto a 139 adolescentes de ambos os sexos, com idade entre 15 e 17 anos, de um colégio estadual de uma cidade de pequeno porte do noroeste do Paraná. Verificou-se que grande parte dos adolescentes não apresentou distorção de imagem corporal (74,1%) e risco de transtorno alimentar (89,9%). No entanto, quando se associou em função do sexo, houve uma relação entre distorção de imagem corporal e risco de desenvolvimento de transtornos alimentares, na qual as maiores prevalências foram observadas no sexo feminino ($p < 0,0001$). Concluiu-se, que meninas entre 15 e 17 anos, são mais predisponentes para o desenvolvimento de distúrbio de imagem corporal e risco de transtornos alimentares do que meninos.

Resultado semelhante foi observado no estudo de Fortes *et al.* (2013), que foi realizado junto a 362 estudantes e foi constatado que a imagem corporal e índice de massa corporal foram fatores determinantes para o comportamento alimentar inadequado e inclusão de restrições e dietas sem acompanhamento nutricional. Nesse estudo, também percebeu-se que as meninas estavam mais propensas a tal prática, porque se demonstraram mais insatisfeitas com o corpo do que os meninos.

Quando se fala em sexo feminino, traz-se um contexto de gênero que revela as principais preocupações da mulher, que são muitas vezes influenciadas pela mídia e exigências da sociedade por um padrão de beleza pré-estabelecido. Esses quesitos apresentados pelos autores revelam questões socioculturais aplicadas aos gêneros como principais agentes de intervenção nos hábitos alimentares.

Este pensamento concorda com os resultados apresentados por Freitas e Saron (2012), que realizaram um estudo transversal e controlado, em uma escola da rede estadual localizada no município de Volta Redonda – RJ, com 158 adolescentes de 14 a 19 anos de idade. Observou-se que meninos se encontram mais satisfeitos com a aparência de um modo geral (73,1%) do que as meninas

(53,5%). Porém, tanto menino quanto menina relatou em algum momento insatisfação com o peso, sendo percebido o desejo de emagrecer junto a 44,3% das meninas e o desejo de ganho de peso em 37,2% nos meninos. Constatou-se, ainda, um nível elevado de restrição alimentar entre as meninas.

Sobre este aspecto, Souza e Matos (2015), acrescentam ainda que os transtornos alimentares são o terceiro transtorno mental crônico que mais afeta adolescentes do sexo feminino, sendo a distorção da imagem corporal o principal fator de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares. Reforçam ainda as questões de gêneros como aspectos determinantes para práticas inadequadas, pois estas são as mulheres mais afetadas pela cultura da magreza do que os homens, tendo maior predisposição para apresentarem distorção da imagem corporal.

São as adolescentes do sexo feminino as que, em grande parte, buscam dietas restritivas como solução rápida para emagrecimento e acabam se tornando suscetíveis ao desenvolvimento de transtornos alimentares, a exemplo da anorexia e bulimia nervosa, desencadeando também problemas nutricionais resultantes da deficiência de potássio, magnésio e sódio (SOUZA; MATOS, 2015).

Outro estudo que apontou um comportamento de risco junto ao gênero feminino foi realizado por Batista e Bailão (2016) junto a 92 adolescentes do sexo feminino de 12 a 17 anos de uma escola particular da cidade de Bebedouro/SP. Os dados encontrados revelaram que a maioria das adolescentes estavam eutróficas (71,73%), com sobrepeso, foram classificadas (17,39%). Para obesidade verificou-se (7,60%) e apenas (3,26%) foram diagnosticadas com baixo peso. No entanto, 41,30% apresentaram comportamento de risco para desenvolvimento de transtornos alimentares, por medidas restritivas, sendo observados a influência da imagem corporal e fatores culturais como principais preditores para tal ocorrência.

Resultados semelhantes são relatados por Almeida (2012) que avaliou 30 alunos da 2ª série do ensino médio de uma escola da rede particular de Brasília com idade entre 15 e 18 anos. No estudo foi observado que 86,9 % dos adolescentes apresentavam deficiências de ferro e cálcio provocadas por dietas restritivas inadequadas. A preocupação com a imagem corporal foi observada como o principal fator de influência.

Um ponto importante observado está relacionado às consequências negativas dessa busca desenfreada pelo emagrecimento, que vem fazendo com que uma

parcela significativa de adolescentes passe a apresentar problemas alimentares e nutricionais de risco para sua saúde e qualidade de vida.

Este aspecto é destacado por Cecon, Gusmão e Priore (2014) que evidenciaram a relação entre síndrome metabólica e restrição alimentar em adolescentes. Na opinião dos autores, a prevalência de dietas de restrição alimentar contribui para que ocorram além de deficiências nutricionais, outros fatores de risco à saúde do adolescente, como é o caso de síndrome metabólica, que acaba também sendo um fator de risco para o desencadeamento de problemas cardiovasculares e diabetes. Sendo que os principais fatores de risco para o comportamento alimentar inadequado estão relacionados a influências culturais, ambientais, peso, e distorções na imagem corporal.

Por fim, outro dado que elenca a lista de fatores determinantes da restrição alimentar em adolescentes é encontrado no estudo de Vale, Kerr e Bosi (2011) junto a 652 estudantes secundaristas (14-20 anos) em Fortaleza, no qual observou-se que os principais aspectos relacionados à restrição alimentar, foram: o medo de engordar, advindo de escola particular e não ter religião.

Vale destacar quanto a este estudo, alguns pontos importantes: o medo de engordar geralmente está vinculado a imagem corporal ideal, que todos estes buscam manter para serem aceitos na sociedade, que cada vez, mais tem a mídia como um elemento influenciador; a questão da escola particular, pode ser um determinante para evidenciar o padrão alimentar e econômico, como um diferencial também na construção nutricional, embora não tenha sido destacado por outros estudos, sabe-se que as condições econômicas exercem influência sobre o padrão e comportamento alimentar, até porque as opções de alimentação tem relação direta com o nível de vulnerabilidade econômica de cada família. No tocante a não ter religião, não foram encontrados dados sobre esta realidade que possam ser comparados com outros estudos, mas este se revelou um achado que merece ser melhor analisado, sobretudo, quanto aos pontos em que a religião pode influenciar no comportamento do adolescente.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Baseado na literatura analisada percebeu-se que a restrição alimentar entre adolescentes é uma ação normalmente decorrente de um comportamento alimentar inadequado e ocorre, quando em algum momento, este tem insatisfação com sua imagem corporal ou peso. Diante disso, compreende-se que a restrição alimentar na adolescência é um problema social, e porque não dizer pandêmico, que precisa ser visto com mais sensibilidade e atenção para minimizar o surgimento de outros distúrbios durante este ciclo da vida.

Porém, cabe ressaltar que para ter êxito na construção das melhorias que envolvem adolescência, alimentação e comportamento necessitam de mais estudos, com artigos mais atuais, que abranjam todas as questões eliminando possíveis vieses.

O problema é que se deixam iludir pela ideia de solução rápida para emagrecimento, sem ter um auxílio profissional especializado.

Em geral, verifica-se que diversos aspectos associados à imagem corporal e peso, também podem influenciar na decisão pela busca por práticas inadequadas de consumo alimentar, e dentre eles podemos citar a influência sociocultural, apelo da mídia e questões relacionadas ao gênero feminino, que apresenta segundo pesquisas apresentadas uma maior propensão a busca pelo emagrecimento.

Os principais problemas decorrentes da restrição alimentar, é que este tipo de prática pode desencadear um comportamento alimentar descompensado, correndo o risco do adolescente apresentar quadros de anorexia e bulimia, bem como de baixo índice nutricional, com deficiência de sódio, magnésio, potássio, cálcio, por exemplo, aspectos que podem afetar significativamente o seu desenvolvimento, concorrer para a ocorrência de síndrome metabólica, diabetes ou mesmo complicações cardiovasculares.

Com base nos resultados, verificou-se que o estudo em questão atendeu aos objetivos propostos. Contudo, não tem ele um fim em si mesmo e sugerem novas pesquisas que acompanhando os resultados iniciais aqui apresentados, possam trazer dados de estudos de casos aplicados junto a adolescentes sobre seu padrão alimentar e os fatores que o influenciam na decisão por uma dieta ou consumo de determinado alimento, bem como suas percepções sobre a importância da nutrição para a saúde.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, S. G. A influência da imagem corporal como causa de transtornos alimentares em adolescentes escolares de uma escola da rede particular de Brasília. **Ensaios e Ciências**: ciências biológicas, agrárias e da saúde, v. 16, n,6, p. 104-117, 2012. Disponível em: <https://revista.pgsskroton.com/index.php/ensaioeciencia/article/view/2744>. Acesso em: 09 mar. 2021.

BARDIN, L. **Análise de Conteúdo**. Lisboa, Portugal; Edições 70, LDA, 2009.

BATISTA, E. A.; BAILÃO, M. S. Avaliação do risco de desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes da cidade de Bebedouro SP. **Revista Fafibe On-Line**, Bebedouro SP, v. 9, n. 1, p. 166-181, 2016. Disponível em: <https://www.unifafibe.com.br/revistasonline/arquivos/revistafafibeonline/sumario/49/16032017214624.pdf>. Acesso em: 09 mar. 2021.

BERTIN, R.L. *et al.* Estado nutricional e consumo alimentar de adolescentes da rede pública de ensino da cidade de São Mateus do Sul, Paraná, Brasil. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, Recife, v. 8, p. 435-43, 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbsmi/a/rWVDfX3gCF7Bc8HLrzSXBpD/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 10 de mar. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Obesidade infantil desafia pais e gestores**. 11 out. 2020. Disponível em: <https://www.saude.gov.br/noticias/81-obesidade-infantil-desafia-pais-e-gestores>. Acesso em: 10 de abril 2021.

BRASIL. **Lei nº 9610**, de 19 de fevereiro de 1998. Altera, atualiza e consolida a legislação sobre direitos autorais e dá outras providências. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/19610.htm. Acesso em: 10 de abril 2021.

CECON, R. S.; GUSMÃO, L. S.; PRIORE, S. E. Transtornos alimentares e síndrome metabólica na adolescência. **RASBRAN - Revista da Associação Brasileira de Nutrição**. São Paulo, SP, Ano 6, n. 1, p. 47-53, Jan-Jun. 2014. Disponível em: <https://www.rasbran.com.br/rasbran/article/view/175/129> Acesso em: 12 de mar. 2021.

CRUBELATI, B. S. *et al.* Relação entre distorção de imagem corporal e risco de desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes. **Conexões**, Campinas, SP, v. 12, n. 1, p. 1–15, 2014. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/view/2178>. Acesso em: 05 de maio 2021.

EIZIRIK, Cláudio Lakset *al.* **Psicoterapia de orientação analítica**: Fundamentos teóricos e clínicos. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2015.

DUNKER, K. L. L.; FERNANDES, C. P. B; CARREIRA FILHO, D. Influência do nível socioeconômico sobre comportamentos de risco para transtornos alimentares em adolescentes. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v.58, n.3, p.156-161, 2009. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/T7GfvTpnq6fRrdJsnsBw7QP/?lang=pt> Acesso em: 12 abril 2021.

EISENSTEIN, E.; *et al.* Nutrição na adolescência. **Jornal de Pediatria**, v.76, supl.3, p. 1-12, 2000. Disponível em: <http://www.iped.com.br/conteudo/00-76-s263/port.pdf>. Acesso em: 08 mar. 2021.

FORTES, L. S; AMARAL, A. C. S; ALMEIDA, S. S. *et al.* Efeitos de diversos fatores sobre o comportamento alimentar de adolescentes. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v.18, n.11, p.3301-3310, nov. 2013. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232013001100020&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 08 de maio 2021.

FORTES, L. S; *et al.* Associação da internalização dos padrões corporais, sintomas depressivos e comportamento alimentar restritivo em jovens do sexo masculino. **Ciência & Saúde Coletiva [online]**. v. 20, n. 11, p. 3457-3466, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-812320152011.00152015>. Acesso em: 08 mar. 2021.

FREITAS, R. G. B. O. N.; SARON, M. L. G. A relação entre o estado nutricional e comportamento alimentar em adolescentes de uma escola pública de Volta Redonda – RJ. **Caderno UNIFOA**, v. 6, n. 1., p. 69-78, 2012. Disponível em: <http://revistas.unifoa.edu.br/index.php/cadernos/article/view/1223/1113>. Acesso em: 20 mar. 2021.

MINAYO, M. C. S (org.). **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2010.

PIVETTA, L. A.; GONCALVES-SILVA, R. M. V., Compulsão alimentar e fatores associados em adolescentes de Cuiabá, Mato Grosso, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 26, n. 2, p. 337-346, fev. 2010. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X201000200012&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 09 mar. 2021.

SILVA, J. G.; TEIXEIRA, M. L. O.; FERREIRA, M. A. Alimentação na adolescência e as relações com a saúde do adolescente. **Texto & Contexto - Enfermagem**, Florianópolis, v. 23, n. 4, p. 1095-1103, Dez. 2014. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-07072014000401095&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 10 de maio 2021.

SOIHET, J.; SILVA, A. D. **Efeitos psicológicos e metabólicos da restrição alimentar no transtorno de compulsão alimentar**. 2019. Disponível em: <https://portalatlanticaeditora.com.br/index.php/nutricaoBrasil/article/view/2563/4960>; Acesso em: 09 mar. 2021.

SOUZA, A. F.; MATTOS, R. T. Relação da utilização de dietas de emagrecimento e do padrão de beleza imposto pela mídia no aparecimento de transtornos alimentares em adolescentes do sexo feminino. **Revista FAMINAS**, ano 2015. Disponível em: http://faminasbh.s3.amazonaws.com/upload/Parlatorium%2092016_2.pdf#page=145. Acesso em: 10 mar. 2021.

TAVARES, A. P. **Comida Afetiva**: uma expressão de gosto, hospitalidade e memória. 2018. 107p. Dissertação (Mestrado profissional em Turismo) - Universidade de Brasília. UNB, 2018. Disponível em: https://repositorio.unb.br/bitstream/10482/32829/1/2018_AdrianoPereiraTavares.pdf, Acesso em: 09 abril 2021.

VALE, A. M. O.; KERR, L. R. S.; BOSI, M. L. M. Comportamentos de risco para transtornos do comportamento alimentar entre adolescentes do sexo feminino de diferentes estratos sociais do Nordeste do Brasil. **Ciência coletiva**, Rio de Janeiro, v.16, n. 1, p. 121-132, Jan. 2011. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232011000100016&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 20 de maio 2021.