

RESUMO SIMPLES - CIÊNCIAS DA SAÚDE

TRANSTORNOS ALIMENTARES EM FREQUENTADORES DE ACADEMIAS

Vicente Gustavo Batista De Paula (vicentegustavo808@gmail.com)

Luisa Guelfi Hayashi (luisaghayashi@gmail.com)

Joseane Scavroni (joseane.scavroni@ead.eduvaleavare.com.br)

Anderson Seiji Fujimori (anderson.fujimori@ead.eduvaleavare.com.br)

Os transtornos alimentares (TAs) são condições psiquiátricas caracterizadas por padrões alimentares disfuncionais, distorções da imagem corporal e prejuízos psicossociais. Cada transtorno alimentar apresenta manifestações clínicas específicas. Os fatores de risco para o desenvolvimento dos TAs são multifatoriais e dentre eles destacam-se a baixa autoestima, perfeccionismo e a distorção da própria imagem corporal, o que é comum encontrar em frequentadores de academias. Diante dessas considerações, o objetivo desse estudo foi realizar um levantamento bibliográfico sobre incidência e tipos de transtornos alimentares apresentados em praticantes de musculação, um público que se preocupa com a saúde e beleza física. Assim, utilizou-se plataformas de busca de artigos científicos como Scielo, Pubmed, Google acadêmico e a IA SciSpace com os termos: transtornos alimentares e musculação. Foram selecionados 4 artigos (2008-2024) para a elaboração desse trabalho. Os resultados revelam atletas, sobretudo os envolvidos em modalidades que valorizam a estética corporal, apresentam maior vulnerabilidade aos TAs, com prevalência variando entre 1% e 62%. Academias tornaram-se ambientes de reforço da insatisfação corporal, especialmente

entre jovens. Isso se explica pelo fato da autoestima e a percepção corporal serem elementos centrais na etiologia dos TAs e a insatisfação com o corpo, amplificada por padrões estéticos impostos pela mídia, contribuindo para o desenvolvimento de crenças disfuncionais sobre a imagem corporal. A prática de exercícios físicos, embora benéfica, pode atuar como fator de risco quando associada à busca por um corpo idealizado, principalmente aliada à pressão estética, comparações e autopercepção negativa, induzindo comportamentos alimentares inadequados, como dietas restritivas e compensações exageradas.

Palavras-chave: transtornos alimentares; academia; imagem corporal.