

## RISCOS DE TRANSTORNOS ALIMENTARES EM ADOLESCENTES JOGADORAS DE ESPORTES COLETIVOS EM ESCOLA PÚBLICA

MICAELA GONÇALVES VIVAN<sup>1</sup>; MÁRCIA RÚBIA DUARTE BUCHWEITZ<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal de Pelotas – [micaela\\_gv@hotmail.com](mailto:micaela_gv@hotmail.com)

<sup>2</sup>Universidade Federal de Pelotas – [marciabuchweitz@yahoo.com.br](mailto:marciabuchweitz@yahoo.com.br)

### 1. INTRODUÇÃO

A sociedade tem transformado seus conceitos sobre corpo saudável ao longo dos tempos. O corpo denso admirado décadas atrás, é atualmente estigmatizado como negativo e a aparência magra, com formas definidas e o próprio emagrecimento, tornaram-se os novos objetos de desejo de expressiva parcela da população. Neste intuito, preocupação e descontentamento excessivos com a forma corporal podem manifestar comportamentos alimentares inadequados com prejuízos à saúde (ALMEIDA et al., 2005; JOHNSON & WARDLE, 2005).

Os aspectos extremos da ingestão alimentar caracterizados por dietas restritivas, jejuns prolongados, provocação de êmese, utilização de medicamentos emagrecedores, laxativos e diuréticos, assim como por ingestão alimentar excessiva e compulsões alimentares, podem descrever casos de Transtornos do Comportamento Alimentar (TCA), dentre os quais podem ser observados com maior disseminação a anorexia nervosa e a bulimia nervosa (AMERICAN DIETETIC ASSOCIATION & DIETITIANS OF CANADA, 2004).

Estudos não somente relatam que o sexo feminino é predominantemente acometido pela insatisfação corporal, como igualmente expõem sua ampla vulnerabilidade aos estereótipos impostos principalmente pelas formas de mídia. Sobretudo em jovens mulheres em ambientes vulneráveis, em que os padrões estéticos e as pressões sócio-culturais se fazem presentes (CORDÁS & CASTILHO, 1994; SOUTO & FERRO-BUCHER, 2006).

Os atletas, inseridos em meio considerado rígido por fazer uma estreita conexão entre a nutrição e o desempenho físico, almejando o alcance de bons resultados em competições desportivas, constituem um grupo de risco para desenvolvimento de TCAs (VIEIRA et al., 2009; FORTES et al., 2014; Mc LESTER, et al., 2014).

Há muito tempo se tem conhecimento sobre a importante relação entre alimentação saudável, atividade física e saúde. Apesar disso, estudos verificaram que atletas adolescentes evidenciaram conhecimentos extremamente restritos sobre nutrição. A transmissão de informações insuficiente, ou ainda generalizada e errônea pode prejudicar não somente o desempenho de atletas, como seu bem-estar físico e mental. (LOOSLI et al., 1986; CHEN et al., 1989).

Resultados apresentados sobre distorção ou insatisfação com a auto-imagem corporal, que refere-se à percepção interna da aparência física própria, e TCAs em atletas ainda são bastante conflitantes. Em sua maioria, o que se pode perceber é que os números têm aumentado ao longo dos anos e as prevalências tendem a ser superiores em desportistas do sexo feminino e quando em comparação a não atletas (SUNDGOT-BORGEN, 1994; VIEIRA et al., 2009; FORTES et al., 2014).

Diante do exposto, o objetivo do estudo foi investigar se existem evidências que apontem a predisposição para o desenvolvimento de transtornos alimentares e

distorção da auto-imagem corporal entre jogadoras de esportes coletivos em escola pública de Ensino Médio e Técnico em Pelotas/RS.

## 2. METODOLOGIA

O estudo foi de caráter transversal, com adolescentes entre 14 e 19 anos, do sexo feminino, jogadoras amadoras nos times de futsal, voleibol, handebol e basquetebol de escola pública de Ensino Médio e Técnico de Pelotas/RS, que são treinadas com objetivos competitivos. De um total de 36 jogadoras, 15 jovens aceitaram o convite para participarem do estudo.

Realizou-se a avaliação dos indicadores associados ao desenvolvimento de transtornos alimentares e distorção da imagem corporal por meio de dois instrumentos auto-aplicáveis, validados internacionalmente: o Teste de Atitudes Alimentares – *Eating Attitudes Test* - EAT-26 (BIGHETTI, 2003), que estima e identifica padrões de comportamento alimentar; e o Questionário de Imagem Corporal – *Body Shape Questionnaire* - BSQ-34 (CORDÁS & CASTILHO, 1994), que mede o nível de apreensão e descontentamento com a própria imagem corporal. A interpretação dos resultados foi obtida mediante escores e classificações determinadas pelos próprios questionários.

Os questionários respondidos por cada jogadora foram codificados com letras, para assegurar que as identidades e a credibilidade do estudo fossem preservadas. Para participação no estudo foi solicitado que assinassem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, e quando menores de idade, pelos pais ou responsáveis. O projeto da pesquisa foi submetido à apreciação e foi aprovado pelo Comitê Ética em Pesquisa da Escola Superior de Educação Física da Universidade Federal de Pelotas.

## 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Conforme verifica-se na Tabela 1, 26,7% da amostra foi considerada EAT+, indicando risco para desenvolvimento de TCA.

Tabela 1: Resultados EAT-26 de jogadoras adolescentes de esportes coletivos em escola pública de Pelotas/RS.

Resultado	Nº de atletas	% da amostra
*EAT +	4	26,7
**EAT -	11	73,3
TOTAL	15	100,0

EAT-26 = *Eating attitudes test*

EAT+ = Teste de comportamento alimentar positivo para riscos de transtornos do comportamento alimentar

EAT- = Teste de comportamento alimentar negativo para riscos de transtornos do comportamento alimentar

Comparando os resultados da pesquisa com os dados da literatura observa-se que já na década de 90, Sundgot-Borgen (1993), avaliando o risco para desenvolvimento de TCA em jogadores de elite de diferentes modalidades esportivas (técnica, resistência, força, estética, com bola e peso-dependente) encontrou uma prevalência de 19,4% de risco.

Resultado semelhante também foi encontrado por Pernick et al. (2006) pesquisando jogadores adolescentes do sexo feminino, com uma prevalência de 20,0% para risco de TCA. O dados de Vieira et al. (2009), em amostra similar e

utilizando o mesmo questionário, aproximam-se do encontrado por Pernick et al., descrevendo prevalência de 19,1% para risco de TCA.

Mais recentemente Fortes et al. (2014), utilizando o questionário EAT-26, verificaram prevalências para risco de TCA de 18,1% no grupo de atletas do sexo feminino, 14,4% em atletas do sexo masculino e de 26,1% em mulheres não atletas. As jogadoras pesquisadas no presente estudo, apesar de não serem atletas de alto rendimento, sofrem pressão semelhante, em virtude de objetivos competitivos e necessidade de resultados satisfatórios, o que pode apresentar influência sobre o nível de risco de TCA observado.

Em relação a distorção da auto-imagem corporal, de acordo com a interpretação do BSQ-34 (Tabela 2), 66,6% da amostra apresentou algum tipo de distorção de sua imagem corporal, dentre eles 40,0% de distorção leve e 13,3%, respectivamente, para distorções moderada e grave.

Tabela 2: Resultados BSQ-34 de jogadoras adolescentes de esportes coletivos em escola pública de Pelotas/RS.

Classificação	Nº de atletas	% da amostra
Ausência de distorção	5	33,4
Leve distorção	6	40,0
Moderada distorção	2	13,3
Grave distorção	2	13,3
TOTAL	15	100

BSQ-34 = *Body shape questionnaire*

Oliveira et al. (2003), observaram em jogadores do sexo feminino em esportes individuais, coletivos e lutas, a prevalência de leve distorção da auto-imagem corporal, em 33,3% da amostra. Vieira et al. (2009), no seu grupo de atletas ginastas adolescentes do sexo feminino e Schtscherbyna et al. (2009), em nadadoras, observaram prevalência, respectivamente, de 42,9% e 37,0% de distorção da auto-imagem corporal.

Mc Lester et al. (2014), apresentaram dados mais atuais sobre imagem corporal de jovens atletas. Os pesquisadores encontraram uma prevalência de 12,5% para insatisfação com a auto-imagem corporal.

Conforme se observa na literatura a insatisfação com a imagem corporal parece surgir independentemente do tipo de esporte praticado e parece estar mais relacionada a exigência de desempenho que a prática esportiva impõe.

#### 4. CONCLUSÕES

Expressiva parcela das jogadoras pesquisadas apresentou um cenário de risco para desenvolvimento de transtornos do comportamento alimentar e a maioria também apresentou algum nível de distorção da imagem corporal.

É importante que a sociedade atual esteja atenta para o problema, para que hajam intervenções multidisciplinares com o propósito de esclarecer os riscos vinculados a esses episódios patológicos e promover uma conscientização dos envolvidos a respeito da importância de uma alimentação saudável e adequada, chamando atenção sobre os efeitos adversos da utilização de métodos extremos de controle de peso.

Ressalta-se a importância da realização de novos estudos mais abrangentes para que haja melhor demonstração e compreensão sobre o tema.

## 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMERICAN DIETETIC ASSOCIATION & DIETITIANS OF CANADA. Position of the American Dietetic Association and Dietitians of Canada: nutrition and women's health. **J Am Diet Assoc**, v. 104, n. 6, p. 984-1001, 2004.

ALMEIDA, G.A.N.; SANTOS, J.E.; PASIAN, S.R.; LOUREIRO, S.R. Percepção de tamanho e forma corporal de mulheres: estudo exploratório. **Psicol Est**, v. 10, n. 1, p. 27-35, 2005.

BIGHETTI, Felícia. **Tradução e validação do Eating Attitudes Test (EAT-26) em adolescentes do sexo feminino na cidade de Ribeirão Preto – SP**. Ribeirão Preto, 2003. Dissertação de Mestrado - Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto – SP, 2003.

CHEN, J.D. et al. Nutritional problems and measures in elite and amateur athletes. **Am J Clin Nutr**, v. 49, n. 5, p. 1084-1089, 1989.

CORDÁS, T.A.; CASTILHO, S. Imagem corporal nos transtornos alimentares – Instrumento de avaliação: Body Shape Questionnaire. **Psiquiatr Biol**, v. 2, n. 1, p. 17-21, 1994.

FORTES, L.S.; KAKESHITA, I.S.; ALMEIDA, S.S.; GOMES, A.R.; FERREIRA, M.E.C. Eating behaviours in youths: A comparison between female and male athletes and non-athletes. **Scand J Med Sci Sports**, v. 24, n. 1, p. e62–e68, 2014.

JOHNSON, F.; WARDLE, J. Dietary restraint, body dissatisfaction, and psychological distress: a prospective analysis. **J Abnorm Psychol**, v. 114, n. 1, p. 119-125, 2005.

LOOSLI, A.R.; BENSON, J.; GILLIEN, D.M.; BOURDET, K. Nutrition habits and knowledge in competitive adolescent female gymnasts. **Phys Sportsmed**, v. 14, n. 8, p. 118-130, 1986.

Mc LESTER, N.; HARDIN, H.; HOPPE, S. Susceptibility to Eating Disorders Among Collegiate Female Student-Athletes. **J Athl Train**, v. 49, n. 3, p. 406–410, 2014.

OLIVEIRA, F.P.; BOSI, M.L.M.; VIGÁRIO, P.S.; VIEIRA, R.S. Comportamento alimentar e imagem corporal em atletas. **Rev Bras Med Esporte**, v. 9, n. 6, p. 357-364, 2003.

PERNICK, Y. et al. Disordered eating among a multi-racial/ethnic sample of female high school athletes. **J Adolesc Health**, v. 38, n. 6, p. 689-695, 2006.

SCHTSCHERBYNA, A.; SOARES, E.A.; OLIVEIRA, F.P.; RIBEIRO, B.G. Female athlete triad in elite swimmers of the city of Rio de Janeiro, Brazil. **Nutrition**, v. 25, n. 6, p. 634–639, 2009.

SOUTO, S.; FERRO-BUCHER, J.S.N. Práticas indiscriminadas de dietas de emagrecimento e o desenvolvimento de transtornos alimentares. **Rev Nutr**, v. 19, n. 6, p. 693-704, 2006.