

**MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO UNIVERSIDADE FEDERAL DO PIAUÍ CAMPUS
SENADOR HELVÍDIO NUNES DE BARROS CURSO BACHARELADO EM
NUTRIÇÃO**

MAYARA FERREIRA LEAL

**A OUTRA FACE DOS CONCURSOS DE BELEZA:
TRANSTORNOS ALIMENTARES**

PICOS – PI

2023

MAYARA FERREIRA LEAL

A OUTRA FACE DOS CONCURSOS DE BELEZA: TRANSTORNOS ALIMENTARES

Trabalho apresentado como exigência a aprovação no Curso Bacharelado em Nutrição da Universidade Federal do Piauí, Campus Senador Helvídio Nunes de Barros

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Regina Márcia Soares Cavalcante

**PICOS - PI
2023**

FICHA CATALOGRÁFICA
Serviço de Processamento Técnico da Universidade Federal do Piauí
Biblioteca José Albano de Macêdo

L435o Leal, Mayara Ferreira.

A outra face dos concursos de beleza: transtornos alimentares. / Mayara Ferreira Leal. – 2023.
24 f.

1 Arquivo em PDF

Indexado no catálogo *online* da biblioteca José Albano de Macêdo-CSHNB
Aberto a pesquisadores, com restrições da Biblioteca

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) – Universidade Federal do Piauí, Curso de Bacharelado em Nutrição, Picos, 2023.

"Orientação: Profa. Dra. Regina Márcia Soares Cavalcante"

1. Nutrição. 2. Transtorno alimentar. 3. Nutrição comportamental.
I. Leal, Mayara Ferreira. II. Cavalcante, Regina Márcia Soares. III. Título

CDD 616.85

Elaborado por Sérvulo Fernandes da Silva Neto - CRB 15/603

MAYARA FERREIRA LEAL

**A OUTRA FACE DOS CONCURSOS DE BELEZA: TRANSTORNOS
ALIMENTARES**

Trabalho apresentado como exigência a
aprovação no Curso Bacharelado em
Nutrição da Universidade Federal do
Piauí, Campus Senador Helvídio Nunes
de Barros

Qualificado em: 30/03/2023.

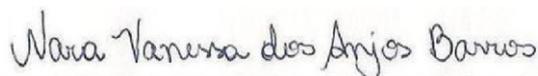
Banca Examinadora:



Presidente – Prof.^a Dr.^a Regina Márcia Soares Cavalcante



Examinador – Prof.^a Prof. Me. Paulo Vítor de Lima Sousa (Examinador)



Examinador – Prof.^a Dra. Nara Vanessa dos Anjos Barros (Examinadora)

SUMÁRIO

CAPÍTULO I	12
12	4
1 INTRODUÇÃO	5
2 REVISÃO DA LITERATURA	6
2.1 CONCURSOS DE BELEZA	6
2.2 PADRÕES DE BELEZA NA SOCIEDADE ATUAL	6
2.3 PADRÕES DE BELEZA E IMPLICAÇÕES PARA SAÚDE	8
2.4 TRANSTORNOS ALIMENTARES.....	9
2.5 INTERVENÇÕES NUTRICIONAIS NOS TRANSTORNOS ALIMENTARES	10
REFERÊNCIAS	12
CAPÍTULO II.....	15
RESUMO	16
CONCLUSÃO	20
ANEXO A.....	22
NORMAS DE PUBLICAÇÃO.....	22

CAPÍTULO I

1 INTRODUÇÃO

Criados nos anos 1950 por uma marca de maiôs americana como ferramenta para divulgar seus produtos, os concursos de beleza aos poucos foram se disseminando e conquistando público e glamour. Seu objetivo era claro: eleger a mulher mais bonita da cidade, do estado do país, e no apoteótico final, do planeta (MELLO, 2022).

Quando pensamos em concursos de beleza, o que vêm a nossa mente são estereótipos muito difíceis de serem alcançados, corpos magros e uma beleza, imposta pela sociedade. E a partir disto são gerados muitos comentários negativos, pois em uma sociedade em que se luta contra os padrões de beleza, existem franquias que se mostram totalmente contra essa luta (ALMEIDA, 2021).

Ainda por causa da Indústria da beleza, as pessoas perdem o prazer de viver, criam fobias sociais, desenvolvem ansiedade, compulsões ou distúrbios alimentares por estarem inconformadas com sua forma física. Sempre com o intuito de ficar, pelo menos um pouco, mais parecidas com aquele modelo ideal"(MUNNIZ, 2021).

Distúrbios alimentares são doenças de início psicológico, que podem afetar gravemente a saúde física. Eles se dividem em muitas variações, sendo as mais frequentes a anorexia e a bulimia. A bulimia e a anorexia nervosa aparecem associadas ao culto ao corpo ideal, sustentado no último século pela exposição contínua aos padrões de beleza e de moda estampados em jornais, revistas e programas de televisão ou mesmo em anúncio de medicamentos e cosméticos. Todo esse aparato técnico aciona, segundo conclusões da pesquisa, mecanismos que levam os indivíduos a adequarem-se às cobranças sociais, surgindo, em consequência disso, patologias graves (ANDRADE, 2018).

De um modo geral, os transtornos alimentares têm suas primeiras manifestações ainda na infância, mas podem ocorrer mais tardiamente, como no caso da bulimia e anorexia (FERREIRA, 2018). Esses transtornos vêm sendo bastante estudados ao longo dos anos, no entanto, a literatura avança a cada dia com novas descobertas que devem ser avaliadas com sua devida importância, visto que sua incidência continua crescente, em especial no público obeso. A nutrição comportamental tem se destacado como uma fórmula eficaz e resolutiva no tratamento de Transtornos Alimentares.

Diante dessas informações, o presente trabalho terá como objetivo, identificar os transtornos alimentares frequentes em competidores de concursos de beleza, bem como as estratégias nutricionais mais eficazes para esse problema.

2 REVISÃO DA LITERATURA

2.1 CONCURSOS DE BELEZA

Ao longo da história da humanidade, mulheres bonitas são escolhidas como um símbolo de virtude, sorte e amor. Porém, foi no final do século XIX, quando os jornais parisienses se empolgaram com a popularização da fotografia, que se tornou algo rentável. Eles publicavam fotos dos rostos das mulheres francesas para eleger a mais bela. No começo dos concursos, eles eram apenas realizados nos Estados Unidos, ao longo das décadas, começaram a revezar as sedes. Em 1971, o concurso saiu de seu local de origem e passou a ser realizado fora dos EUA (ALMEIDA, 2021).

Para eleger uma candidata, os concursos em sua maioria realizam provas como, traje típico, talento, oratória e corpo, sendo as duas últimas, as provas principais dentro de um concurso de beleza. (ALMEIDA, 2021).

Na atualidade, discute-se muito a respeito do sentido e da relevância da existência de concursos de beleza no mundo. Hoje, vivemos em um mundo repleto de belezas e etnias diferentes, então para muitos, não existe a necessidade de comparação entre uma beleza e outra. Outro ponto que é muito discutido, é sobre a prova de corpo dentro desses concursos, pois ela dá ênfase a um padrão imposto pela sociedade e que há muito tempo se tenta derrubá-lo. “O padrão do corpo perfeito”. (ALMEIDA, 2021).

2.2 PADRÕES DE BELEZA NA SOCIEDADE ATUAL

A palavra “beleza” está cada vez mais presente nas conversas dos brasileiros e brasileiras, isto porque, nos dias de hoje, os homens estão se cuidando tanto quanto as mulheres. O conceito de beleza é retratado há muito tempo, seja nas pinturas da nobreza ainda na época feudal como nas estátuas gregas, que demonstravam simetrias humanas perfeitas. O problema

surge quando a sociedade impõe uma cobrança sobre o que vem a ser um padrão de beleza e um corpo bonito, a chamada Ditadura da Beleza. (BRANCO, 2021).

Os padrões estão ligados ao tamanho do corpo, baixo ou alto, magro ou obeso. A estética exerce pressão referente ao fator idade, na qual se observa a dificuldade na aceitação de linhas de expressão e marcas decorrentes da vida da mulher, o que é um resultado da imposição da juventude eterna, na qual a indústria de cosméticos é altamente impulsionada no apoio ao padrão, para assim terem um meio propício para comercializar seus produtos que prometem rejuvenescimento na pele. O enfrentamento da velhice é complexo e não liga-se apenas à pele, mas à estética corporal em geral, devido a flacidez corporal e distorção fisiológica na simetria corporal (FIN et al., 2015).

Desde muito pequenas as meninas passam por um “controle alimentar”. Não raro é possível observar relatos desse controle como o da psicóloga Rachel Moreno em seu livro intitulado “A beleza impossível” em que essa afirma que sua mãe “controlava a sua alimentação” falando coisas como “–Só meio pãozinho, nada de banana, só uma colher de arroz”. (BARBOSA, 2016)

Branco, Hilário & Cintra (2006) realizaram um estudo em que se buscou estabelecer uma relação entre o estado nutricional, percepção e a satisfação da imagem corporal de adolescentes de 14 a 19 anos da cidade de São Paulo. Ao correlacionar a auto percepção com o estado nutricional, detectou-se a superestimação feminina, ou seja, aproximadamente 39% das meninas eutróficas se percebiam em sobrepeso e 47% daquelas nesta condição se percebiam obesas. Entre os meninos, também houve uma distorção da realidade, porém, inversamente, 26% daqueles em sobrepeso se acharam eutróficos e 46% dos obesos se acharam somente em sobrepeso ou eutrofia. Dessa forma o estudo concluiu que o modo como o corpo é enxergado por meninos e meninas são distorcidos por suas percepções. Entretanto, o foco da distorção mostrou-se distinta de acordo com o gênero das crianças. Para as meninas, a magreza é colocada como ideal, então mesmo magras ou com o peso ideal para a sua idade/altura acabam se percebendo acima do peso.

Costumam afirmar que a magreza é a perfeição, significado de pessoa saudável, mas nem sempre é assim. Por muitas vezes, nos bastidores deste cenário, estão presentes problemas como transtornos psíquicos e alimentares. A exigência sobre o peso ignora qualquer norma de saúde e a pressão para a manutenção desta forma física cria distúrbios psicológicos que frequentemente são irreversíveis e letais. (BARBOSA, 2016).

2.3 PADRÕES DE BELEZA E IMPLICAÇÕES PARA SAÚDE

Segundo Viana et. al. (2008), o desejo das mulheres no que diz respeito a sua auto percepção corporal, tende a centrar-se na perda de peso, determinado por uma realidade social na qual elas buscam aceitação social e agradar outras pessoas devido à norma posta. Uma norma que revela uma imagem negativa sendo divulgada constantemente para o “excesso de peso”, que deve ser evitado a todo custo.

Pinheiro e Figueiredo (2012), verificaram em sua pesquisa, que a imposição de padrões estéticos ilusórios produzia alto estresse nas mulheres, fazendo com que houvesse prejuízo em seu dia a dia e saúde mental, sendo tal padrão crucial para que a mulher se sentisse digna de atenção, respeito e felicidade.

Dentre as atitudes potencialmente danosas à saúde feminina geradas pelo incentivo de um padrão de beleza inalcançável, encontra-se o uso indiscriminado dos inibidores de apetite sendo revelado na pesquisa de Melo e Oliveira (2011), na qual entrevistaram oito mulheres que consumiam medicações anorexígenas que os empenhos midiáticos na comercialização de uma imagem feminina utópica potencializam a ocorrência de automedicação. Neste ponto, a magreza é vislumbrada como alvo, no qual será possível ser feliz e auto realizado. Além de problemas pessoais no manejo de situações de descontentamento com o próprio corpo, pode-se destacar que os padrões sugeridos para a beleza feminina podem gerar transtornos mentais também advindos de situações de exclusão social, a qual não prioriza a saúde, mas o padrão definido para a estética feminina, o que produz ansiedade e depressão em mulheres, decorrentes do isolamento e atitudes nas quais são humilhadas, seja de modo direto ou indireto (CASTRO; CATIB, 2014).

Os distúrbios ligados à alimentação caracterizam-se pela fobia de estar inadequado de acordo com determinado padrão estético corporal. Fatores socioculturais influenciam diretamente nos comportamentos anoréxicos e bulímicos, onde é possível notar que quanto mais utópicos os padrões de beleza de uma determinada sociedade, mais transtornos alimentares as mulheres apresentam, a pressão estética condiciona as mulheres à infelicidade com o próprio corpo, fazendo com que a mesma recorra a atitudes lesivas ao seu organismo (OLIVEIRA; HUTZ, 2010).

Nesse sentido é relevante refletir sobre as especificidades de gênero na constituição dos hábitos alimentares. Sendo constante a presença de transtornos alimentares, como se fossem hábitos de vida. (Feitosa et al., 2010).

2.4 TRANSTORNOS ALIMENTARES

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).

Os transtornos alimentares (TAs) são doenças psiquiátricas caracterizadas por alterações significativas no comportamento alimentar e no controle de peso e forma corporal, causando prejuízos clínicos emocionais e/ou sociais importantes. (TIMERMAN, 2021).

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, préadolescentes, em pacientes com nível sócio econômico-cultural baixo, com idades entre 12 e 25 anos (LUDEWIG et al, 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).

Para Espíndola e Blay (2006), a bulimia nervosa é caracterizada por grande ingestão de alimentos de uma maneira muito rápida e com a sensação de perda de controle os chamados episódios bulímicos. Estes são acompanhados de métodos compensatórios inadequados para o controle de peso, como: vômitos auto induzidos (em mais de 90% dos casos), uso de medicamentos (diuréticos, laxantes e inibidores de apetite), dietas e exercícios físicos, abuso de caféina ou uso de cocaína. Enquanto a anorexia nervosa, conforme destaca Alves et. al. (2008): “é um transtorno alimentar caracterizado pela recusa do indivíduo em manter um peso adequado para a sua estatura, medo intenso de ganhar peso e uma distorção da imagem corporal, além de negação da própria condição patológica”.

Várias complicações médicas podem surgir em decorrência da desnutrição e dos comportamentos purgativos, tais como anemia, alterações endócrinas, osteoporose e alterações hidroeletrólíticas (especialmente hipocalemia, que pode levar a arritmia cardíaca e morte

súbita), dentre outras. A associação dos transtornos alimentares com outros quadros psiquiátricos é bastante frequente, especialmente com transtornos do humor, transtornos de ansiedade e/ou transtorno de personalidade, mesclando os seus sintomas com os da condição básica e complicando a evolução clínica. (BARBOSA, 2016).

2.5 INTERVENÇÕES NUTRICIONAIS NOS TRANSTORNOS ALIMENTARES

Sob o olhar de Alvarenga M. (2016), a nutrição comportamental não é de fato uma especialidade, ela se justifica como uma abordagem inovadora, que inclui aspectos sociológicos, sociais, culturais e emocionais da alimentação, abrindo espaço para a atuação do nutricionista, que viu a necessidade de um algo a mais para tratar pacientes que apresentavam transtornos alimentares e dificuldades em seguir dietas padrão ou orientações nutricionais tradicionais. Sendo assim, espera-se que, a mudança de comportamento ocorra de fato e esses pacientes se sintam incentivados a dar continuidade ao tratamento e assim alcançar seus objetivos. Como nutricionista, a autora ressalta: “Estudamos sobre o alimento, nutrientes e corpo humano, mas estudamos pouco sobre o SER humano [...]”.

Kamil (2013) relatou que, de acordo com Schomer e Kachani (2010), “o comportamento alimentar vai além do ato de comer”. Com esta afirmação, nota-se que o comportamento alimentar envolve muitos outros fatores, como por exemplo, fatores emocionais e culturais, independente de apenas saciar a fome. As sensações que sentimos no ato de comer, o local onde são realizadas as refeições, as circunstâncias externas, o porquê comemos, e até mesmo o pensamento no momento em que estamos comendo, influencia nesse comportamento.

De acordo com Alvarenga et al. (2016), o nutricionista que trabalha com essa abordagem é chamado de terapeuta nutricional (TN). Esse profissional, além de auxiliar uma pessoa em relação à estrutura e o que ele deve consumir, também ajuda no entendimento de como as emoções influenciam no comportamento e atitudes alimentares.

Diante disso, o TN é responsável por ajudar o paciente a construir um percurso gradual, tornando viável a execução do planejamento alimentar. Esse profissional se utiliza de técnicas como “Entrevista Motivacional”, “Comer Intuitivo”, “Comer em Atenção Plena”, “Terapia Cognitivo Comportamental”, sendo essas as que mais se destacam e que serão abordadas a seguir. Todas essas ferramentas/técnicas são utilizadas para que o paciente se sinta motivado no processo de mudança do comportamento alimentar (ALVARENGA et al., 2019).

Burgess et. al. (2017), diz que a EM é uma conversa que se afasta do estilo tradicional de consulta, em que o TN direciona o indivíduo para declarações auto motivacionais, verificando sua prontidão para a mudança.

Sendo assim, a EM possui etapas que vai desde o primeiro contato do TN com o paciente até a finalização do atendimento. A primeira etapa consiste em “Envolver”, ou seja, criar vínculo, escutar e entender a história do paciente, fazendo com que ele se sinta aceito, respeitado, confortável e disponível para a mudança. A segunda etapa consiste em “Focar”, onde além de manter o paciente envolvido, o TN e o indivíduo focam nas questões relacionadas à alimentação, questionando quais mudanças ele está interessado em fazer. Além disso, a terceira etapa é “focar” nas questões relacionadas à alimentação. Outra parte da conversa consiste em “evocar”, na qual a comunicação é colocada em prática, o paciente é guiado para identificar seus reais interesses, sua motivação intrínseca, e assim realizar a mudança. Perguntas abertas podem ajudar e transformar o ambiente da consulta, deixando o paciente confortável, pois caso ocorra o contrário, e o mesmo não se sentir à vontade, o que iria ser consertado, pode gerar uma resistência e impedir de sair do status quo, ou seja, contrário à mudança. Por fim, vem a etapa de “planejar”, que ocorre quando o paciente está pronto para que a mudança ocorra, e ele mesmo encontra sua solução. Nesse momento, o TN pode fazer uso de instrumentos como o plano de ação e o planejamento de metas para direcioná-lo (ALVARENGA et al., 2019).

Sob o olhar de Almeida e Furtado (2017), o Comer Intuitivo (CI), ou Intuitive Eathing é uma abordagem que se baseia em evidências ensinando as pessoas a terem uma boa relação com a comida, conhecendo seu próprio corpo.

O CI tem como objetivo resgatar a capacidade interna de resposta aos sinais da fome e saciedade, no qual perdemos ao longo da vida devido às regras do quanto, como e quando comer, além de incentivar as práticas do comer sem culpa e sem julgamentos, valorizando o prazer no ato de se alimentar e atendendo às necessidades físicas e não emocionais. Nessa abordagem, o indivíduo é considerado “expert” do seu próprio corpo e agente ativo no processo de mudança comportamental. Logo, as imposições externas não são relevantes para a terapia nutricional e cabe ao nutricionista apenas auxiliar o paciente nesse processo de reconexão entre comida, mente e corpo. Diante disso, vale ressaltar que para o comer intuitivo a redução de peso não é o foco da terapia, é uma possível consequência da mudança dos hábitos alimentares, podendo ela (a redução) ocorrer ou não. O que estudos internacionais de grande significância

mostram refletir positivamente na autoestima, apreciação corporal, bem-estar psicológico e prática de hábitos de vida saudáveis entre as mulheres. (ALBUQUERQUE; FREITAS, 2019).

REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, A.; FREITAS, B. Avaliação do comer intuitivo e suas inter-relações em um grupo de mulheres que não tiveram adesão nos programas dietéticos restritivos para emagrecimento. Trabalho de conclusão de curso (Graduação em nutrição) - Faculdade Pernambucana de Saúde, Recife, 2019.

ALMEIDA, C; FURTADO, C. Comer Intuitivo. **Revista Unilus ensino e pesquisa**, Santos, v. 14, n.37, p. 1-9, dezembro, 2017.

ALMEIDA, L. Concursos de beleza: saiba como surgiram e como eram no princípio. **Fala universidades**, 2021. Disponível em: <https://falauniversidades.com.br/concursos-de-belezasaiba-como-surgiram-e-como-eram-no-principio/> . Acesso em: 24 set. 2021.

ALVARENGA, M. et. al. Nutrição Comportamental. 1 ed. São Paulo. Ed. Manole, 2016.

ALVARENGA M. et. al. Nutrição Comportamental. 2ª ed. Barueri – SP. Editora Manole, 2019.

ANDRADE, M. Moda e corpo: a influência do padrão estético em distúrbios alimentares.2018. Trabalho de conclusão de curso (graduação em design-moda) - Universidade Federal do Ceará, FORTALEZA, 2018.

BARBOSA, B.; SILVA, L. A mídia como instrumento modelador de corpos: um estudo sobre gênero, padrões de beleza e hábitos alimentares. **Revista Razón y Palabra**, 2016.

BRANCO, M.; HILÁRIO, M.; CINTRA, I. Percepção e satisfação corporal em adolescentes e a relação com seu estado nutricional. **Archives of Clinical Psychiatry**, São Paulo, v. 33, n.6, p. 292-296, 2006.

BRANCO, K. A Ditadura da Beleza. **Marinha do Brasil**, 2021. Disponível em: <https://www.marinha.mil.br/saudenaval/ditadura-da-beleza>. Acesso em: 24 set. 2021.

BURGESS, E.; et. Al. Estratégias de tratamento comportamental melhoram a adesão a programas de intervenção no estilo de vida em adultos com obesidade: uma revisão sistemática e metanálise. **Obesidade clínica**, v. 7, n. 2, p. 105-114, 2017.

CASTRO, V.; CATIB, N. Corpo e beleza: como anda a saúde na busca pela perfeição estética?. **Revista Eletrônica de Educação e Ciência**, Avaré, v.4, n.1, p.1-6, 2014.

CATÃO, L.; TAVARES, R. Técnicas da Nutrição Comportamental no Tratamento dos Transtornos Alimentares. **Revista Campo do Saber**, v.3, n.1, p.244-261, 2017.

COPETTI, A.; QUIROGA, C. A influência da mídia nos transtornos alimentares e na autoimagem em adolescentes. **Revista de Psicologia da Imed**, Passo Fundo, v. 10, n. 2, p. 161177, 2018.

ESPÍNDOLA, C.; BLAY, S. Bulimia e transtorno da compulsão alimentar periódica: revisão sistemática e metassíntese. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, Porto Alegre, v. 28, n.3, p. 265-275, 2006.

FEITOSA, E.; et. Al. Hábitos alimentares de estudantes de uma universidade pública no Nordeste, Brasil. **Revista Alimentos e Nutrição Araraquara**, Sergipe, v. 21, n. 2, p.225-230, 2010.

FIN, C. Et. Al.2015. Estética e expectativas sociais: o posicionamento da mulher idosa sobre os recursos estéticos. **Revista Kairós gerontologia**, São Paulo, v.18, n.4, p.134-136. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/kairos/article/view/27683/19510> . Acesso em: 13 de set. 2021.

GONÇALVES, O.; MARTÍNEZ, P. Imagem corporal de adolescentes: um estudo sobre as relações de gênero e influência da mídia. **Comunicação e Informação**, v.17, n.2, p.139-154, 2014.

HALPERN, Z.; RODRIGUES, M.; COSTA, R. Determinantes fisiológicos do controle do peso e apetite. **Revista Psiquiatria Clínica**, v.31, n.4, p.150-153, 2004.

JOMORI, M.; PROENÇA, R.; CALVO, M. Determinantes de escolha alimentar. **Revista Nutrição**, v.21, n.1, p.63-73, 2008.

KAMIL, J. Hábito e Comportamento Alimentar de Escolares do 5º Ano do Ensino Fundamental Residentes em Juiz de Fora – MG. TESE (Pós-Graduação em Psicologia). Universidade Federal de Juiz de Fora, 2013.

LUDEWIG, A. Et. Al. 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**, v. 61, n. 1, p. 35-39, 2017.

MELO, M.; OLIVEIRA, R. O uso de inibidores de apetite por mulheres: um olhar a partir da perspectiva de gênero. **Revista Ciência & Saúde Coletiva**. Viçosa, v. 16, n. 5, p. 2524-2530, 2011.

MORAES, Renata. Determinantes e construção do comportamento alimentar: uma revisão narrativa da literatura. TESE (Graduação em Nutrição). Porto Alegre –RS, 2014.

MORENO, R. A beleza impossível: mulher, mídia e consumo. **Editora Ágora**, 2018.

NEUFELD, C.; MOREIRA, C.; XAVIER, G. Terapia Cognitivo-Comportamental em Grupos de Emagrecimento: O Relato de Uma Experiência. **PSICO**, vol. 43, n. 1, pag. 93-100, 2012.

PINHEIRO, M. C. T.; FIGUEREDO, P. M. V. Padrões de beleza feminina e estresse. **Revista CADE**. Rio de Janeiro, v. 11, n. 1, p. 124-128, 2012.

OLIVEIRA, L. L.; HUTZ C. S. Transtornos alimentares: o papel dos aspectos culturais no mundo contemporâneo. **Psicologia em Estudo**. Maringá, v. 15, n. 3, p. 576-578, 2010.

TRINCA, T. P. Moda e Reificação: a supremacia da aparência na sociedade de consumo. **Anais Eletrônico UNICAMP**. São Paulo, 2020. Disponível em <https://www.unicamp.br/cemarx/ANAIS%20IV%20COLOQUIO/comunica%E7%F5es/GT3/gt3m3c7.pdf> Acesso em: 13 set. 2021.

CAPÍTULO II

(Artigo científico a ser submetido à Revista Nutrição em Pauta, ISSN 1676-2274)

**A OUTRA FACE DOS CONCURSOS DE BELEZA: TRANSTORNOS
ALIMENTARES**

THE OTHER FACE OF BEAUTY CONTEST: EATING DISORDERS

Mayara Ferreira Leal

Discente do Curso Bacharelado em Nutrição
Universidade Federal do Piauí - CSHNB

Regina Márcia Soares Cavalcante

Nutricionista, Especialista em Saúde Pública/Universidade Federal do Piauí-UFPI, Mestre em Ciências e Saúde-PPCS/UFPI, Doutora em Alimentos e Nutrição-PPGAN/UFPI, Docente da Residência Multidisciplinar em Saúde-HU-UFPI e Docente do Curso de Nutrição-UFPI/
CSHNB reginalunna@hotmail.com Tel. 86 999432675

RESUMO

Transtornos alimentares são caracterizados por perturbações no comportamento alimentar, podendo levar ao emagrecimento extremo, a obesidade, ou outros problemas físicos. O objetivo do trabalho foi identificar a possível relação entre os transtornos alimentares e os competidores de concursos de beleza, bem como, as melhores estratégias nutricionais utilizadas no tratamento dessas doenças. O estudo foi desenvolvido por meio da elaboração de uma revisão narrativa, que proporciona a síntese de conhecimento e a incorporação da aplicabilidade de resultados de estudos significativos na prática. Os concursos de beleza de fato podem ser gatilhos para o desenvolvimento dos transtornos alimentares, e a nutrição comportamental tem se mostrado eficaz no tratamento. Por se tratar de uma temática recente e com pouco material publicado, é de suma importância que mais estudos sejam realizados, a fim de responder questionamentos ainda presentes no meio científico.

Palavras-chave: Transtornos alimentares; Concursos de beleza; Padrões de beleza; Nutrição.

ABSTRACT

Eating disorders are characterized by disturbances in eating behavior, which can lead to extreme weight loss, obesity, or other physical problems. The objective of this study was to identify the possible relationship between eating disorders and beauty pageant competitors, as well as the

best nutritional strategies used in the treatment of these diseases. The study was developed through the elaboration of a narrative review, which provides the synthesis of knowledge and the incorporation of the applicability of results from significant studies in practice. Beauty contests can indeed be triggers for the development of eating disorders, and behavioral nutrition has been shown to be effective in the treatment. Because it is a recent topic and with little published material, it is of the utmost importance that more studies be carried out in order to answer questions that are still present in the scientific community. **Keywords:** Eating disorders; Beauty contests; Beauty standards; Nutrition.

INTRODUÇÃO

Quando se pensa em concursos de beleza, o que vêm à mente são estereótipos muito difíceis de serem alcançados, corpos magros e uma beleza, imposta pela sociedade. E a partir desse pensamento são gerados muitos comentários negativos, pois numa sociedade em que se luta contra os padrões de beleza, existem franquias que se mostram totalmente contra essa luta (ALMEIDA, 2021).

Distúrbios alimentares são doenças de início psicológico, que podem afetar gravemente a saúde física. Eles se dividem em muitas variações, sendo as mais frequentes a anorexia e a bulimia. A bulimia e a anorexia nervosa aparecem associadas ao culto ao corpo ideal, sustentado no último século pela exposição contínua aos padrões de beleza e de moda estampados em jornais, revistas e programas de televisão ou mesmo em anúncio de medicamentos e cosméticos. Todo esse aparato técnico aciona, segundo conclusões de estudos, mecanismos que levam os indivíduos a adequarem-se às cobranças sociais, surgindo, em consequência disso, patologias graves (ANDRADE, 2018)

De um modo geral, os transtornos alimentares (TA) têm suas primeiras manifestações ainda na infância, mas podem ocorrer mais tardiamente, como no caso da bulimia e anorexia (FERREIRA, 2018). Esses transtornos vêm sendo bastante estudados ao longo dos anos, no entanto, a literatura avança a cada dia com novas descobertas que devem ser avaliadas com sua devida importância.

Diante dessas informações, o presente trabalho teve como objetivo, identificar a possível relação entre os transtornos alimentares e os competidores de concursos de beleza.

METODOS

O estudo foi desenvolvido por meio da elaboração de uma revisão narrativa da literatura, que consiste em um método que proporciona a síntese de conhecimento e a incorporação da aplicabilidade de resultados de estudos significativos na prática. A revisão foi construída com a busca de artigos científicos nas principais bases de dados em saúde, bem como na literatura cinzenta, utilizando como descritores: “curso de beleza”, “transtornos alimentares” e “padrão de beleza” de forma isolada e combinada. Foram incluídos no estudo artigos científicos em inglês e português sem quaisquer limitações referentes às datas das publicações. Foram excluídos aqueles artigos que se repetiam nas bases de dados analisadas, bem como mediante leitura do resumo ou artigo completo, os que não apresentavam relevância para o tema abordado.

RESULTADOS

O corpo passou a ser um valor cultural que integra o indivíduo a um grupo, e ao mesmo tempo o destaca dos demais. Ter um corpo “perfeito”, “bem delineado”, “em boa forma” consagra o homem e representa a vitória sobre a natureza, o domínio além do seu corpo, o controle do seu próprio destino. A gordura, a flacidez e o sedentarismo simbolizam a indisciplina, o descaso. As pessoas são culpadas pelo “fracasso” do próprio corpo. Nesta cultura, que classifica as pessoas a partir da forma física, a gordura passa a ser considerada uma doença, pois é preciso construir um corpo firme, bem trabalhado, ultra medido. Privilegia-se a aparência como um fator fundamental para o reconhecimento social do indivíduo. (GARRINI, 2007). Entretanto, essa “imagem saudável” nem sempre irá condizer com um corpo saudável. A busca por essa imagem corporal representada como sinônimo de beleza, juventude e saúde, pode gerar aos indivíduos diversos problemas. As vidas dessas pessoas passam a ser colocadas em perigo na busca incessante por essa norma de beleza. Podemos citar como exemplos desses riscos os transtornos alimentares, o desencadeamento de efeitos colaterais de maneira irreversível (como nos sistemas hepático, cardiovascular e endócrino) resultante do uso de esteroides anabolizantes, assim como também, a probabilidade de se desenvolver câncer ocasionado pela grande exposição à radiação ultravioleta nos bronzeamentos artificiais. (SAMPAIO; FERREIRA, 2009).

É interessante acionar reflexões a respeito do empenho da mídia na veiculação dos modelos de corpos e estratégias para a sua construção, sobretudo no que se refere ao feminino.

Esse discurso é veiculado em todos os momentos: nas revistas, nos jornais, na televisão, sendo o público leitor ou telespectador assediado continuamente pelos modelos de beleza, na forma, por vezes, de top-models (BORGES, 2007). Nesse sentido, (FISHER,2003) aponta que os imperativos de beleza perseguem-nos quase como “tortura”, uma vez que os corpos de tantos (as) outros (as) são oferecidos como modelos, operando de forma que transformemos o nosso corpo para atingir esse modelo que tem como características ser belos (as), magros (as), atletas, saudáveis e eternos. O corpo feminino se torna, antes de tudo, “o corpo-para-o-outro, a aparência que deve ter aos olhos de seus semelhantes” (BORGES, 2007), A prática do "culto ao corpo" coloca-se como preocupação apoiada em um discurso que ora lança mão da questão estética e ora da preocupação com a saúde (GOELLNER, 2003). Padrões estéticos sempre existiram: para cada cultura, cada época, uma ideia diferente do que seria o corpo perfeito. Entretanto, esses ideais praticamente inalcançáveis podem levar à baixa autoestima e até casos graves de transtornos alimentares (PRADO, 2019).

Com base no transtorno alimentar (TA), é importante ressaltar. Os estudos comprovam que as adolescentes e adultas jovens são mais atingidas de forma precoce. Essas pacientes apresentam um comportamento obsessivo, buscando informações na mídia e as suas tendências, que sem critérios saudáveis pregam um corpo perfeito, colocando em risco a própria saúde (OLIVEIRA; HUTZ, 2010).

É importante destacar que com o tratamento adequado todos os transtornos alimentares são curáveis. É preciso procurar a avaliação de um especialista no assunto como o nutricionista, que possuem papel importante e essencial na equipe multiprofissional, sendo capazes através da reeducação alimentar, aos poucos retomar a alimentação normal, pois o tratamento dessas doenças é baseado em devolver a pessoa um peso saudável. A terapia nutricional é o processo que envolve o monitoramento do estado nutricional do paciente e o tratamento em si, no qual o nutricionista e a equipe trabalham juntos para modificar os comportamentos relacionados à alimentação e ao peso do paciente (ALVARENGA; PHILIPPI, 2004; VALE; ELIAS, 2011). Portanto o papel do profissional nutricionista é de suma importância, afim de ajudar o paciente a melhorar a relação com a comida e com o corpo, discutir crenças alimentares com base científica, discutir padrões de beleza e qualidade de vida, com o intuito da melhora no comportamento alimentar (ALVARENGA et al., 2015). O nutricionista precisa estar atento ao comportamento alimentar do paciente. Na anamnese ser perspicaz e buscar as maiores condições de informações possíveis para que o diagnóstico seja preciso. O profissional deve

instruir adequadamente o paciente, sobre a importância da nutrição e as consequências fisiológicas que esse TA pode causar. O paciente precisa sentir-se seguro com o nutricionista, a ponto de permitir intervenções e alterações na relação paciente/alimento, para que esse indivíduo alcance a autonomia de interagir de forma consciente e saudável, conquistando os benefícios que os alimentos produzem em seu organismo (GALISA et al., 2014).

CONCLUSÃO

Apesar de muitas mudanças terem acontecido nos últimos tempos, alguns concursos de beleza ainda utilizam provas que podem constituir-se em gatilhos para o desenvolvimento de transtornos alimentares, se tornando muitas vezes um ambiente não saudável para os participantes. Nesse sentido, evidencia a importância da nutrição comportamental como proposta no tratamento de transtornos alimentares, uma abordagem inovadora, com resultados positivos no controle do IMC e da saúde psicológica. Essa abordagem atua em todo contexto biopsicossocial do indivíduo, uma vez que há uma relação compatível entre os aspectos fisiológicos, sociais e emocionais com a alimentação, sugerindo uma mudança do comportamento alimentar através da motivação. Por se tratar de uma temática recente e com pouco material publicado, é de suma importância que mais estudos sejam realizados, a fim de responder questionamentos ainda presentes no meio científico.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, L. Concursos de beleza: saiba como surgiram e como eram no princípio. **Fala universidades**, 2021. Disponível em: <https://falauniversidades.com.br/concursos-de-belezasaiba-como-surgiram-e-como-eram-no-principio/> . Acesso em: 24 set. 2021.
- ALVARENGA, M.; PHILIPPI, S. Transtornos Alimentares: uma visão nutricional. São Paulo, **Manole**, 2004.
- ALVARENGA, M. et al. Nutrição comportamental. São Paulo, **Manole**, 2015
- BORGES, E. Corpo, espetáculo e consumo: novas configurações midiáticas para a infância. **Media & Jornalismo**, v.11, n.11, p.91-103, 2007.
- VALE, A.; ELIAS, L. Transtornos alimentares: uma perspectiva analítica comportamental. **Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva**, v. 13, n. 1, p. 52-70, 2011.
- FIGLIE, N.; GUIMARÃES, L. A Entrevista Motivacional: conversas sobre mudança. **Bol.**

- Academia Paulista de Psicologia**, v.34, n.87, p. 472-489, 2014.
- GALISA, M. et al. Educação alimentar e nutricional: da teoria à prática. São Paulo, **ROCA**, 2014.
- GOELLNER, S. A produção cultural do corpo. Corpo, gênero e sexualidade: um debate contemporâneo na educação. Petrópolis, **Editora Vozes**, v. 1, p. 28-40, 2003.
- GARRINI, S. Do corpo desmedido ao corpo ultra medido: reflexões sobre o corpo feminino e suas significações na mídia impressa. **Congresso Nacional de História da Mídia**, São Paulo, 2007.
- FISCHER, R. Pequena Miss Sunshine: para além de uma subjetividade exterior. **PróPosições**, Campinas v.15 n. 2, p. 47-57, 2008.
- SAMPAIO, R; FERREIRA, R. Beleza, identidade e mercado. **Psicologia em Revista**, v.12, n.1, p.120-140, 2009.
- NEUFELD, C.; MOREIRA, C.; XAVIER, G. Terapia Cognitivo-Comportamental em Grupos de Emagrecimento: O Relato de Uma Experiência. **PSICo**, v. 43, n. 1, p. 93-100, 2012.
- OLIVEIRA, L. ; HUTZ, S. Transtornos alimentares: o papel dos aspectos culturais no mundo contemporâneo. **Revista Psicologia em Estudo**, v. 15, n. 3, p. 575-582, 2010.
- SILVA, B.; MARTINS, E. Mindful Eating na Nutrição Comportamental. **Revista Científica Univiçosa**, v.9, n.1, 2017.

ANEXO A

NORMAS DE PUBLICAÇÃO

Normas para Publicação de Artigos Científicos

A revista *Nutrição em Pauta* publica artigos inéditos que contribuam para o estudo e o desenvolvimento da ciência da nutrição nas áreas de nutrição clínica, nutrição hospitalar, nutrição e pediatria, nutrição e saúde pública, alimentos funcionais, foodservice, nutrição e gastronomia e nutrição esportiva.

São publicados artigos originais, artigos de revisão e artigos especiais. Os artigos recebidos são avaliados pelos membros da comissão científica da revista. Os autores são responsáveis pelas informações contidas nos artigos. Somente serão avaliados os artigos cujo autor principal seja assinante da revista *Nutrição em Pauta*. Os artigos aprovados para publicação na *Nutrição em Pauta* poderão ser publicados na edição impressa e/ou na edição eletrônica da revista (Internet), assim como em outros meios eletrônicos (CD-ROM) ou outros que surjam no futuro. Ao autorizar a publicação de seus artigos na revista, os autores concordam com estas condições.

Apresentação do Artigo

Deve conter o título em português e inglês e o nome completo sem abreviações de cada autor com o respectivo currículo resumido (2 a 3 linhas cada), palavras-chave para indexação em português e inglês, resumo em português e inglês de no máximo 150 palavras, texto com tabelas e gráficos, e as referências.

O texto deverá conter: introdução, metodologia, resultados, discussão e conclusões. As imagens obtidas com “scanner” (figuras e gráficos) deverão ser enviadas em formato .tif ou .jpg em resolução de 300 dpi. As tabelas, quadros, figuras e gráficos devem ser referidos em números arábicos.

Pacientes envolvidos em estudos e pesquisas devem ter assinado o Consentimento Informado e a pesquisa deve ter a aprovação do conselho de ética em pesquisa da instituição à qual os autores pertençam.

As referências e suas citações no texto devem seguir as normas específicas da ABNT, conforme instruções a seguir.

CITAÇÕES NO TEXTO (NBR10520/2002)

- a. sobrenome do autor seguido pelo ano de publicação. Ex.: (WILLETT, 1998) ou “Segundo Willett (1998)”
- b. até três autores, citar os três separados por ponto e vírgula. Ex.: (CORDEIRO; GALVES; TORQUATO, 2002).

Mais de três autores, citar o primeiro seguido da expressão “et al.”

REFERÊNCIAS (ABNT NBR-6023/2002)

- a. ordem da lista de referências – alfabética
- b. autoria – até três autores, colocar os três (sobrenome acompanhado das iniciais dos nomes) separados por ponto e vírgula (;). Ex.: CORDEIRO, J.M.; GALVES, R.S.; TORQUATO, C.M.

Mais de três autores, colocar somente o primeiro autor seguido de “et al.”

- c. títulos dos periódicos – abreviados segundo Index Medicus e em itálico
- d. Exemplo de referência de artigo científico (para outros tipos de documentos, consultar a ABNT):

POPKIN, B.M. The nutrition and obesity in developing world. *J. Nutr.*, v.131, n.3, p.871S873S, 2001.

Obs.: a exatidão das referências é de responsabilidade dos autores.

**TERMO DE AUTORIZAÇÃO PARA PUBLICAÇÃO ELETRÔNICA NO
REPOSITÓRIO INSTITUCIONAL - RI/UFPI**

1. Identificação do material bibliográfico:

- Tese Dissertação Monografia TCC Artigo Livro
 Capítulo de Livro Material Cartográfico ou Visual Música
 Obra de Arte Partitura Peça de Teatro Relatório de pesquisa
 Comunicação e Conferência Artigo de periódico Publicação seriada
 Publicação de Anais de Evento

2. Identificação do Trabalho Científico:

Curso de Graduação: Nutrição

Programa de pós-graduação: _____

Outro: _____

Autor(a): Mayara Ferreira Leal

E-mail: mayaraleal848@gmail.com

Orientador (a) Regina Márcia Soares Cavalcante

Instituição: Universidade Federal do Piauí

Membro da banca: Prof. Me. Paulo Victor de Lima Sousa

Instituição: Universidade Federal do Piauí

Membro da banca: Prof. Dra. Nara Vanessa dos Anjos Barros

Instituição: Universidade Federal do Piauí

Membro da banca: _____

Instituição: _____

Membro da banca: _____

Instituição: _____

Membro da banca: _____

Instituição: _____

Título obtida: Graduação

Data da defesa: 30 / 03 / 2023

Título do trabalho: A outra face dos concursos de beleza: transtornos alimentares

Agência de fomento (em caso de aluno bolsista): _____

3. Informações de acesso ao documento no formato eletrônico:

Liberação para publicação:

Total: []

Parcial: []. Em caso de publicação parcial especifique a(s) parte(s) ou o(s) capítulos(s) a serem publicados: _____

.....

TERMO DE AUTORIZAÇÃO

Em atendimento ao Artigo 6º da Resolução CEPEX nº 264/2016 de 05 de dezembro de 2016, autorizo a Universidade Federal do Piauí - UFPI, a disponibilizar gratuitamente sem ressarcimento dos direitos autorais, o texto integral ou parcial da publicação supracitada, de minha autoria, em meio eletrônico, no Repositório Institucional (RI/UFPI), no formato especificado* para fins de leitura, impressão e/ou *download* pela *internet*, a título de divulgação da produção científica gerada pela UFPI a partir desta data.

Local: Picos-PI Data: 20 / 06 / 2024

Assinatura do(a) autor(a): _____



Documento assinado digitalmente

MAYARA FERREIRA LEAL

Data: 20/06/2024 16:38:26-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

* **Texto** (PDF); **imagem** (JPG ou GIF); **som** (WAV, MPEG, MP3); **Vídeo** (AVI, QT).