

FACULDADE LABORO
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM SAÚDE MENTAL E ATENÇÃO PSICOSSOCIAL

JULIANA ALVES DA SILVA

ANOREXIA: Uma revisão entre a relação das influências midiáticas e a incidência de transtornos alimentares.

São Luís

2019

JULIANA ALVES DA SILVA

ANOREXIA: Uma revisão entre a relação das influências midiáticas e a incidência de transtornos alimentares.

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao curso de Especialização em Saúde Mental e Atenção Psicossocial, da Faculdade Laboro, para obtenção do título de Especialista.

Orientadora: Ma. Ana Nery Rodrigues.

São Luís

2019

JULIANA ALVES DA SILVA

ANOREXIA: Uma revisão entre a relação das influências midiáticas e a incidência de transtornos alimentares.

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao curso de Especialização em Saúde Mental e Atenção Psicossocial, da Faculdade Laboro, para obtenção do título de Especialista.

Aprovado em: ____/____/____

BANCA EXAMINADORA

Prof^a. (Orientadora)

Examinador 1

Examinador 2

ANOREXIA: Uma revisão entre a relação das influências midiáticas e a incidência de transtornos alimentares.

JULIANA ALVES DA SILVA

RESUMO:

O presente trabalho apoderou-se de pesquisas bibliográficas a respeito de Transtornos Alimentares, em especial a Anorexia Nervosa e a relação entre as influências midiáticas. A pesquisa foi realizada a partir da utilização de plataformas de pesquisas dentre elas: (Timbó, Cern, Document Server, World Wide Science, Google Acadêmico, Science Research, etc), e a utilização de autores como Naomi Wolf, Botega, Cabeda e dentre outros que explanam sobre a relação entre padrão de beleza, estética e a relação entre os Transtornos de Alimentação. Especificamos a pesquisa ao Transtorno de Anorexia Nervosa, por percebermos ser uma das queixas mais recorrentes tanto em pesquisas quanto em meios midiáticos onde pretendia-se mostrar como é possível identificar as influências midiáticas nos dias de hoje, como esse processo se desenvolve, qual seria a relação do padrão de beleza e o aparecimento de transtornos alimentares e por fim quais seriam as possíveis intervenções realizadas para o tratamento de pessoas nessa condição. A partir disso, identificamos que através das pesquisas, as mulheres ainda se encontram vulneráveis e/ou sentem-se rejeitadas em relação à sua aparência, onde frequentemente isso é reforçado por influências midiáticas, relações sociais e culturais contribuindo para o aparecimento dos Transtornos Alimentares. Todavia, movimentos que lutam para que uma nova forma de empoderamento seja intensificado, como o movimento *Body Positive*, estão ganhando força no cenário atual, favorecendo uma melhor aceitação e discussão sobre temas explorados, contribuindo assim para que novas pesquisas que enfoquem aspectos sociais e culturais relacionados à imagem corporal e transtornos alimentares sejam realizadas.

Palavras Chaves: Imagem Corporal, Padrão de Beleza, Transtornos Alimentares, Anorexia Nervosa, Influências Midiáticas.

ABSTRACT:

The present work has taken advantage of bibliographical research on Eating Disorders, especially Anorexia Nervosa and the relation between the media influences. The research was carried out through the use of research platforms among them: (Timbó, Cern, Document Server, World Wide Science, Google Academic, Science Research, etc.), and the use of authors such as Naomi Wolf, Botega, Cabeda and among others that explain the relation between beauty pattern, esthetics and the relationship between Eating Disorders. We specified the research to Anorexia Nervosa Disorder, because we perceive it to be one of the most recurrent complaints in both research and in media where it was intended to show how it is possible to identify the media influences in the present day, how this process develops, what would be the relation of the beauty pattern and the appearance of eating disorders and finally what would be the possible interventions performed for the treatment of people in this condition. From this, we identify that through research, women are still vulnerable and / or feel rejected regarding their appearance, where this is often reinforced by media influences, social and cultural relations contributing to the appearance of Eating Disorders. However, movements that fight for a new form of empowerment, such as the Body Positive movement, are gaining momentum in the current scenario, favoring a better acceptance and discussion on explored subjects, thus contributing to new research that focuses on social and cultural aspects related to body image and eating disorders are performed.

Key Words: Body Image, Beauty Pattern, Eating Disorders, Anorexia Nervosa, Media Influences.

1 INTRODUÇÃO

O presente trabalho tem por finalidade proporcionar reflexões relacionadas à imagem corporal, influências midiáticas e as possíveis relações entre elas e a incidência dos transtornos alimentares na sociedade atual. A escolha do tema, veio relacionada à interesses pessoais e acadêmicos, mais precisamente com a necessidade de construção acadêmica de um assunto que visa buscar a aproximação da demanda a respeito da desconstrução de padrões de beleza e investigar todos esses temas de forma que contribua para um desenvolvimento nessa área específica.

Tivemos como objetivo explicar as pesquisas relacionadas ao Transtorno Anorexia Nervosa e a identificação dos fatores que acreditamos suscitar o aparecimento dos sintomas desse transtorno, como por exemplo as influências midiáticas. Entretanto, no decorrer da pesquisa achamos válido trazer e explicar outros fatores como, as relações sociais e familiares. Partindo-se disso, utilizamos o método de pesquisa bibliográfica para construir esse trabalho, dentre alguns autores podemos citar Naomi Wolf em seu livro *O Mito da Beleza* (1992) que discute e aponta toda a relação de beleza x sociedade, assim como Cabeda e Strey em seu livro *Corpos e Subjetividades em Exercícios Interdisciplinar* (2004), que propicia uma visão a respeito do Padrão de Beleza, comportamento alimentar, transtornos alimentares e a relação subjetiva dos corpos.

Durante a coleta de informações, reconhecemos as incontáveis fontes que aparecem dando soluções mágicas de como emagrecer rápido, como se sentir mais bonita, como esconder aquelas gorduras indesejáveis, etc. Como Santana (2016) descreve, vimos desde revistas que apresentavam mulheres com corpos altamente “sarados” desde redes sociais e *blogs* que apresentavam excessivamente um estilo de vida *fitness* onde, os temas recorrentes eram: Como reduzir calorias, como emagrecer de forma rápida (e muita das vezes não saudável), como passar a vontade de se alimentar e muitas outras formas preocupantes de se manter no tão desejado corpo padrão, leia-se magro.

Sendo a influência midiática um dos nossos focos do trabalho, trazendo a fala de Wolf (1992), onde a autora faz uma relação entre como para a indústria a beleza é representado como uma moeda de troca, podemos contribuir que é perceptível a relação de como esta está relacionada e disseminada com uma força maior nos dias atuais devido à grande disseminação das redes sociais. Sendo uma ferramenta capaz de mostrar padrões de vida e corpo que devem ser seguidos, muitas das vezes com fórmulas e/ou dietas “milagrosas” que nem sempre são o que de fato as pessoas que influenciam (conhecidas como *digital influencers*) realmente as segue contribuindo com a incessante necessidade em alcançar o tão desejado “corpo ideal” ocasionando muita das vezes frustrações e em casos mais sérios transtornos alimentares.

Dentre essas inúmeras pesquisas voltadas para a Anorexia Nervosa, observa-se que a grande parte se preocupava em mostrar dados de como reconhecer o transtorno, métodos de intervenção e como o transtorno pode se desenvolver.

Queríamos então desenvolver um trabalho que apresentasse como diferencial, um maior debate por temas relacionados à uma visão mais abrangente, em especial sobre práticas psicológicas, comportamentos alimentares (nutrição comportamental), relações culturais, dentre outros.

Por fim, reconhecemos a importância e a necessidade de produções cada vez maiores a respeito da discussão sobre assuntos tão atuais e que sempre se fizeram presente na nossa sociedade, ainda mais pela percepção de ser um tema ainda pouco trabalhado em relação a esses aspectos citados anteriormente, e pela abrangência que esses temas tendem a proporcionar.

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 Transtornos Alimentares – Anorexia Nervosa:

Segundo o Manual de Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais V (DSM V, 2014), os Transtornos Alimentares (TA), podem ser descritos como problemas que são persistentes em relação a alimentação ou no comportamento alimentar, comprometendo a saúde física e o funcionamento psicossocial. Os transtornos caracterizados nessa área são: Pica, Transtorno de Ruminação, Transtorno Alimentar restritivo/evitativo, Anorexia Nervosa, Bulimia Nervosa e Transtorno de Compulsão Alimentar.

Além do DSM V, os transtornos alimentares possuem seus critérios diagnósticos também estabelecidos pelo Código Internacional de Doenças (CID-10), sendo os mais conhecidos, a Anorexia Nervosa (AN) e a Bulimia Nervosa (BN), afetando em sua maior parte jovens de ambos os sexos, porém sua incidência é maior com pessoas do sexo feminino (LACERDA, 2014).

O Transtorno de Alimentação, Anorexia Nervosa, geralmente inicia-se durante a adolescência ou na idade adulta jovem, seu início costuma estar associado a algum evento de vida estressante, com uma preocupação exacerbada em relação com o corpo e com a adesão de dietas restritivas inicialmente “inocentes” e não maléficas. Tem como critérios diagnósticos: a restrição da ingesta calórica em relação às necessidades levando a um peso extremamente baixo (peso inferior ao mínimo normal), medo intenso de ganhar peso ou engordar, e perturbação no modo como o próprio peso ou a forma corporal são vivenciados (DSM V, 2014).

O DMS V (2014) ainda nos traz que o medo intenso de engordar acaba não sendo aliviado pela perda de peso, a preocupação em alguns casos pode até aumentar mesmo se o peso diminuir, já que o indivíduo aumenta a preocupação e auto controle de manter o peso cada vez mais baixo. Alguns pacientes com esse transtorno, apresentam comorbidade com transtornos bipolares, depressivos e de ansiedade sobretudo o uso de álcool e outras drogas. Como consequência, é comum algumas pessoas nessa condição apresentarem isolamento social significativo e/ou fracasso em nível acadêmico ou profissional.

Já com o CID-10 (1993), podemos trazer como critérios diagnósticos para a AN: A perda de peso auto induzida pela evitação de alimentos que engordam, o medo de engordar por ter uma percepção distorcida do peso real, vômitos auto induzidos e purgação assim também como uso de inibidores de apetite, e também atraso no desenvolvimento puberal e amenorreias, dentre outros critérios.

A anorexia ainda possui inúmeros fatores para o seu desenvolvimento, dentre eles podemos citar como: Biológicos, genéticos e socio culturais, não sendo possível identificar apenas uma única causa para o seu aparecimento. Em relação aos fatores sócio culturais, identificamos que a cultura tem uma grande influência em relação sobre o que comemos, vestimos, escutamos e assistimos, sendo inclusive um fator crucial em alguns casos de aparecimento de diversos transtornos mentais, e não apenas transtornos alimentares. Com isso, essa origem multifatorial contribui para que seja um transtorno extremamente complexo, que demanda uma importante intervenção para que se tenha um tratamento realmente eficaz (SANTANA, 2016).

É muito comum que a anorética, apresente uma forma totalmente diferente de observar e perceber a sua imagem corporal, geralmente identificando-a como uma imagem maior que a realidade, uma imagem distorcida e extremamente irreal, onde:

Do ponto de vista psicopatológico, o que é característico da anorexia nervosa é a distorção da imagem corporal; apesar de muito emagrecida, a paciente percebe-se gorda, sente que algumas partes de seu corpo, como abdome, as coxas, e as nádegas estão “muito gordas”. O pavor de engordar persiste em uma ideia permanente, mesmo estando a paciente com o seu peso bem abaixo do normal (DALGALARRONDO, 2008 p. 340).

Dalgalarrodo (2008), ainda acrescenta que a anorética pode apresentar episódios de Bulimia¹, que se inicia a partir de dietas aparentemente inocentes atingindo em especial garotas adolescentes e mulheres jovens. A anorexia pode ainda ser classificada em dois subtipos, sendo eles: O restritivo, na qual a perda de peso é através de restrição de alimentos, dietas e/ou atividades físicas em excesso; e o tipo Purgativo, onde além de evitar ingerir alimentos calóricos é apresentado comportamentos purgativos como vômitos, abuso de laxantes ou enemas.

Botega (2012), destaca algumas das complicações médicas geralmente encontrados em pacientes que apresentam AN, sendo elas: Comprometimento da função renal, problemas cardiovasculares, osteoporose, problemas odontológicos, ascites, etc. Na prática no hospital geral, o profissional de saúde muito comumente encontrará casos de pacientes que se relacionem com TAs, sendo sugerido sempre uma avaliação e entrevista inicial para identificar os diversos sintomas dessa condição, além da observação dos sinais físicos como: Emagrecimento excessivo, lanugo, quedas capilares, pele pálida e seca, cicatrizes nas mãos ou nos dedos devido a autoindução de vômitos, dentre vários outros.

Dessa forma, é importante reforçar que como diagnóstico diferencial, algumas causas a mais podem ser identificadas como causadoras desse transtorno, dentre causas psiquiátricas, Botega (2012), nos traz: Transtorno Obsessivo Compulsivo (TOC), Depressão e Esquizofrenia, e como Causas Clínicas: Tumores Cerebrais, Doenças Reumáticas, Infecções, Síndromes de Má Absorção, Hipertireoidismo etc.

Há algumas outras características perceptivas em jovens que apresentam anorexia, onde podemos apontar: Ansiedade (medo em serem rejeitadas); Instabilidade (comportamento suicida, automutilação); Insegurança (Necessidade de aprovação); Obsessividade (compulsão, teimosia); Perfeccionismo (Preocupação excessiva com listas e ordens) (LOJEWISK; ABRAHAM, 2013 apud SANTANA, 2016).

Partindo-se disso, a identificação dos sintomas e o que os mantém nos TA, é uma questão frequentemente investigada pelos profissionais de saúde, entende-se que dentre os demais fatores citados (genéticos e biológicos), os fatores psicossociais são extremamente relevantes e investigados durante todo o curso dessa doença.

¹ Segundo o DSM V, o transtorno de bulimia identifica-se com episódios recorrentes de compulsão alimentar e comportamentos compensatórios inapropriados para prevenir ganho de peso, como: vômito auto induzido; abuso de laxantes, diuréticos ou outras medicações; jejum; ou excesso de exercício físico.

Hábitos alimentares distorcidos e imagem corporal, parecem ter a ver com um desajustamento da personalidade, assim como critérios sociais, como medo de rejeição do outro, necessidade de se enquadrar em determinados grupos sociais e busca incessante por uma satisfação corporal que muitas das vezes só contribui para uma grande obsessão e contribuição para a manutenção de aparecimento e sintomas de doenças alimentares (MOURA; SANTOS; RIBEIRO; 2015).

A adolescência, conhecida como é um dos períodos mais conturbados e que na maior parte das vezes os jovens evitam a todo custo serem considerados como ruins, inadequados, e muita das vezes buscam o isolamento como forma de não sofrerem perseguições e *bullying*², podem conseqüentemente buscar soluções muito rápidas para emagrecer, utilizando-se de drogas e medicamentos que prometem ter esse efeito rapidamente para evitar que seus corpos tornem-se objetos de depreciação pelo outro (SANTANA, 2016).

Finalizando, a partir do que foi apresentado sobre a Anorexia Nervosa, é necessário que se explane acerca da questão social e cultural em torno de alguns fatores que levam o aparecimento dessa doença ainda tão agravante e relevante na sociedade atual, dentre esses fatores, a influência midiática, padrões de beleza, aceitação corporal, empoderamento, etc. serão alguns dos pontos a serem discutidos e questionados nos próximos momentos deste presente trabalho.

2.2 Influências Midiáticas e Padrões de Beleza

2.2.1 Sobre influências midiáticas:

A AN é considerada como um TA relacionado às alterações do esquema corporal com vários diferentes aspectos de gravidade. No mundo da internet, estas foram incluídas como melhores amigas das meninas e mulheres que as consideram como importantes formas de alcançar o emagrecimento, as chamando inclusive “carinhosamente” como Ana (SANTANA, 2016).

Ainda citando Santana (2016), a crescente utilização das redes sociais, problemas relacionados à auto estima foram definitivamente um dos principais fatores para que a exposição de corpos aumentasse cada vez mais, de um lado corpos

² Segundo SILVA (2010), é uma palavra de origem inglesa que se refere a comportamentos violentos no âmbito escolar, sendo comuns agressões, perseguições, assédios para com alguns estudantes não apresentando necessariamente uma motivação específica ou justificável.

incrivelmente sarados, “*fitness*”³ tomam conta de inúmeros perfis. Homens e mulheres dispõem de seus tempos para mostrar a dieta que seguem, como alcançar aquele corpo tido “perfeito”, como burlar a vontade de comer guloseimas e como ser saudável sem “enfiar o pé na jaca”.

Por outro lado, a partir das pesquisas realizadas, percebemos a existência de um crescente movimento que busca reconquistar o amor pelo próprio corpo, e chamar atenção para debates sobre aspectos relacionados a crescente necessidade de transformações corporais (cirurgias plásticas em excesso, por exemplo). Este movimento vem com o nome de “*Body Positive*”⁴ que busca mostrar corpos “reais” sejam gordos, “não perfeitos”, altos demais, baixos demais, de forma que busquem a valorização dos corpos que a maioria das pessoas possuem. Justamente nessas redes sociais, muitas meninas a encontram como um “abrigo” para expor suas angústias em relação ao corpo (SANTANA, 2016).

O movimento *Body Positive*, também é um movimento que busca discutir sobre um termo ainda recente chamado “Gordofobia”, onde podemos explicar que:

O termo, constitui-se da junção da palavra gordo, (em latim *gurdu*), que segundo o Dicionário Aurélio (2010) se refere a “quem tem muita gordura; gorduroso, graxo; que tem o tecido adiposo desenvolvido e do termo fobia, palavra vinda do latim *phobia*, que designa medo ou aversão a algo (FERREIRA, 2010, p.355 apud ARCOVERDE; RODRIGUES, 2014 p.11).

Ou seja, a gordofobia poderia ser entendida como aversão a pessoas gordas. Essa aversão se caracteriza de forma preconceituosa e julgadora, em especial às mulheres gordas, já que “a gordofobia atinge mulheres e homens de maneiras distintas: às mulheres gordas, o preconceito é mais forte e naturalizado do que aos homens gordos” (ARCOVERDE; RODRIGUES, 2014, p.11).

Já Betti (2014), acrescenta que o indivíduo gordo ainda é julgado por suas características físicas, muita das vezes atribuída como uma falha intencional, sendo encaixado como uma pessoa que não tem controle sobre o seu corpo, seu estilo de vida, possuindo ausência de características como autodeterminação e disciplina, de forma que a pessoa é discriminada pela aparência corporal, muitas das vezes sendo

³ Realizando uma busca rápida pela internet, encontramos que o termo se refere a “estar em boa forma física”. Onde “Fit” = Boa forma “Ness” = Utilizado para indicar condição ou um estado.”

⁴ Após algumas buscas de blogs que discutem sobre empoderamento, gordofobia, etc. Temos que “Body Positive” significa literalmente Corpo Positivo, nesse sentido busca-se ter um olhar mais positivo e sincero para com a sua imagem e com a dos outros corpos.

visto como alguém que simplesmente “não se cuida” ou é “preguiçoso” e mais ainda, alguém que não parece ter tido sucesso na vida por não ter conseguido “fechar a boca” e se manter magro e conseqüentemente bonito.

O termo gordofobia se procurado na internet, encontra-se a ele relacionado algumas páginas e blogs⁵ que se prezam a explicar sobre o movimento, sobre a necessidade de a ver representações de mulheres com todos os tipos de corpos. Dentro dessas pesquisas, verifica-se que a grande maioria das mulheres que estão contidas nesses movimentos em relação a empoderamento do corpo, já tiveram algum transtorno alimentar durante a infância e adolescência, muitas das vezes gerado por pressões do próprio seio familiar ou do meio social, já que “a anorexia está vigorosamente ligada com os aspectos individualistas da sociedade moderna, que possui uma cultura que provoca modos de vida centralizados na procura de sensações de prazer e aptidões físicas” (BAUMAN, 2010 apud MACÁRIO; ZANATTA, 2017).

Kalb (2017), nos traz a discussão que, se antes as revistas femininas tinham como um dos principais objetivos o de trazer a atenção feminina em relação a matérias relacionadas a corpo e beleza, ensinamentos como ter um corpo bonito e magro, hoje, com o grande aparecimento das redes sociais, e de “Influenciadoras Digitais”⁶, a grande obsessão pelo corpo perfeito tem se tornado cada vez mais frequente e urgente. Em consequência disso, possuímos hoje uma das redes sociais mais propensas para essa explanação, temos o *Instagram*, uma plataforma que permite que o usuário poste fotos e vídeos relacionados com o seu dia-a-dia, atividades, hobbies, sua alimentação dentre outros.

Cada vez mais os influenciadores têm se tornado importantes também pela contribuição de divulgação de marcas e produtos pelo meio digital. As marcas atualmente apostam em um mercado que consome e vê tudo aquilo transmitido pelos influenciadores digitais, e aliam seus nomes a eles, ganhando cada vez mais espaço na mente do público alvo, associando-se assim seus produtos ao estilo de vida mostrado pelos mesmos. Se antes essa divulgação vinha especialmente de comerciais de televisão e revistas, esse lugar hoje deu espaço as inúmeras redes

⁵ Alguns blogs/Sites que retratam e discutem a respeito dessa temática: Blog Mulherão; Blog Escreva Lola Escreva; Blog Não Conto Calorias; Site: Eu Vejo; Revista Eletrônica: Az Mina, dentre outros.

⁶ Identificadas como pessoas que possuem muitos seguidores e utilizam a rede social como forma de falar sobre sua vida, cotidiano, falar sobre o seu corpo e métodos como alcançar seu estilo de vida.

sociais atuais, mais especificamente ao *Instagram*, com a diferença que o consumidor passa a ser o produtor do seu próprio conteúdo (SANTOS; SILVA; SANTOS, 2016).

Nessa rede social, inúmeras pessoas que possuem uma quantidade elevada que pessoas que tem acesso aos seus conteúdos (identificados como seguidores), possuem acesso a todas as informações compartilhadas nesse local, seja sobre qual momento do dia a/o *Digital Influencer*⁷ fez compras, ou viajou, ou comeu alguma coisa, ou comprou alguma coisa nova, dentre outras atividades rotineiras. É curioso inclusive pensar que no momento onde temos uma maior fartura em alimentos, as mulheres mais magras são exaltadas, como se mostrasse de certa forma um controle e autodisciplina, o que é mostrado em inúmeros perfis onde as influenciadoras ensinam como se manter na dieta, como não ceder a desejos por determinados alimentos, considerados proibidos e inimigos de um corpo saudável, magro e bonito (KALB, 2017).

É nesse complexo ecossistema de trocas comunicativas – construído a partir da disseminação da informação, pelo fluxo de dados, e pelas relações sociais estabelecidas – que as pessoas também coletam suas inspirações e influências comportamentais [...]. Dessa cultura atual, onde os corpos são condensados em telas, em superfícies lisas, luminosas, sem marcas orgânicas deletérias, alterados/adulterados/manipulados digitalmente, surge uma magreza imperiosa, que cria, socialmente, uma sensação frequente de inadequação e uma percepção distorcida da imagem corporal, que afeta principalmente as mulheres (SANTANA, 2016 p. 64).

O que de positivo podemos comentar a respeito dessa grande movimentação em redes sociais, é que por mais que ainda o número de pessoas que odeiem o seu corpo e procure de todas as formas possíveis muda-lo, muita das vezes utilizando-se de métodos extremamente rigorosos e danosos à saúde mental e física, podemos ainda retirar movimentos (como citados anteriormente), que buscam refletir sobre a necessidade de buscar por um corpo muita das vezes inalcançável, por meio das rede sociais é possível encontrar pessoas e movimentos que contribuem com o empoderamento feminino, de forma a mostrar corpos mais reais, discutir sobre como identificar transtornos alimentares e finalmente como aprender a se amar (SANTANA, 2016).

⁷ Termo inglês que traduzido significa Influenciador Digital, segundo Visconde (2016) são conhecidos como formadores de opiniões, que possibilitam uma grande transmissão de mensagens para um grande público através de redes sociais.

Diante de todas as informações descritas, continuamos as discussões apresentando a seguir uma visão a respeito desse tão comentado Padrão de Beleza, buscando referências antigas até os dias mais atuais.

2.2.2 De onde vem esse padrão?

Não é exatamente nos dias de hoje que as mulheres se preocupam em manter uma aparência impecável, preocupam-se com seus corpos e tentam deixá-los dentro do padrão. Assim como no Egito antigo que as mulheres já tinham essa preocupação em orná-lo usando adereços e maquiagens para apresentar uma aparência agradável e socialmente aceita, nos dias de hoje com a evolução dos meios de comunicação essa necessidade tornou-se cada vez mais urgente e necessária (DUTRA; SOUZA; PEIXOTO, 2015).

Podemos dizer que anteriormente a representação do corpo tinha uma visão totalmente diferente do que temos hoje, se antes o corpo robusto era cultuado e identificado como uma propensão à riqueza e farturas, as mulheres representadas em obras sempre eram de formas cheias e voluptuosas, porém com a disseminação da mídia, mudanças culturais chegamos na modernidade onde o culto ao corpo, à saúde, à qualidade de vida foi associado ao belo e ao magro. Onde antes os corpos que gordos que inspiravam obras de arte e várias representações artísticas, hoje é combatido na cultura ocidental (CABEDA; STREY, 2004).

Atualmente, a magreza é considerada algo extremamente importante e de certa forma uma busca pelo prazer e poder. Onde você é considerado um “criminoso” por não obedecer a dietas da moda, ou alcançar o padrão que é tão difundido. Os sacrifícios, as dietas, a busca incessante pela beleza, configuram-se em demonstrar controle e determinação. Com essa busca desenfreada, os esforços para privar o corpo de alimentos permitem muita das vezes o surgimento de transtornos alimentares como a anorexia, aqui citado anteriormente (HEINZELMANN et al, 2014).

Logo, temos uma concepção que necessariamente um corpo saudável, refere-se aquele que está dentro de medidas pequenas e possui um baixíssimo porcentual de gordura e com músculos aparentes. Grande parte dessa associação vem da conhecida “era fitness”, onde espera-se que mesmo um corpo com uma maior proporção seja apenas constituído de músculos e nada de gordura, contribuindo para que o estereótipo de saúde seja apenas associado a pessoas que possuam um corpo pequeno e dentro do padrão (HEINZELMANN et al, 2014).

Dessa maneira, entendemos que estamos inseridos em um padrão, em algo que nos determina como devemos manter o nosso corpo, a nossa alimentação e conseqüentemente o nosso estilo de vida, com isso trazemos a fala de Wolf para comentar o que a mesma chamou de “Mito da Beleza”, algo que se estudado, percebe-se ter relação à essa grande necessidade em manter-se bela e o que reforçaria esse comportamento durante tanto tempo:

[...] A "beleza" é um sistema monetário semelhante ao padrão ouro. Como qualquer, sistema, ele é determinado pela política e, na era moderna no mundo ocidental, consiste no último e melhor conjunto de crenças a manter intacto o domínio masculino. Ao atribuir valor às mulheres numa hierarquia vertical, de acordo com um padrão físico imposto culturalmente, ele expressa relações de poder segundo as quais as mulheres precisam competir de forma antinatural por recursos dos quais os homens se apropriaram (WOLF, 1992, p.15).

Ainda sobre Wolf (1992), a autora comenta que o mito da beleza não necessariamente se relaciona com a percepção das mulheres em relação às suas aparências e competições femininas, mas sim com às “instituições masculinas e ao poder institucional dos homens” (WOLF, 1992, p. 17).

Desse modo, verifica-se que inúmeros fatores contribuem para a permanência do padrão de beleza e do quanto estamos suscetíveis às influências midiática, sejam elas para consumismo, para adotar uma determinada postura diante da sociedade ou até mesmo ter um corpo ou adotar padrões que aferimos desses meios. Em continuação julgamos necessário trazer como as relações familiares se configuram diante desse transtorno e quais as possíveis influências relacionadas ao seio familiar.

2.3 Relações Familiares e o Aparecimento dos TA

Compreendemos que diante da ocorrência de um transtorno mental na família, é perceptível inúmeras mudanças significativas no ambiente e nas relações familiares, incluindo novas experiências, responsabilidades e emoções que contribuem para que seja importante o manejo de forma apropriada para que esse meio consiga lidar com esse momento tão delicado e novo, já que a forma como a família recebe a notícia e lida com todas as demandas necessárias irá influenciar

diretamente em todo o curso do tratamento do indivíduo com TA (LEONIDAS; SANTOS, 2015).

Como comentado anteriormente, os TA apresentam etiologia multifatorial, sendo que dentre os principais fatores que estão envolvidos dentro dessa etiologia, identificamos a dinâmica familiar como algo presente nesse processo, acarretando ser crucial cada vez mais a produção de pesquisas que descrevam como a abordagem familiar participa desse processo e como o apoio social pode exercer prevenção e tratamento dessa condição. Podemos citar por exemplo, que há características peculiares nas famílias que estão incluídas quando um membro possui AN: Há características de rigidez e evitação de conflitos e relações distantes de afeto com o pai, assim como um membro possui BN, percebe-se uma grande desorganização familiar e uma expansiva falta de afeto e cuidados (LEONIDAS; SANTOS, 2015).

De acordo com as pesquisas voltadas especificamente para a relação mãe-filha que julgamos ser uma relação extremamente relevante, levando-se em conta toda a questão envolvida em relação a padrão de beleza, corpo, conflitos etc. Trazemos a seguinte fala para abordar o que poderíamos extrair em relação a essa relação familiar:

O sintoma alimentar, pode ser entendido, portanto, como uma tentativa malsucedida da filha de resgatar sua experiência emocional com a mãe, buscando dimensionar o mal que julga lhe ter causado ou certificando-se de que não a destruiu nem destruiu a relação afetiva. O alimento torna-se, então, objeto envenenado pela voracidade e persecutoriedade, e como tal deve ser sistematicamente evitado, como no caso da AN, ou sumariamente expelido como na AN do tipo purgativo e na BN [...] (MOURA; SANTOS; RIBEIRO; 2015 p.245).

Neves (2017), na sua fala, vem trazendo que as relações familiares de indivíduos com TA, geralmente não possuem uma base concreta, mas sim uma base frágil em que há frequentemente discussões e inúmeros conflitos, onde muitas das vezes essas relações não conseguem ser bem elaboradas de forma a dificultar uma relação saudável entre pais e filhos. Há também um conflito em relação à postura dos pais quando o indivíduo que apresenta TA é a filha, é como se o pai deixasse a responsabilidade do problema inteiramente com mãe, dessa forma “os pais das pacientes não estimulavam sua independência, pois ao mesmo tempo em que sugeriam apoio às filhas, minavam sua autoconfiança, o que acabava gerando um sentimento de inadequação nelas” (HUMPHREY, 1989, p. 57 apud NEVES, 2017 p. 14).

Diante desse quadro, Neves (2017) sugere que para uma intervenção com a pessoa com AN, além de toda uma equipe interdisciplinar, que se tenha um acompanhamento com a família, sendo sugerido uma terapia familiar, já que como comentado anteriormente, as relações nesses seios familiares tendem a ser enfraquecidas e conflituosas, onde muitas das vezes padrões inadequados (agressividade, conflitos, regras, má comunicação) precisam ser revistos e alterados para que se tenha uma relação mais harmoniosa para todos os membros.

O principal objetivo da terapia familiar é de fato promover que os membros consigam identificar a si mesmo e ter uma diferenciação do eu. Apesar de não perceberem há uma fusão entre todos onde nenhum consegue de fato se definir e entender qual o seu papel naquele grupo e nem perceber o quão a relação está um verdadeiro emaranhado. A terapia se aplicada corretamente, acarreta mudanças totalmente positivas para o grupo, produzindo alterações na estrutura funcional familiar, e reforçando a função parental contribuindo para a participação do pai e a mãe a investir energias em si mesmos (NEVES, 2017).

Diante disso, entendemos que a percepção dos pais em relação ao TA, tem sido estudada e levada em consideração por parte de vários pesquisadores e profissionais da saúde que investigam a grande relevância de toda essa aproximação devido as queixas trazidas dos pais e dos pacientes com essa queixa, além da investigação sobre a relação mãe-filha, considerada esta uma relação de um padrão funcional e simbiótico com presenças de conflitos e apego inseguro (DUPONTO; CORCOS, 2008 apud MOURA; SANTOS; RIBEIRO; 2015).

2.4 Métodos Eficazes para intervenções contra o TA

Quando pensamos em relação ao tratamento dos transtornos alimentares, temos que levar em conta que há diversos fatores que poderão contribuir com a mudança o quadro, tratando-se da Psicologia, a Teoria Cognitiva Comportamental (TCC), é uma abordagem conhecida como uma das mais utilizadas e eficazes em casos de TA.

A TCC é uma abordagem que se baseia no princípio central de que a forma como os indivíduos entendem e percebem a realidade ou interpretam as experiências vivenciadas, influencia diretamente na maneira como se comportam e se sentem. Ou seja, nossas cognições têm influência controladora sobre nossas emoções, assim como nossos comportamentos e o modo como agimos e nos comportamos podem

afetar profundamente nossos padrões de pensamentos (WRIGHT; BASCO; THASE, 2008).

Segundo Oliveira e Deiro (2013), para o tratamento dos TAs, os programas da TCC referem-se em especial na utilização de técnicas para a redução de ansiedade, modificações de cognições e auto manejo do comportamento, isso se dá porque para a TCC, “os transtornos alimentares baseia-se na noção de que crenças disfuncionais sobre a magreza e a insatisfação com a forma e o peso corporais norteiam e matem o comportamento alimentar anormal [...]” (WRIGHT; BASCO; THASE, 2008, p. 184).

Compreende-se que a intervenção a partir da TCC, é algo multimodal que incluem modalidades para seu uso em relação a esses transtornos, dessas podemos inserir aconselhamentos nutricionais e a psicoeducação. Utilizam-se estratégias favoráveis com o paciente, inclusive levando-se em consideração todas as suas potencialidades para com o tratamento, e negociações também, de forma que é possível discutir preocupações com o mesmo em relação às expectativas e dificuldades durante todo esse processo, sendo um importante aspecto da psicoeducação, assim como o auto monitoramento, citado anteriormente, que requer o acompanhamento dos horários de refeições e verificação dos comportamentos alimentares problemáticos (WRIGHT; BASCO; THASE, 2008).

No entanto, Oliveira e Deiro (2013), apontam que diante da recuperação de um TA, deve-se acrescentar um acompanhamento interdisciplinar, sendo algo extremamente relevante para essa condição, em especial porque na maioria das vezes esses casos necessitam de hospitalização, sabe-se então que os melhores resultados podem ser alcançados quando se tem apoio de outros profissionais, como psiquiatras, nutricionistas, enfermeiros e dentre outros.

O Psiquiatra, segundo Botega (2012), precisa ter um conhecimento adequado para que possa tratar um paciente com TA, lembrando-se de ter um equipe (com no mínimo nutricionista, psicólogo, e clínico) para que exista um tratamento eficaz nesse indivíduo, já que eles necessitam de uma ampla variedade de intervenções, realizando assim aconselhamentos (grupo ou familiar) e se necessário tratamento com psicofármacos.

Assim como a Psicologia e a Psiquiatria tem um importante papel nessa intervenção, o Nutricionista também é descrito como um grande aliado na contribuição de casos de TAs, em especial a Nutrição Comportamental, sendo uma das mais

requisitadas para acompanhamentos de pessoas que se incluam em TAs ou quaisquer outros problemas relacionados à imagem corporal/alimentação.

Segundo Alvarenga (2016), a Nutrição Comportamental pode ser descrita como uma ciência que inclui os aspectos fisiológicos, sociais e emocionais da alimentação, que se preocupa em observar o paciente como um todo e promover mudanças positivas no seu bem estar, levando-se em conta toda a sua história de vida e sua relação com a alimentação e não apenas preocupando-se com restrições, calorias, perda de peso, e conceitos normalmente associados a essa profissão.

O comer aqui nessa abordagem, vai muito mais além do que o simples fato de se alimentar racionalmente, mas voltar a reconhecer toda a nossa relação com a comida, nossos aspectos emocionais e culturais. É trazer de volta toda a significância que o alimento possui diante de cada pessoa em particular, e promover uma prática nutricional mais inclusiva, abrangendo o modo de atuação do profissional de nutrição e manter a abordagem biopsicossocial (ALVARENGA, 2016).

Por trabalhar de maneira diferenciada, Alvarenga (2016) descreve que o profissional é chamado de terapeuta nutricional (TN), já que seu objetivo principal é trabalhar com o paciente toda uma relação saudável com a comida, investigar sobre a história de vida do indivíduo e a partir daí pensar em uma estratégia eficaz para promover um bom estado nutricional e alimentação saudável minimizando os sentimentos negativos e angústias em relação ao peso, corpo e a própria comida em especial naquelas pessoas que possuem algum TA.

A atuação do TN em casos de pacientes com anorexia, vai muito além de organizar cardápios, indicar alimentos e passar programas alimentares, mas também inclui em identificar padrões alimentares recorrentes nesses pacientes, entender como as distorções cognitivas acontecem e quais as melhores maneiras de intervir diretamente nisso. A maior dificuldade desse profissional é pelo fato de ele ser associado como algo ruim pelo anorético, já que o mesmo associa o TN a alguém que vai “engordá-lo” ou mudar sua aparência “radicalmente”, dessa maneira é necessário conhecimentos relevantes por parte do TN para ter um manejo eficaz e produtivo com o indivíduo com AN (ALVARENGA, 2016).

Em conclusão percebemos que o trabalho de intervenção com o indivíduo identificado com AN não depende apenas de uma única vertente ou de um único profissional, mas de várias intervenções e cuidados. A família (como citado anteriormente) possui um papel fundamental na melhora desse quadro, pois

representa uma peça fundamental em todo o desenvolvimento desse indivíduo, se pudermos de forma eficaz alinhar todo o trabalho terapêutico, psiquiátrico, nutricional, familiar e entre outras profissões, podemos aferir que esse paciente possa ter grandes chances de apresentar melhoras relevantes e uma grande mudança positiva em seu quadro.

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante das inúmeras referências e pesquisas realizadas aqui, compreendemos como ainda há uma enorme preocupação em relação ao corpo/aparência pelas mulheres. Ainda que ocorram mudanças significativas na sociedade, mudem-se os padrões, as formas de transmissão midiática, o papel da mulher na sociedade, as roupas e o modo de se vestir, o incômodo com a aparência ainda continua sendo um assunto recorrentemente percebido. Um dos grandes problemas gerados nessa queixa, refere-se a grande incidência de transtornos alimentares e de imagem, podendo os mesmos serem relacionados às vivências sociais e também no meio familiar.

Por meio das discussões das pesquisas, existem questões relevantes a serem pensadas a partir disso, por exemplo, se mesmo tendo atualmente movimentos que buscam empoderar a mulher diante da sua vida, seu corpo e seu estilo de vida, por que ainda assim temos incontáveis queixas na clínica em relação a autoestima e não aceitação do corpo? Por que ainda temos tantos casos de TAs sendo que desenvolvemos, pesquisamos, instruímos e intervimos há tempo em relação a esse transtorno? E como poderíamos intervir de formas mais impactantes e relevantes em todas essas questões apresentadas aqui? São de fato questionamentos que merecem em especial um olhar mais desafiador para que sejam respondidas, e que necessitam de provavelmente uma investigação mais apurada para a resolução das mesmas.

Contudo, esperamos ter realizado um trabalho satisfatório e relevante, que consiga proporcionar a todos uma reflexão especial sobre como ainda naturalizamos alguns padrões de comportamentos inadequados em relação a vivência corporal, o entendimento maior e mais abrangente a respeito da Anorexia Nervosa, e finalmente como ainda julgamos a aparência como algo tão relevante e importante na vivência das mulheres.

REFERÊNCIAS

ALVARENGA, M. (Org). **Nutrição Comportamental**. 1 ed. Barueri: Manole, 2016.

ARCOVERDE, V.; RODRIGUES, R. Cinderela não é gorda: análise de conteúdo da personagem Perséfone na novela Amor à Vida. **Projeto Final em Jornalismo** – Departamento de Jornalismo – Faculdade de Comunicação – Universidade de Brasília. Brasília, 2014. Disponível em: < <http://bdm.unb.br/handle/10483/8556> > Acesso: 25 Out. 2018.

ASSOCIAÇÃO AMERICANA DE PSIQUIATRIA. **DSM-5: Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais**. 5 ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

BETTI, M.U. Beleza sem medidas? Corpo, gênero e consumo no mercado de moda *plus-size*. **Dissertação de Mestrado** – Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas – Universidade de São Paulo. São Paulo, 2014. Disponível em: < <http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/8/8134/tde-13052015-115256/pt-br.php> > Acesso em 14 Out. 2018.

BOTEGA, N.J. **Prática Psiquiátrica no Hospital Geral: Interconsulta e Emergência**. 3 ed. Porto Alegre: Artmed, 2012.

CABEDA, S. T. L.; STREY, M. N. **Corpos e Subjetividades em Exercícios Interdisciplinar**. n. 3. Porto Alegre: Edipucrs, 2004.

DALGALARRONDO, P. **Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais**. 2 ed. Porto Alegre: Artmed, 2008.

DUTRA, J.R.; SOUZA, S.M.F.; PEIXOTO, M.C. A influência dos padrões de beleza veiculados pela mídia, como fator decisório na automedicação com moderadores de apetite por mulheres no município de Miracema-MG. **Revista Transformar**, n. 2 (v.1), 194-213, 2015. Disponível em: < <http://www.fsj.edu.br/transformar/index.php/transformar/article/view/40> > Acesso em 31 Out 2018.

HEINZELMANN, F. L.; et. al. A Tirania da Moda Sobre o Corpo: Submissão versus Subversão Feminina. **Revista Subjetividades**, n. 14 (v.2), 297-305, 2014. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1518-61482014000200012>. Acesso em 15 Nov. 2018.

KALB, S.K. Valorização do Corpo e Sofrimento Psíquico: A mídia como Mediadora dos Padrões Hegemônicos de Beleza. **Projeto de Monografia**. Faculdade da Educação e Saúde – Centro Universitário de Brasília – UniCEUB. Brasília, 2017. Disponível em:< <http://repositorio.uniceub.br/bitstream/235/11497/1/21605657.pdf> > Acesso em 19 Nov 2018.

LACERDA, A.C.T. Repercussões de uma ação educativa na prevenção de transtornos alimentares em meninas adolescentes. **Tese de Doutorado**. Programa de Pós Graduação em Saúde da Criança e do Adolescente – Universidade Federal de Pernambuco, CSS. Recife, 2014. Disponível em:

<<https://repositorio.ufpe.br/bitstream/123456789/12934/1/TESE%20ANA%20CATARINA%20TORRES%20DE%20LACERDA.pdf>> Acesso em 17 Nov 2018.

LEONIDAS, C.; SANTOS, M.A. Relações familiares nos transtornos alimentares: o Genograma como instrumento de investigação. **Ciência & Saúde Coletiva**, n. 20 (v.5), 1435-1447, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/csc/v20n5/pt_1413-8123-csc-20-05-01435.pdf> Acesso em 17 Out. 2018.

MACÁRIO, B.; ZANATTA, J. Uma revista magra: Como a Veja online aborda a anorexia. **Artigo apresentado no Congresso Internacional de Ciber Jornalismo – Ciber Cultura e Mídia**. Universidade Federal Mato Grosso do Sul (UFMS). Campo Grande, 2017. Disponível em: <http://www.ciberjor.ufms.br/ciberjor8/files/2017/08/Bianka_Zanatta_Anorexia_Final.pdf> Acesso em 14 Nov. 2018

MOURA, F.E.G.A.; SANTOS, M.A.; RIBEIRO, R.P.P. A constituição da relação mãe-filha e o desenvolvimento dos transtornos alimentares. **Revista Estudos de Psicologia**, n. 32 (v. 2), 233-247, 2015. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v32n2/0103-166X-estpsi-32-02-00233.pdf>>. Acesso em 25 Nov 2018.

NEVES, A.R. O Papel da Família nos Transtornos Alimentares. **Trabalho de Conclusão de Curso**. Universidade Federal do Rio Grande do Sul – Instituto de Psicologia. Porto Alegre, 2017. Disponível em:<<https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/169473/001048780.pdf?sequence=1>> Acesso em: 20 Set 2018.

OLIVEIRA, L.L.; DEIRO, C.P. Terapia Cognitivo Comportamental para Transtornos Alimentares: A Visão de Psicoterapeutas sobre o Tratamento. **Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva**, n.1 (v.14), 36-49, 2013. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbtcc/v15n1/v15n1a04.pdf>> Acesso em 17 Nov. 2018.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Classificação de Transtornos Mentais e de comportamento CID 10: Descrições Clínicas e diretrizes diagnósticas**. Porto Alegre: Artmed, 1993.

SANTANA, J.S. “Aqui eu grito tudo que sofro calada”: #thinspiration: construção digital do corpo anorético feminino. **Dissertação de Mestrado** – Faculdade de Comunicação. Pós Graduação em Comunicação e Culturas Contemporâneas – Universidade Federal da Bahia. Bahia, 2016. Disponível em: <<https://repositorio.ufba.br/ri/handle/ri/20714>> Acesso em 26 Out. 2018.

SANTOS, S.M.M; SILVA, P.P.P.; SANTOS, J.F. Gabriela Pugliesi: uma análise sobre o marketing de influência na rede social *Instagram*. **Trabalho apresentado no Intercom – Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação**. Universidade do Estado do Rio Grande do Norte, UERN. Pernambuco, 2016. Disponível em: <<http://www.portalintercohm.org.br/anais/nordeste2016/resuhmos/R52-0157-1.pdf>> Acesso em: 2 Nov. 2018.

SILVA, A. B. B. **Bullying: mentes perigosas nas escolas.** 1 ed. Rio de Janeiro: Objetiva, 2010.

VISCONDE, Alessandro. **A era dos digital influencers na comunicação.** Propmark, 2016. Disponível em: <<http://propmark.com.br/digital/a-era-dos-digital-influencers-na-comunicacao>> Acesso em: 9 Nov. 2018.

WOLF, N. **O Mito da Beleza. Como as Imagens de Beleza são usadas contra as Mulheres.** Rio de Janeiro. Ed. Rocco, 1992.

WRIGHT, J.H.; BASCO, M.R. & THASE, M.E. **Aprendendo a Terapia Cognitivo-Comportamental.** Porto Alegre: Artmed, 2008.