

Entre o corpo e a mente: o papel transformador do enfermeiro nos transtornos alimentares

Between body and mind: the transformative role of nurses in eating disorders

Jhulievelly Laisla Luzia Marques; Raphaella Francianne da Costa Gonçalves; Débora Nogueira; Ana Luisa Maia Bernardes; Cristina Fernanda Silva Pinheiro; Fernanda Cristina Lemes Lourenço; Isadora Gomes Carvalho Santana; Maria Laura Oliveira Diniz¹
Hyorrana Priscila Pereira Pinto²

RESUMO

Os transtornos alimentares são condições complexas, frequentemente manifestadas na adolescência e no início da vida adulta, com fatores biológicos, psicológicos e sociais. Nesse contexto, o enfermeiro tem um papel central na identificação precoce dos sinais e sintomas, como alterações de peso e comportamento alimentar, além de monitorar os parâmetros vitais e o estado nutricional, o enfermeiro oferece suporte emocional, escuta ativa e acolhimento, ajudando a fortalecer a confiança do paciente e a adesão ao tratamento.

Sendo assim, a atuação da enfermagem se estende para além do ambiente hospitalar, englobando a família e a comunidade. Com isso, estratégias como planos de cuidados individualizados, educação em saúde para familiares e campanhas de conscientização em escolas e comunidades são fundamentais para a prevenção e o tratamento desses pacientes. Esse estudo também reforça que o cuidado em enfermagem deve ser humanizado e integrar a prática clínica com a sensibilidade para as relações humanas, colaborando com uma abordagem multiprofissional.

Diante disso, este estudo analisa o papel da enfermagem na abordagem de transtornos

¹ Discentes do Curso Superior de Enfermagem do Instituto UNA *Campus* Barreiro e-mail: debora.nogueira.saude@gmail.com

² Docente do Curso Superior de Enfermagem do Instituto UNA *Campus* Barreiro. Mestre em Atenção Integral à Saúde do Adulto e do Idoso (PPGMAD/UNIR). e-mail: hyorrana.pereira@prof.una.br

alimentares como a anorexia e a bulimia. Sendo que, a pesquisa foi baseada na análise de 13 artigos em português e inglês, selecionados nas bases de dados Biblioteca Virtual em Saúde, MEDLINE e SciELO, publicados entre 2000 e 2024.

Em conclusão, a enfermagem desempenha um papel complexo no enfrentamento dos transtornos alimentares, atuando na prevenção, tratamento e promoção do bem-estar, com um foco integral que considera tanto os aspectos físicos quanto os psicológicos.

Palavras-chave: Transtornos da Alimentação; Educação em Enfermagem; Assistência de enfermagem; Alimentação emocional; Cuidados da Enfermagem

ABSTRACT

Eating disorders are complex conditions that frequently emerge during adolescence and early adulthood, involving biological, psychological, and social factors. In this context, nurses play a central role in the early identification of signs and symptoms, such as weight changes and altered eating behaviors. In addition to monitoring vital signs and nutritional status, nurses provide emotional support, active listening, and welcoming care, helping to strengthen patient trust and adherence to treatment. Thus, nursing practice extends beyond the hospital environment, encompassing both family and community settings. Strategies such as individualized care plans, health education for family members, and awareness campaigns in schools and communities are essential for the prevention and treatment of these patients. This study also reinforces that nursing care should be humanized and integrate clinical practice with sensitivity toward human relationships, contributing to a multidisciplinary approach. Therefore, this study analyzes the role of nursing in the management of eating disorders such as anorexia and bulimia. The research was based on the analysis of 13 articles in Portuguese and English, selected from the Virtual Health Library, MEDLINE, and SciELO databases, published between 2000 and 2024. In conclusion, nursing plays a complex role in addressing eating disorders, acting in prevention, treatment, and the promotion of well-being, with a comprehensive focus that considers both physical and psychological aspects.

Keywords: Eating Disorders; Nursing Education; Nursing Care; Emotional Eating; Nursing Care.

1 INTRODUÇÃO

Os transtornos alimentares, como a anorexia e a bulimia, configuram-se como distúrbios complexos que envolvem fatores biológicos, psicológicos, sociais e culturais, resultando em graves consequências à saúde física e mental dos pacientes. Nesse cenário, a enfermagem assume papel essencial não apenas na assistência clínica, mas também na compreensão das representações sociais do cuidado, já que a prática cotidiana é marcada por desafios relacionados à gravidade dos sintomas, à resistência ao tratamento e impacto emocional para pacientes e profissionais (GRANDO, 2006)

A literatura aponta que a atuação do enfermeiro nesses casos deve sair do espaço hospitalar, abrangendo a família e a comunidade como parte do processo terapêutico. Estratégias como a elaboração de planos de cuidados individualizados e personalizados, o fortalecimento de vínculos terapêuticos e a educação em saúde para familiares revelam-se fundamentais para a adesão ao tratamento e prevenção de recaídas. Dessa forma, o cuidado em enfermagem deve integrar ciência, prática clínica e na sensibilidade para com as relações humanas, assegurando uma abordagem multiprofissional e humanizada diante da complexidade dos transtornos alimentares (OLIVEIRA, 2016)

Sendo assim, o objetivo deste trabalho é entender qual o papel do enfermeiro no enfrentamento dos transtornos alimentares.

2 METODOLOGIA

Os artigos selecionados para esta revisão bibliográfica foram analisados na base de dados da Biblioteca Virtual em Saúde, na base de dados MEDLINE e na Biblioteca Virtual SciELO. De 16.100 artigos encontrados, foram analisados 13 artigos no intervalo entre 2000 a 2024, utilizando os seguintes descritores: Transtornos da Alimentação; Educação em Enfermagem; Assistência de enfermagem; Alimentação emocional; Cuidados da Enfermagem. Um dos critérios de inclusão foi a presença de artigos publicados com idioma em Português e em inglês, sendo excluídos artigos em espanhol.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os transtornos alimentares são condições de saúde caracterizadas por alterações no comportamento alimentar e na percepção da imagem corporal, sendo mais comuns a anorexia nervosa, a bulimia nervosa e o transtorno da compulsão alimentar periódica. Essas doenças envolvem fatores biológicos, psicológicos e sociais que impactam diretamente a saúde física e mental do indivíduo, podendo evoluir para complicações graves se não forem diagnosticadas e tratadas precocemente (TOLEDO, 2011).

Sendo assim, a adolescência e o início da vida adulta são períodos de maior vulnerabilidade para o surgimento dessas condições, devido às transformações físicas, emocionais e sociais vivenciadas nessa fase. Nesse sentido, a pressão estética, o desejo de aceitação social e a baixa autoestima figuram entre os principais desencadeadores de comportamentos alimentares inadequados. Assim, o diagnóstico precoce é essencial para prevenir complicações como desnutrição, distúrbios hidroeletrólíticos, alterações cardiovasculares e sofrimento psicológico (VILELA, 2004).

Sob essa perspectiva, o enfermeiro exerce papel central na identificação precoce de sinais e sintomas relacionados aos transtornos alimentares, atuando no monitoramento de parâmetros vitais, na avaliação do estado nutricional e na prevenção de complicações decorrentes de episódios de purgação ou restrição alimentar. Contudo, a observação das mudanças comportamentais, da variação de peso e das manifestações emocionais permite ao enfermeiro identificar precocemente o problema e encaminhar o paciente para abordagem multiprofissional adequada (GRANDO, 2006).

Além do cuidado clínico, o suporte emocional oferecido pelo enfermeiro é fundamental, pois pacientes com transtornos alimentares frequentemente apresentam baixa autoestima, ansiedade e dificuldade em lidar com as próprias emoções. Diante disso, a escuta ativa, o acolhimento e o vínculo terapêutico fortalecem a confiança do paciente e favorecem sua adesão ao tratamento, reduzindo o isolamento e promovendo o bem-estar (MONTANARI, 2021).

A atuação do enfermeiro também se estende à educação em saúde voltada à família e à comunidade. Orientar familiares sobre como lidar com o paciente é essencial para reduzir

conflitos e prevenir recaídas. Todavia, campanhas educativas em escolas e espaços comunitários contribuem para a conscientização sobre alimentação equilibrada e aceitação corporal (OLIVEIRA, 2016). Dessa forma, o papel da enfermagem no enfrentamento dos transtornos alimentares é complexo e multidimensional, englobando a assistência clínica, o apoio emocional e a promoção da saúde (SOARES, 2024).

Os resultados obtidos nesta pesquisa complementam essa perspectiva, evidenciando a influência de fatores emocionais, sociais e culturais no comportamento alimentar de adolescentes. O estudo de Teixeira (2022) mostrou que 50% das participantes relataram estar vivenciando o momento mais difícil de suas vidas, enquanto a outra metade apresentou variações intermediárias de peso. Esses achados corroboram Fortes (2016), que relaciona altos índices de massa corporal à maior propensão a comportamentos alimentares de risco.

No aspecto psicológico, 86% das adolescentes se declararam autocríticas e perfeccionistas, com medo constante de engordar e sentimentos de culpa associados à alimentação, conforme já descrito por Fortes (2016). Foram observados comportamentos compensatórios, como jejuns prolongados e restrição alimentar, além de episódios de compulsão alimentar em 12 das 14 participantes, indicando predisposição a bulimia nervosa e transtorno de compulsão alimentar periódica.

A insatisfação corporal também foi um fator predominante. Cerca de 93% das adolescentes afirmaram não gostar da própria imagem, o que afetou seu desempenho escolar, relações sociais e autoestima. Esses dados reforçam o estudo de Martins e Petroski (2015), que associa a insatisfação corporal ao risco de desenvolvimento de transtornos alimentares. Além disso, 93% relataram vivências de violência física, sexual ou patrimonial e episódios de bullying, fatores de risco reconhecidos para o surgimento de distúrbios alimentares e sintomas de estresse pós-traumático (HOLZERET, 2008; SOUZA, 2012).

Por fim, a influência cultural e midiática foi apontada como um dos principais fatores externos associados à distorção da imagem corporal. As participantes destacaram a valorização excessiva do corpo magro e a pressão estética como elementos que impactam diretamente a autoestima. Treze adolescentes mencionaram as desigualdades de gênero nas expectativas sobre aparência e comportamento, enquanto todas reconheceram que as redes sociais exercem papel ambíguo — tanto negativo, ao promover comparações, quanto positivo, ao incentivar a busca por apoio e tratamento (ANDRADE, 2003; VITOLLO, 2006).

Dessa forma, observa-se que os resultados obtidos reforçam a importância do olhar atento da enfermagem e das ações educativas na prevenção e manejo dos transtornos alimentares, destacando a necessidade de estratégias multiprofissionais voltadas à promoção da saúde mental e à valorização da autoimagem de adolescentes e jovens adultos.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os transtornos alimentares configuram-se como um grave problema de saúde pública, sobretudo na adolescência e início da vida adulta, por ser um período marcado por vulnerabilidades físicas, emocionais e sociais. Sendo assim, o enfermeiro assume papel central na identificação precoce, no monitoramento clínico, no suporte emocional e na educação em saúde, atuando também junto às famílias e comunidades. Sendo que, a assistência de enfermagem, integrada a uma abordagem multiprofissional, mostra-se fundamental para a prevenção, tratamento e promoção do bem-estar, reforçando a importância de estratégias educativas e de políticas públicas voltadas à conscientização e ao cuidado integral.

5 REFERÊNCIAS

GRANDO, L. H.; ROLIM, M. A.. Os transtornos da alimentação sob a ótica dos profissionais de enfermagem. *Acta Paulista de Enfermagem*, v. 19, n. 3, p. 265–270, jul. 2006.

OLIVEIRA, L.; FIORIN, P.; CONTRERA, Luciana. PRODUÇÃO CIENTÍFICA DE ENFERMEIROS SOBRE OS TRANSTORNOS ALIMENTARES. *Revista Laborativa*, v. 5, n. 2, p. 27–46, 2016.

TOLEDO, V. P.; RAMOS, N. A.; WOPEREIS, F.. Processo de Enfermagem para pacientes com Anorexia Nervosa. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 64, n. 1, p. 193–197, jan. 2011.

SILVA, V. F. B. DA. Transtornos alimentares na adolescência: identificação precoce e intervenções integradas entre escolas e profissionais de saúde.

CONTRIBUCIONES A LAS CIENCIAS SOCIALES, v. 17, n. 13, p. e13239, 2 dez. 2024.

VILELA, J. E. M.. Transtornos alimentares em escolares. *Jornal de Pediatria*, v. 80, n. 1, p. 49–54, jan. 2004.

CAÑETE, M. C. V.; VITALLE, M. S. DE S.; SILVA, F. C. DA .. Anorexia nervosa: estudo de caso com uma abordagem de sucesso. *Fractal: Revista de Psicologia*, v. 20, n. 2, p. 377–386, jul. 2008.

CORDÁS, T. A.; LOPES FILHO, A. P.; SEGAL, A.. Transtorno alimentar e cirurgia bariátrica: relato de caso. *Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia*, v. 48, n. 4, p. 564–571, ago. 2004.

APPOLINÁRIO, J. C.; CLAUDINO, A. M.. Transtornos alimentares. *Brazilian Journal of Psychiatry*, v. 22, p. 28–31, dez. 2000.

MÁRCIA, S. Anorexia nervosa em crianças e adolescentes: uma experiência clínica hospitalar. *Mudanças*, p. 21–40, 2024.

SOARES, K.; ROBSON; MARQUES, R. M. O PAPEL DO ENFERMEIRO NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE NO MANEJO DE TRANSTORNOS ALIMENTARES EM ADOLESCENTES. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, v. 10, n. 12, p. 281–297, 2 dez. 2024.

SOARES, S. et al. Determinados aspectos envolvendo a anorexia nervosa em adolescentes do gênero feminino. *Brazilian Journal of Development*, v. 9, n. 6, p. 20647–20667, 23 jun. 2023.

MONTANARI, C. C. Processo de enfermagem em atendimento pré-hospitalar de paciente com anorexia e bulimia. *Saúde Redes*, p. 209–219, 2021.

TRANSTORNOS ALIMENTARES e USO DE ÁLCOOL E OUTRAS DROGAS: PERFIL EPIDEMIOLÓGICO - ProQuest. Disponível em:

<<https://www.proquest.com/openview/398a5967f76d8a681f828a77dcf1cc39/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2040112>>.