

Identificação precoce e intervenção dos transtornos alimentares na infância: uma revisão sistematizada do papel da escola e da família

Early identification and intervention of eating disorders in childhood: a systematized review of the role of school and family

Erenildo Marcos Ferreira da Silva
Daniel Rodrigues Ferreira da Silva

RESUMO

Os transtornos alimentares na infância configuram um problema de saúde pública crescente, com impactos significativos no desenvolvimento biopsicossocial. Este estudo teve como objetivo analisar evidências científicas recentes acerca da identificação precoce e das estratégias de intervenção, com ênfase nos contextos escolar e familiar. Trata-se de uma revisão sistematizada da literatura, de abordagem qualitativa, conduzida nas bases PubMed, Web of Science e SciELO, contemplando estudos publicados entre 2020 e 2024. A análise evidenciou que os sinais iniciais são frequentemente subclínicos, dificultando o diagnóstico precoce. Fatores familiares, escolares e socioculturais mostraram-se determinantes na gênese e manutenção dos transtornos. Estratégias interdisciplinares, especialmente aquelas que integram família e escola, apresentaram maior eficácia. Conclui-se que a detecção precoce e intervenções baseadas em evidências são fundamentais para reduzir riscos e promover o desenvolvimento saudável.

Palavras-chave: Transtornos alimentares; Infância; Prevenção; Escola; Família.

RESUMO

Eating disorders in childhood represent a growing public health concern, with significant impacts on physical, emotional, and social development. This study aimed to analyze recent scientific evidence on early identification and intervention strategies, with emphasis on school and family contexts. This is a systematized literature review with a qualitative approach, conducted in the PubMed, Web of Science, and SciELO databases, including studies published between 2020 and 2024. The findings indicate that early manifestations are often subclinical, which hinders timely detection and may contribute to the progression of the condition. Risk factors were found to be multifactorial, involving biological, psychological, and sociocultural dimensions. Family practices and school environments play a central role in both the development and prevention of these disorders. Interdisciplinary interventions, particularly those integrating family participation and school-based strategies, demonstrated greater effectiveness. It is concluded that early detection combined with evidence-based interventions is essential to reduce risks and promote healthy development in childhood.

Keywords: Eating disorders; Childhood; Prevention; School; Family.

INTRODUÇÃO

Os transtornos alimentares (TA) têm sido tradicionalmente associados à adolescência e à fase adulta jovem; contudo, evidências recentes indicam um aumento expressivo na incidência de manifestações precoces ainda na infância, o que configura um cenário preocupante no campo da saúde mental infantil (Herpertz-Dahlmann, 2015). Estudos epidemiológicos contemporâneos apontam que aproximadamente 1 em cada 20 crianças e jovens apresenta algum tipo de transtorno alimentar, evidenciando a magnitude do problema em nível global (Solmi et al., 2022).

Essa mudança no perfil epidemiológico tem sido atribuída a múltiplos fatores, incluindo transformações socioculturais, maior exposição midiática, alterações nos padrões familiares e impactos psicossociais decorrentes de eventos recentes, como a pandemia de COVID-19. Nesse contexto, observa-se um aumento significativo na demanda por serviços de saúde relacionados a transtornos alimentares em populações pediátricas (Taquet et al., 2021).

Os transtornos alimentares caracterizam-se por alterações persistentes no comportamento alimentar, frequentemente acompanhadas por distorções cognitivas relacionadas à imagem corporal e ao peso. Na infância, essas manifestações tendem a apresentar-se de forma atípica e subclínica, o que dificulta o reconhecimento precoce e, conseqüentemente, o início de intervenções adequadas (Nicholls; Hudson, 2011). Segundo evidências recentes, manifestações iniciais incluem seletividade alimentar extrema, ansiedade associada à alimentação e comportamentos evitativos (Bryant-Waugh, 2013).

A literatura contemporânea enfatiza a natureza multifatorial desses transtornos, destacando a interação entre fatores biológicos, psicológicos e ambientais. Modelos biopsicossociais têm sido amplamente utilizados para explicar a etiologia dos TA, integrando aspectos genéticos, emocionais e contextuais (Fairburn; Harrison, 2003).

Nesse cenário, a identificação precoce emerge como elemento central para a prevenção de desfechos negativos. Evidências indicam que intervenções iniciadas nas fases iniciais do transtorno estão associadas a melhores prognósticos e menor cronificação dos sintomas (Lock et al., 2010). Entretanto, a detecção precoce

depende, em grande medida, da atuação de agentes sociais próximos à criança, especialmente família e escola (Le Grange; Eisler, 2009).

A família constitui o primeiro contexto de socialização alimentar, sendo responsável pela construção de hábitos, valores e atitudes relacionados à alimentação. Estudos recentes demonstram que o funcionamento familiar está diretamente associado à sintomatologia dos transtornos alimentares, influenciando tanto sua emergência quanto sua evolução clínica (Birch; Davison, 2001).

Paralelamente, a escola representa um espaço privilegiado para a observação de comportamentos infantis e para a implementação de estratégias preventivas. Professores e profissionais da educação frequentemente são os primeiros a identificar alterações comportamentais, desempenhando papel fundamental no encaminhamento de casos para avaliação especializada (Yager et al., 2014).

Diante desse contexto, torna-se imprescindível compreender como os diferentes ambientes de desenvolvimento da criança influenciam a identificação e intervenção nos transtornos alimentares. Assim, o presente estudo tem como objetivo analisar, por meio de uma revisão sistematizada da literatura, os principais fatores relacionados à detecção precoce desses transtornos, bem como discutir o papel da escola e da família nas estratégias de prevenção e intervenção (Hay et al., 2014).

METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como uma revisão sistematizada da literatura, de abordagem qualitativa, conduzida com base em diretrizes metodológicas reconhecidas para estudos de síntese científica.

Estratégia de busca

A busca bibliográfica foi realizada nas bases de dados:

- PubMed
- Web of Science
- SciELO

Foram utilizados descritores em português e inglês, combinados por operadores booleanos:

- “Eating disorders” AND “childhood”
- “Early detection” AND “eating disorders”

- “School” AND “family” AND “eating behavior”

Critérios de inclusão

Foram incluídos:

- Artigos publicados entre 2020 e 2024
- Estudos com população infantil
- Pesquisas empíricas, revisões sistemáticas e meta-análises
- Artigos revisados por pares

Critérios de exclusão

Foram excluídos:

- Estudos com foco exclusivo em adultos
- Artigos duplicados
- Publicações sem acesso completo

2.4 Processo de seleção

A seleção ocorreu em três etapas:

1. Leitura dos títulos
2. Análise dos resumos
3. Leitura integral dos artigos

2.5 Análise dos dados

Os dados foram analisados por meio de análise temática, permitindo a organização dos achados em categorias interpretativas:

- Sinais precoces
- Fatores de risco
- Papel da família
- Papel da escola
- Estratégias de intervenção

RESULTADOS

A análise dos estudos selecionados permitiu a identificação de padrões consistentes na literatura contemporânea acerca dos transtornos alimentares na

infância, evidenciando a complexidade do fenômeno e a necessidade de abordagens analíticas integradas. Os achados foram organizados em cinco categorias temáticas inter-relacionadas: sinais precoces, fatores de risco, papel da família, papel da escola e estratégias de intervenção.

Sinais precoces e manifestações iniciais

Os estudos analisados convergem ao indicar que os transtornos alimentares na infância apresentam manifestações iniciais predominantemente subclínicas, caracterizadas por alterações comportamentais sutis e, frequentemente, negligenciadas no contexto cotidiano (Jebeile et al., 2021; Schaumberg et al., 2021). Entre os principais indicadores precoces, destacam-se a seletividade alimentar persistente, a recusa alimentar, a ansiedade associada à ingestão de determinados alimentos e padrões rígidos de comportamento alimentar.

Essas manifestações iniciais tendem a ser interpretadas como variações normativas do desenvolvimento, o que contribui para a subidentificação dos casos e atraso no início de intervenções especializadas (Herle et al., 2020; Micali et al., 2020). Estudos longitudinais indicam que tais comportamentos podem anteceder diagnósticos formais por períodos prolongados, evidenciando a existência de uma fase de latência clínica que dificulta a detecção precoce (SCHAUMBERG et al., 2021).

Adicionalmente, observa-se que aspectos emocionais, como irritabilidade, evitação social durante refeições e aumento da preocupação com o corpo, também podem emergir precocemente, reforçando a necessidade de uma abordagem multidimensional na identificação dos sinais (Jebeile et al., 2021). Dessa forma, a literatura destaca que a ausência de leitura qualificada desses indicadores compromete significativamente o prognóstico, uma vez que intervenções tardias estão associadas a maior cronificação dos quadros.

Fatores de risco

A análise dos estudos evidencia que os transtornos alimentares na infância resultam da interação complexa entre fatores biológicos, psicológicos e socioculturais, corroborando modelos explicativos de natureza biopsicossocial (Hay et al., 2021; Rodgers et al., 2020). No âmbito biológico, predisposições genéticas e

alterações neuropsicológicas têm sido associadas à vulnerabilidade para o desenvolvimento desses transtornos, especialmente no que se refere à regulação emocional e ao controle de impulsos.

No contexto psicológico, características como baixa autoestima, dificuldades na regulação emocional e traços de perfeccionismo emergem como fatores relevantes, influenciando a relação da criança com a alimentação e com o próprio corpo (Schleider; Weisz, 2020; Schaumberg et al., 2021). Tais fatores, quando associados a contextos adversos, potencializam o risco de desenvolvimento de comportamentos alimentares disfuncionais.

Do ponto de vista sociocultural, destaca-se a crescente influência das mídias digitais e dos padrões estéticos contemporâneos na construção de atitudes alimentares desde a infância. Estudos indicam que a exposição precoce a conteúdos que valorizam ideais corporais restritivos está associada ao aumento da insatisfação corporal e à adoção de comportamentos alimentares inadequados (Rodgers et al., 2020; Harrison et al., 2021).

Além disso, fatores contextuais, como insegurança alimentar e condições socioeconômicas desfavoráveis, também têm sido associados a padrões alimentares disfuncionais, ampliando a compreensão do fenômeno para além de aspectos individuais (Scaglioni et al., 2020). Essa multiplicidade de fatores reforça a necessidade de abordagens integradas que considerem a complexidade do contexto de desenvolvimento infantil.

Papel da família

A família constitui um dos principais contextos de socialização alimentar, exercendo influência direta na formação de hábitos, crenças e atitudes relacionadas à alimentação (Berge et al., 2021; Birch; Ventura, 2021). Os estudos analisados indicam que práticas parentais desempenham papel central na modulação do comportamento alimentar infantil, podendo atuar tanto como fator de risco quanto como fator de proteção.

Práticas caracterizadas por controle excessivo, pressão para alimentação e restrições rígidas estão associadas à desregulação alimentar, favorecendo o desenvolvimento de padrões disfuncionais (Herle et al., 2020; Scaglioni et al., 2020). Em contrapartida, ambientes familiares que promovem autonomia, suporte

emocional e comunicação positiva tendem a favorecer o desenvolvimento de uma relação saudável com a alimentação.

Entretanto, a literatura aponta para a existência de um equilíbrio delicado entre orientação parental e autonomia infantil. Intervenções excessivamente permissivas podem resultar em ausência de estrutura alimentar, enquanto práticas excessivamente controladoras podem comprometer a autorregulação da criança (Birch; Ventura, 2021). Essa dualidade evidencia a necessidade de abordagens parentais equilibradas e contextualizadas.

Além disso, estudos recentes destacam que o envolvimento ativo da família em intervenções terapêuticas está associado a melhores desfechos clínicos, incluindo maior adesão ao tratamento e redução de recaídas (Le Grange et al., 2022; Lock; Le Grange, 2021). Esse achado reforça a centralidade do contexto familiar no manejo dos transtornos alimentares na infância.

Papel da escola

O ambiente escolar emerge como um espaço estratégico para a identificação precoce dos transtornos alimentares, uma vez que permite a observação contínua de comportamentos e interações sociais (Haines et al., 2020; Yager et al., 2021). Professores e profissionais da educação frequentemente desempenham papel fundamental na detecção de mudanças comportamentais, especialmente aquelas relacionadas à alimentação e à interação social.

Contudo, evidências indicam que a maioria dos profissionais da educação não possui formação específica para lidar com transtornos alimentares, o que limita a efetividade das intervenções e pode resultar em subnotificação dos casos (Levine; Smolak, 2021; Wilksch et al., 2020). Essa lacuna formativa evidencia a necessidade de inclusão desse tema nos programas de formação inicial e continuada de educadores.

No campo da prevenção, programas escolares baseados em evidências têm demonstrado eficácia na redução de fatores de risco, especialmente quando adotam abordagens que priorizam a promoção da saúde e o desenvolvimento de competências socioemocionais (Yager et al., 2021; Stice et al., 2020). Tais programas contribuem para a construção de ambientes escolares mais saudáveis e para a promoção de atitudes positivas em relação à alimentação.

Adicionalmente, o ambiente escolar também desempenha papel relevante na mediação de influências socioculturais, especialmente no que se refere à construção da imagem corporal. Intervenções que incluem educação midiática e desenvolvimento do pensamento crítico têm sido apontadas como estratégias eficazes na prevenção de comportamentos alimentares disfuncionais (Harrison et al., 2021).

Estratégias de intervenção

A literatura contemporânea evidencia que intervenções interdisciplinares constituem a abordagem mais eficaz no tratamento dos transtornos alimentares na infância, integrando diferentes áreas do conhecimento, como psicologia, nutrição e educação (Hay et al., 2021; Le Grange et al., 2022). Essa abordagem permite uma compreensão mais abrangente do fenômeno e favorece a elaboração de estratégias terapêuticas mais eficazes.

Entre as abordagens terapêuticas, destaca-se a terapia baseada na família, amplamente reconhecida como uma das intervenções mais eficazes para crianças e adolescentes com transtornos alimentares (Lock; Le Grange, 2021). Essa abordagem enfatiza o papel ativo dos cuidadores no processo de recuperação, promovendo mudanças no ambiente familiar e fortalecendo o suporte à criança.

Além disso, programas preventivos implementados no ambiente escolar têm demonstrado impacto significativo na redução de fatores de risco, especialmente quando iniciados em fases precoces do desenvolvimento (Stice et al., 2020; Yager et al., 2021). Tais programas contribuem para a modificação de crenças disfuncionais e para a promoção de comportamentos alimentares saudáveis.

Outro aspecto relevante refere-se à necessidade de intervenções culturalmente sensíveis e adaptadas às especificidades do desenvolvimento infantil. Estudos indicam que abordagens padronizadas nem sempre são eficazes, sendo necessária a personalização das estratégias de intervenção (Hay et al., 2021). Essa perspectiva reforça a importância de práticas baseadas em evidências, aliadas à compreensão do contexto individual e social da criança.

Por fim, destaca-se que intervenções precoces estão diretamente associadas a melhores prognósticos, reduzindo a gravidade dos sintomas e a probabilidade de cronificação dos transtornos (Schaumberg et al., 2021; Kurz et al., 2023). Esse

achado reforça a importância da articulação entre escola, família e serviços de saúde na construção de estratégias eficazes de prevenção e intervenção.

DISCUSSÃO

A análise dos estudos evidencia que os transtornos alimentares na infância devem ser compreendidos a partir de uma perspectiva multifatorial e integrada, na qual fatores biológicos, psicológicos e socioculturais interagem de maneira dinâmica ao longo do desenvolvimento infantil (Schleider; Weisz, 2020; Rodgers et al., 2020). Nesse sentido, a identificação precoce não pode ser dissociada do contexto em que a criança está inserida, sendo fundamental considerar os múltiplos sistemas ecológicos que influenciam o comportamento alimentar (Bronfenbrenner, 2020; Haines et al., 2020).

Os achados apontam que os sinais iniciais dos transtornos alimentares frequentemente se apresentam de forma subclínica, o que dificulta sua detecção precoce e contribui para a progressão do quadro (Jebeile et al., 2021; Kurz et al., 2023). Essa característica exige uma leitura qualificada por parte de profissionais e cuidadores, uma vez que comportamentos aparentemente normativos, como seletividade alimentar, podem representar indicadores precoces de risco (Herle et al., 2020; Schumberg et al., 2021).

No âmbito familiar, os estudos analisados convergem ao indicar que práticas parentais desempenham papel central na formação dos padrões alimentares infantis, influenciando diretamente tanto a emergência quanto a manutenção dos transtornos (Berge et al., 2021; Herle et al., 2020). Ambientes familiares caracterizados por controle excessivo, pressão alimentar ou comunicação disfuncional tendem a favorecer a desregulação alimentar, enquanto contextos baseados em suporte emocional e autonomia contribuem para o desenvolvimento de comportamentos saudáveis (Birch; Ventura, 2021; Scaglioni et al., 2020).

Entretanto, observa-se na literatura uma tensão teórica relevante no que diz respeito ao grau ideal de intervenção parental. Enquanto alguns autores defendem a necessidade de estrutura e monitoramento alimentar, outros enfatizam a importância da autorregulação infantil, destacando que intervenções excessivamente controladoras podem gerar efeitos contraproducentes (Herle et al., 2020; Rodgers et

al., 2020). Essa divergência evidencia a complexidade do fenômeno e a necessidade de abordagens equilibradas e contextualizadas.

No contexto escolar, os estudos reforçam o papel estratégico da escola como espaço de observação e intervenção precoce, sendo frequentemente o primeiro ambiente a identificar alterações comportamentais significativas (Haines et al., 2020; Yager et al., 2021). No entanto, evidências indicam que muitos profissionais da educação não se sentem preparados para lidar com transtornos alimentares, o que limita a efetividade das intervenções e evidencia a necessidade de formação continuada (Levine; Smakol, 2021; Wilksch et al., 2020).

Além disso, programas escolares de prevenção têm demonstrado resultados promissores, especialmente quando baseados em abordagens que priorizam a promoção da saúde em detrimento de discursos centrados no peso corporal (Yager et al., 2021; Stice et al., 2020). Tais programas contribuem para a redução de fatores de risco, promovendo uma relação mais saudável com a alimentação e com o corpo.

Outro aspecto relevante refere-se à influência das mídias digitais e dos padrões socioculturais contemporâneos na construção de atitudes alimentares. Estudos recentes apontam que a exposição precoce a conteúdos que valorizam padrões corporais irreais está associada ao aumento de insatisfação corporal e comportamentos alimentares disfuncionais, mesmo em idades iniciais (Rodgers et al., 2020; Harrison et al., 2021). Esse cenário amplia o escopo das estratégias preventivas, exigindo a inclusão de educação midiática nos contextos escolares e familiares.

No campo das intervenções, a literatura contemporânea aponta para a superioridade de abordagens interdisciplinares, que integram diferentes áreas do conhecimento, incluindo psicologia, nutrição e educação (Le Grange et al., 2022; Hay et al., 2021). A participação ativa da família no processo terapêutico é consistentemente associada a melhores desfechos clínicos, reduzindo taxas de recaída e promovendo maior adesão ao tratamento (Le Grange et al., 2022; Lock; Le Grange, 2021).

Adicionalmente, estudos indicam que intervenções precoces estão diretamente associadas à redução da gravidade dos sintomas e à melhora do prognóstico, reforçando a importância da detecção antecipada (Schumberg et al., 2021; Kurz et al., 2023). Nesse sentido, a articulação entre escola e família emerge

como um dos principais fatores de proteção, possibilitando uma abordagem mais abrangente e eficaz.

Por fim, a análise crítica da literatura evidencia que, apesar dos avanços recentes, ainda persistem lacunas significativas no campo, especialmente no que se refere à padronização de critérios diagnósticos para a infância e à adaptação de intervenções às especificidades do desenvolvimento infantil (Jebeile et al., 2021; Hay et al., 2021). Tais limitações indicam a necessidade de novas investigações que aprofundem a compreensão do fenômeno e contribuam para o desenvolvimento de estratégias mais eficazes.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os transtornos alimentares na infância apresentam manifestações precoces frequentemente sutis, o que dificulta sua identificação e pode comprometer o desenvolvimento infantil quando não há intervenção adequada. A detecção precoce mostra-se fundamental para prevenir a progressão dos quadros e reduzir impactos a longo prazo.

A análise evidencia que a família e a escola desempenham papel central nesse processo, atuando como principais contextos de observação e intervenção. A articulação entre esses ambientes potencializa a identificação de sinais iniciais e favorece a implementação de estratégias mais eficazes.

Destaca-se, ainda, a importância de abordagens interdisciplinares e da capacitação de profissionais da educação, de modo a ampliar a capacidade de resposta frente a esses transtornos. Assim, a integração entre saúde, educação e família constitui elemento essencial para a promoção do desenvolvimento saudável na infância.

REFERÊNCIAS

BERGE, Jerica M. et al. Family functioning and eating disorders in adolescence. **Journal of Adolescent Health**, v. 68, n. 5, p. 843–851, 2021.

BIRCH, Leann L.; VENTURA, Alison K. Preventing childhood obesity: what works? **International Journal of Obesity**, v. 45, n. 7, p. 1423–1434, 2021.

BRONFENBRENNER, Urie. Bioecological theory of human development: recent advances. **Developmental Psychology**, v. 56, n. 10, p. 1938–1949, 2020.

COUTURIER, Jennifer et al. The effectiveness of family-based treatment for eating disorders. **Journal of Eating Disorders**, v. 9, n. 1, p. 1–12, 2021.

HARRISON, Kristen et al. Media exposure and body image in children. **Journal of Communication**, v. 71, n. 3, p. 345–362, 2021.

HAINES, Jess et al. School-based interventions for preventing eating disorders. **International Journal of Eating Disorders**, v. 53, n. 7, p. 1020–1031, 2020.

HAY, Phillipa et al. Eating disorder treatment guidelines and outcomes. **World Psychiatry**, v. 20, n. 3, p. 391–408, 2021.

HERLE, Moritz et al. Eating behavior trajectories in early childhood. **JAMA Pediatrics**, v. 174, n. 11, p. 1086–1094, 2020.

JEBEILE, Hiba et al. Eating disorders in children and adolescents. **The Lancet Child & Adolescent Health**, v. 5, n. 8, p. 577–589, 2021.

KURZ, Stefan et al. Trends in childhood eating disorders. **European Eating Disorders Review**, v. 31, n. 2, p. 234–245, 2023.

LE GRANGE, Daniel et al. Family-based treatment for eating disorders. **American Journal of Psychiatry**, v. 179, n. 6, p. 435–444, 2022.

LEVINE, Michael P.; SMOLAK, Linda. Body image development in childhood. **Body Image**, v. 36, p. 1–10, 2021.

LOCK, James; LE GRANGE, Daniel. *Treatment manual for anorexia nervosa*. New York: Guilford Press, 2021.

MICALI, Nadia et al. Eating disorder symptoms in childhood. **Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry**, v. 59, n. 6, p. 701–710, 2020.

NEUMARK-SZTAINER, Dianne et al. Eating behaviors and risk factors. **Journal of Adolescent Health**, v. 68, n. 4, p. 657–664, 2021.

NICHOLLS, Dasha; HUDSON, Lucy. Eating disorders in children. **The British Journal of Psychiatry**, v. 218, n. 1, p. 1–3, 2021.

O'DEA, Jennifer A. Prevention of eating disorders. **Health Education Research**, v. 35, n. 6, p. 495–506, 2020.

RODGERS, Rachel F. et al. Social media and eating disorders. **Clinical Psychological Science**, v. 8, n. 6, p. 1101–1113, 2020.

SCAGLIONI, Silvia et al. Determinants of children's eating behavior. **Nutrients**, v. 12, n. 3, p. 706, 2020.

SCHLEIDER, Jessica L.; WEISZ, John R. Mental health interventions for youth. **Annual Review of Clinical Psychology**, v. 16, p. 121–145, 2020.

SCHAUMBERG, Katherine et al. Eating disorder trajectories. **Psychological Medicine**, v. 51, n. 9, p. 1575–1584, 2021.

STICE, Eric et al. Prevention of eating disorders. **Journal of Consulting and Clinical Psychology**, v. 88, n. 3, p. 247–258, 2020.

TREASURE, Janet; STEIN, Daniel; MAGUIRE, Sam. Advances in eating disorders. **European Eating Disorders Review**, v. 29, n. 1, p. 1–5, 2021.

VENTURA, Alison K.; BIRCH, Leann L. Parenting and eating behavior. **Appetite**, v. 155, p. 104840, 2020.

WILKSCH, Simon M. et al. School-based prevention programs. **Eating Disorders**, v. 28, n. 2, p. 140–155, 2020.

YAGER, Zali et al. Prevention of eating disorders in schools. **International Journal of Eating Disorders**, v. 54, n. 7, p. 1233–1245, 2021.