

AFYA - FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS DE CRUZEIRO DO SUL
Curso de Graduação em Medicina

JOSÉ LUCAS SILVA DE SOUZA

GUSTAVO CAETANO TELES

**ANOREXIA NERVOSA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA DOS PRINCIPAIS
FATORES DETERMINANTES E SUAS IMPLICAÇÕES**

CRUZEIRO DO SUL
2025

JOSÉ LUCAS SILVA DE SOUZA

GUSTAVO CAETANO TELES

**ANOREXIA NERVOSA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA DOS PRINCIPAIS
FATORES DETERMINANTES E SUAS IMPLICAÇÕES**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Medicina da Afya
– Faculdade de Medicina de Cruzeiro do
Sul, como requisito para conclusão do
Módulo Trabalho de Conclusão de Curso II.

Orientador(a): Danielle Ferreira do
Nascimento Linard

Especialista em Saúde Pública e Mestre
em Ciências da Saúde

Instituição Afya Faculdade de Ciências
Médicas de Cruzeiro do Sul

**CRUZEIRO DO SUL
2025**

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação - CIP
Afya Cruzeiro do Sul, Biblioteca, Processos Técnicos

S729a Souza, José Lucas Silva de.

Anorexia nervosa: uma revisão bibliográfica dos principais fatores determinantes e suas implicações / José Lucas Silva de Souza, Gustavo Caetano Teles. – Cruzeiro do Sul, AC, 2025.
26 f.

Orientadora: Danielle Ferreira do Nascimento Linard.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Medicina) – Afya – Faculdade de Ciências Médicas, Cruzeiro do Sul, AC.

1. Anorexia nervosa. 2. Transtornos alimentares. 3. Fatores biopsicossociais. 4. Saúde mental. 5. Terapia cognitivo-comportamental. I. Teles, Gustavo Caetano. II. Título.

CDU: 616.89-008.52

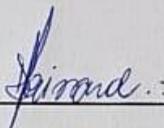
Bibliotecária: Maiane Rafaela Silva de Oliveira, CRB 11/1265/O

Gustavo Caetano Teles
José Lucas Silva de Souza

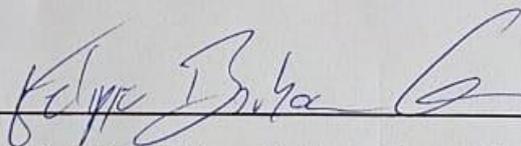
ANOREXIA NERVOSA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA DOS PRINCIPAIS
FATORES DETERMINANTES E SUAS IMPLICAÇÕES

Aprovado em 21/06/2025

BANCA EXAMINADORA



Prof^a Ma. Danielle Ferreira do Nascimento Linard (presidente/orientadora)
Afya- Faculdade de Ciências Médicas de Cruzeiro do Sul



Prof. Me. Felipe Barbosa Gomes (membro titular)
Afya- Faculdade de Ciências Médicas de Cruzeiro do Sul



Prof^a. Dr.^a Elizabeth Amélia Alves Duarte (membro titular)
Afya- Faculdade de Ciências Médicas de Cruzeiro do Sul

EPÍGRAFE

“A humildade é o primeiro degrau para a sabedoria”
(São Tomás de Aquino).

RESUMO

SOUZA, José Lucas Silva de, TELES, Gustavo Caetano. **Anorexia Nervosa: Uma revisão bibliográfica dos principais fatores determinantes e suas implicações.** TCC II - Trabalho de Conclusão de Curso. (Graduação em Medicina) – Afya – Faculdade de Ciências Médicas de Cruzeiro do Sul, Acre, Brasil, 2025.

A anorexia nervosa é um transtorno alimentar multifatorial caracterizado por restrição extrema da ingestão alimentar, medo intenso de ganho de peso e distorção da imagem corporal, que afeta principalmente adolescentes e jovens adultas. O presente estudo teve como objetivo investigar os principais fatores de risco biopsicossociais associados ao desenvolvimento da anorexia nervosa, bem como analisar suas implicações clínicas e terapêuticas. Para isso, foi realizada uma revisão sistemática da literatura, com abordagem quantitativa, seguindo o protocolo PRISMA. A busca foi realizada nas bases de dados PubMed e LILACS, considerando publicações entre 2018 e 2024, com o uso de descritores controlados e operadores booleanos para refinamento da pesquisa. Foram escolhidos 60 artigos para análise após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, dentre os quais 10 para o presente estudo. A análise revelou que os fatores de risco mais prevalentes incluem predisposição genética, alterações neuroquímicas, traços psicológicos como perfeccionismo e baixa autoestima, além da influência de padrões estéticos disseminados pelas redes sociais. Dentre as abordagens terapêuticas, destaca-se a eficácia da Terapia Cognitivo-Comportamental. Os achados reforçam a necessidade de uma abordagem multidisciplinar e integrada para o diagnóstico e tratamento do transtorno, considerando seus diversos determinantes biopsicossociais.

Palavras Chave: Distúrbios alimentares; Saúde; Alimentação.

ABSTRACT

Anorexia nervosa is a multifactorial eating disorder characterized by extreme food intake restriction, intense fear of weight gain, and body image distortion, primarily affecting adolescents and young adult women. This study aimed to investigate the main biopsychosocial risk factors associated with the development of anorexia nervosa, as well as to analyze its clinical and therapeutic implications. A systematic literature review with a quantitative approach was conducted, following the PRISMA protocol. The search was carried out in the PubMed and LILACS databases, considering publications between 2018 and 2024, using controlled descriptors and Boolean operators to refine the search. Sixty articles were selected for analysis after applying inclusion and exclusion criteria, among which ten were included in the present study. The analysis revealed that the most prevalent risk factors include genetic predisposition, neurochemical alterations, psychological traits such as perfectionism and low self-esteem, and the influence of aesthetic standards promoted on social media. Among the therapeutic approaches, Cognitive Behavioral Therapy stood out for its effectiveness. The findings reinforce the need for a multidisciplinary and integrated approach to the diagnosis and treatment of the disorder, considering its various biopsychosocial determinants.

Keywords: Eating disorders; Health; Nutrition.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	9
2. REFERENCIAL TEÓRICO	11
3. MATERIAIS E MÉTODOS	15
3.1. Tipo de estudo	15
3.2. Coleta de dados	15
3.3. Análise dos dados	16
4. RESULTADOS	16
5. DISCUSSÃO	20
6. CONSIDERAÇÕES FINAIS	23
Referências	24

1. INTRODUÇÃO

A anorexia nervosa é um transtorno alimentar complexo e grave, que afeta principalmente adolescentes e jovens adultas, embora possa ocorrer em qualquer faixa etária. Caracteriza-se pela restrição extrema de alimentos, medo persistente de ganhar peso e uma distorção da percepção do corpo, levando os indivíduos a verem-se como acima do peso, mesmo quando estão significativamente abaixo do peso saudável (Moraes *et al.*, 2021).

O impacto da anorexia nervosa vai além da perda de peso, envolvendo uma série de complicações clínicas, como desnutrição, distúrbios hormonais, enfraquecimento ósseo, complicações cardiovasculares e até mesmo risco de morte precoce. Além disso, o transtorno tem uma alta taxa de comorbidade com outros distúrbios psiquiátricos, como depressão, ansiedade e transtornos obsessivo-compulsivos (TOC), o que torna seu tratamento mais desafiador e multifacetado (Leonidas *et al.*, 2021).

A anorexia nervosa é considerada um transtorno de natureza multifatorial, resultante da interação entre aspectos biológicos, psicológicos, sociais e culturais. No âmbito biológico, evidências científicas indicam uma predisposição genética significativa, demonstrando que pessoas com familiares que apresentam transtornos alimentares têm maior probabilidade de desenvolver a condição (Rocha *et al.*, 2021).

A anorexia nervosa afeta cerca de 0,5% a 1% da população, sendo mais prevalente entre mulheres adolescentes e jovens adultas. Nesse aspecto, a doença é mais comum em países ocidentais, onde padrões de beleza magros são amplamente promovidos. No entanto, a prevalência tem aumentado também em países não ocidentais devido à globalização e à maior exposição a mídias que idealizam corpos magros (Silva *et al.*, 2018).

No Brasil, segundo dados do Departamento de Saúde cerca de 1% da população feminina adulta seja afetada por anorexia nervosa. O transtorno tem crescido entre adolescentes, especialmente em áreas urbanas, onde o padrão de beleza é mais intensamente cobrado e a prevalência varia também de acordo com a região, sendo mais reportada em grandes centros urbanos.

Além disso, pesquisas recentes indicam que desequilíbrios nos neurotransmissores, como a serotonina e a dopamina, podem desempenhar um papel importante na regulação do apetite, da saciedade e das emoções, contribuindo para a perpetuação dos comportamentos disfuncionais alimentares. Desse modo, fatores neurobiológicos, juntamente com uma possível predisposição genética, podem predispor um indivíduo ao desenvolvimento do transtorno (Coppola *et al.*, 2023).

A insatisfação com a imagem corporal é um dos principais preditores do transtorno. O distúrbio da imagem corporal é caracterizado pela incapacidade de perceber o corpo de forma realista, levando a um desejo excessivo de emagrecimento. Esse distúrbio está frequentemente associado à busca incessante por um ideal de beleza que, muitas vezes, é construído e reforçado por padrões culturais e midiáticos. O culto à magreza, amplificado pelas redes sociais e pela pressão para atender a certos estereótipos de beleza, é um fator psicológico importante na etiologia da anorexia (Pires *et al.*, 2022).

As questões de autoestima e controle emocional estão profundamente ligadas à manifestação da doença. Indivíduos com baixa autoestima ou dificuldades em lidar com emoções negativas, como o estresse e a ansiedade, podem adotar a restrição alimentar como uma forma de obter controle sobre a situação (Batista *et al.*, 2024).

Ademais, fatores familiares também são determinantes, já que famílias com dinâmicas disfuncionais, como um ambiente excessivamente controlador ou com baixa comunicação emocional, podem contribuir para o desenvolvimento da anorexia nervosa. Em alguns casos, a anorexia pode ser vista como uma tentativa de controle em um ambiente onde o indivíduo se sente impotente ou não reconhecido.

Em adição, experiências traumáticas, como abuso emocional, físico ou sexual, podem predispor um indivíduo a desenvolver transtornos alimentares como uma forma de lidar com a dor emocional. Diante da complexidade que envolve a anorexia nervosa e considerando a relevância dos fatores biopsicossociais no seu desenvolvimento e tratamento, este estudo teve como objetivo geral investigar os principais fatores de risco associados ao transtorno, com ênfase nas implicações clínicas e terapêuticas decorrentes da interação entre aspectos psicológicos, sociais e familiares.

Ademais, buscou-se identificar os fatores de risco mais recorrentes, como perfeccionismo, analisar a influência das redes sociais no agravamento dos sintomas da anorexia nervosa e na resistência ao tratamento, explorar o papel dos padrões familiares rígidos na manutenção do transtorno, e avaliar a importância da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) como ferramenta terapêutica.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Definição e diagnóstico de anorexia nervosa

A anorexia nervosa é um transtorno alimentar caracterizado pela restrição extrema da ingestão alimentar, resultando em um peso corporal significativamente abaixo do esperado para a faixa etária, sexo e altura do indivíduo. Esse transtorno é frequentemente acompanhado por uma preocupação excessiva com o peso e a forma corporal, além de uma distorção na percepção da imagem corporal, em que o paciente se vê como acima do peso, mesmo quando apresenta um quadro de emagrecimento severo (Bonfim *et al.*, 2024).

O diagnóstico da anorexia nervosa é clínico e deve ser realizado por um profissional de saúde especializado, com base em critérios estabelecidos por manuais de diagnóstico, como o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5) (Batista *et al.*, 2024).

Entre os principais critérios para o diagnóstico, destaca-se a restrição da ingestão alimentar, em que o indivíduo recusa manter um peso corporal minimamente adequado para sua idade e altura, geralmente apresentando um peso inferior a 85% do esperado. (Cruciol *et al.*, 2024).

O diagnóstico é realizado a partir de uma avaliação clínica minuciosa, que inclui a investigação do histórico médico e familiar, exame físico com atenção ao peso e sinais de desnutrição, exames laboratoriais para verificar alterações metabólicas e hormonais, além da aplicação de escalas específicas, como o EAT-26, que ajudam na identificação de padrões alimentares e sintomas característicos do transtorno (Sallum *et al.*, 2024). Ademais, o diagnóstico da anorexia nervosa só é confirmado quando os critérios definidos nos manuais de diagnóstico são atendidos, após a exclusão

de outras condições que possam apresentar sintomas semelhantes. Este transtorno é complexo e envolve fatores biológicos, psicológicos e sociais, o que torna o tratamento multidisciplinar essencial (Nobre et al., 2024).

2.2 Sintomas principais e critérios diagnósticos

A anorexia nervosa é um transtorno alimentar que se caracteriza por uma série de sintomas principais, tanto físicos quanto psicológicos, que afetam a saúde mental e física do indivíduo. Esses sintomas incluem uma restrição alimentar extrema, medo irracional de ganhar peso, e uma distorção significativa da imagem corporal (Figueiredo et al., 2024).

Os sintomas principais da anorexia nervosa incluem a restrição extrema da ingestão alimentar, levando a um peso corporal abaixo do esperado para a idade, altura e sexo do indivíduo. Isso é frequentemente acompanhado por um medo intenso e irracional de ganhar peso, mesmo quando a pessoa está abaixo do peso saudável (Batista *et al.*, 2024).

Além disso, o indivíduo com anorexia nervosa também apresenta uma percepção distorcida de sua imagem corporal, muitas vezes se vendo como "gordo" ou "acima do peso", independentemente de estar visivelmente magro ou em estado de desnutrição (Pires *et al.*, 2022).

Em muitos casos, o comportamento alimentar é rigidamente controlado e excessivamente restritivo, com uma intensa preocupação com o tipo de alimentos consumidos, quantidades e a aparência corporal. A pessoa pode adotar estratégias como a prática excessiva de exercícios físicos ou o uso de substâncias, como laxantes e diuréticos, para prevenir o ganho de peso (Leonidas *et al.*, 2021).

2.3 Fatores determinantes da anorexia nervosa

Os fatores determinantes da anorexia nervosa não atuam isoladamente atuam em conjunto, tornando o transtorno desafiador tanto no diagnóstico quanto no tratamento. Entre os fatores biológicos, a genética desempenha um papel importante na predisposição à anorexia. Nesse sentido, sabe-se que há uma forte hereditariedade associada ao transtorno, o que significa que indivíduos com parentes de primeiro grau que sofreram de anorexia apresentam um risco aumentado de desenvolver a doença (Nobre et al., 2024).

Além disso, alterações neuroquímicas no cérebro, principalmente nos níveis de serotonina e dopamina, estão envolvidas na regulação do apetite, do humor e da percepção corporal. A serotonina, por exemplo, está associada ao controle da saciedade e da ansiedade e sua disfunção leva a uma preocupação obsessiva com o peso e a alimentação (Pires *et al.*, 2022).

Já a dopamina, que regula a motivação e o prazer influencia a relação que a pessoa tem com a comida e com a sensação de recompensa ao restringir a ingestão alimentar. No que diz respeito aos fatores psicológicos, a anorexia nervosa é frequentemente associada a traços de personalidade específicos, como perfeccionismo, rigidez cognitiva e necessidade extrema de controle (Nobre *et al.*, 2024).

Nesse contexto, muitos indivíduos com anorexia têm dificuldades em lidar com emoções negativas, buscando na restrição alimentar uma forma de aliviar sentimentos de angústia, ansiedade ou baixa autoestima. Ademais, transtornos psiquiátricos como depressão, transtorno obsessivo-compulsivo (TOC) e transtornos de ansiedade são frequentemente diagnosticados em pacientes anoréxicos (Pires *et al.*, 2022).

A relação entre ansiedade e anorexia é particularmente forte, pois muitas pessoas que desenvolvem o transtorno apresentam, desde a infância, sintomas de ansiedade exacerbada. Outro aspecto psicológico relevante é a insatisfação corporal, que leva a uma distorção da autoimagem. Os pacientes com anorexia frequentemente se enxergam como acima do peso, mesmo quando estão perigosamente magros, o que perpetua o ciclo de restrição alimentar e perda de peso (Cruciol *et al.*, 2024).

A influência da mídia, incluindo revistas, televisão e redes sociais, tem um papel crucial na propagação de padrões estéticos inalcançáveis, promovendo dietas restritivas e exaltando corpos extremamente magros. Com a ascensão das redes sociais, a exposição a influenciadores digitais e comunidades online que incentivam comportamentos alimentares disfuncionais aumentou significativamente o risco de transtornos alimentares, especialmente entre adolescentes (Pires *et al.*, 2022).

Os fatores familiares também desempenham um papel importante no surgimento e na manutenção da anorexia nervosa. Os ambientes familiares

muito rígidos, superprotetores ou altamente exigentes aumentam o risco do transtorno, especialmente se houver uma ênfase excessiva na aparência física e no controle do peso dentro da família (Batista *et al.*, 2024).

2.4 Consequências e implicações da anorexia nervosa

A anorexia nervosa tem consequências severas que afetam múltiplos aspectos da vida do indivíduo, comprometendo sua saúde física, psicológica e social. Do ponto de vista físico, a restrição alimentar extrema causa desnutrição, que resulta em uma perda de peso drástica e diversas complicações orgânicas (Figueiredo *et al.*, 2024).

A falta de nutrientes essenciais leva à amenorreia em mulheres, osteoporose precoce devido à deficiência de cálcio e vitamina D, enfraquecimento dos músculos e distúrbios gastrointestinais, como constipação crônica e gastroparesia. O sistema cardiovascular também sofre impactos significativos, com riscos aumentados de arritmias, hipotensão e bradicardia, condições que podem evoluir para insuficiência cardíaca e morte súbita (Sallum *et al.*, 2024).

As implicações psicológicas da anorexia são profundas, pois o transtorno está frequentemente associado a condições como depressão, ansiedade, transtorno obsessivo-compulsivo (TOC) e fobia social. A baixa autoestima e a distorção da imagem corporal são marcantes nesses pacientes, levando-os a enxergar um corpo acima do peso, mesmo quando estão gravemente desnutridos (Leonidas *et al.*, 2021).

O medo intenso de engordar e a rigidez nos hábitos alimentares dificultam a adesão ao tratamento, criando um ciclo de autodestruição que pode levar a tentativas de suicídio. Além disso, o isolamento social é comum, já que os indivíduos evitam situações que envolvam comida, como reuniões familiares e encontros com amigos, o que agrava sentimentos de solidão e desesperança (Batista *et al.*, 2024).

No âmbito social, a anorexia impacta negativamente a vida acadêmica e profissional do indivíduo. A falta de energia e a dificuldade de concentração comprometem o desempenho escolar e a produtividade no trabalho, levando, em muitos casos, ao abandono dos estudos ou dificuldades na progressão de carreira. As relações interpessoais também são afetadas, pois a obsessão com

o peso e a alimentação gera conflitos familiares e afastamento de amigos (Silva *et al.*, 2018).

3. MATERIAIS E MÉTODOS

3.1. Tipo de estudo

Este estudo consiste em uma revisão sistemática da literatura com abordagem quantitativa, a partir do protocolo *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA) com o objetivo de identificar os principais fatores biopsicossociais relacionados ao desenvolvimento da anorexia nervosa nas publicações científicas entre 2018 e 2024. A questão norteadora do estudo foi: "Quais são os principais fatores biopsicossociais que influenciam no desenvolvimento da anorexia nervosa entre 2018 e 2024?".

3.2. Coleta de dados

A busca pelos artigos foi realizada nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e *National Library of Medicine* (PubMed), considerando publicações entre 2018 e 2024. Os descritores utilizados foram baseados nos vocabulários Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e Medical Subject Headings (MeSH), garantindo maior precisão na busca. Os termos selecionados foram "Anorexia Nervosa", "Risk Factors" e "Social Determinants of Health".

Para otimizar a pesquisa, os descritores foram combinados utilizando operadores booleanos, de forma que o operador AND foi aplicado para restringir os resultados a artigos que incluíssem simultaneamente os termos pesquisados, enquanto o operador OR foi empregado para incluir sinônimos e termos relacionados, ampliando a abrangência da pesquisa. Dessa forma, as estratégias de busca incluíram combinações como ("Anorexia Nervosa") AND ("Risk Factors"), ("Anorexia Nervosa") AND ("Social Determinants of Health") e ("Anorexia Nervosa") AND ("Risk Factors" OR "Social Determinants of Health").

Foram considerados elegíveis artigos publicados entre 2018 e 2024, disponíveis na íntegra e revisados por pares, escritos em português, inglês ou espanhol. Foram incluídos apenas estudos que abordassem diretamente a anorexia nervosa e seus fatores biopsicossociais, incluindo aspectos psicológicos, sociais e biológicos, além de estudos que analisassem intervenções ou fatores de risco para o desenvolvimento da doença. Ensaio clínicos, estudos observacionais, estudos de coorte, caso-controle e transversais foram incluídos, desde que apresentassem metodologia clara e rigorosa.

Foram excluídos artigos de revisão narrativa, bem como editoriais, comentários, cartas ao editor, teses, dissertações e anais de congressos. Estudos duplicados foram removidos e, nos casos em que um mesmo estudo estivesse presente em mais de uma base de dados, foi considerada apenas a versão mais recente e completa.

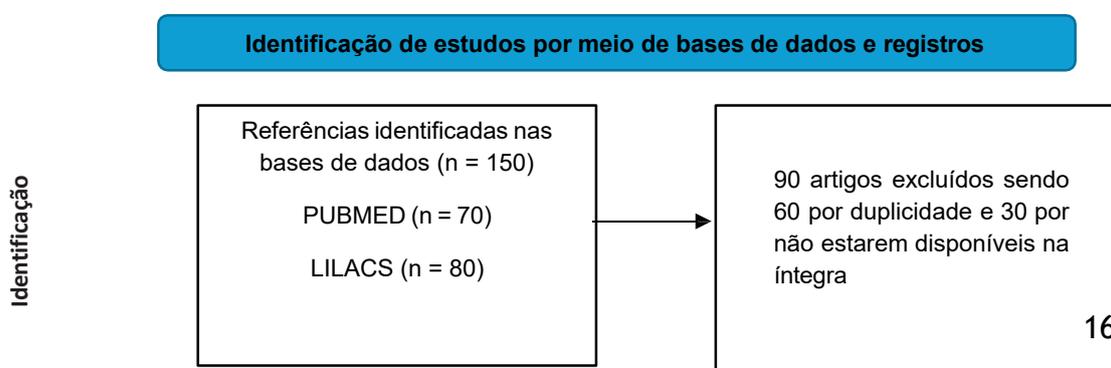
3.3. Análise dos dados

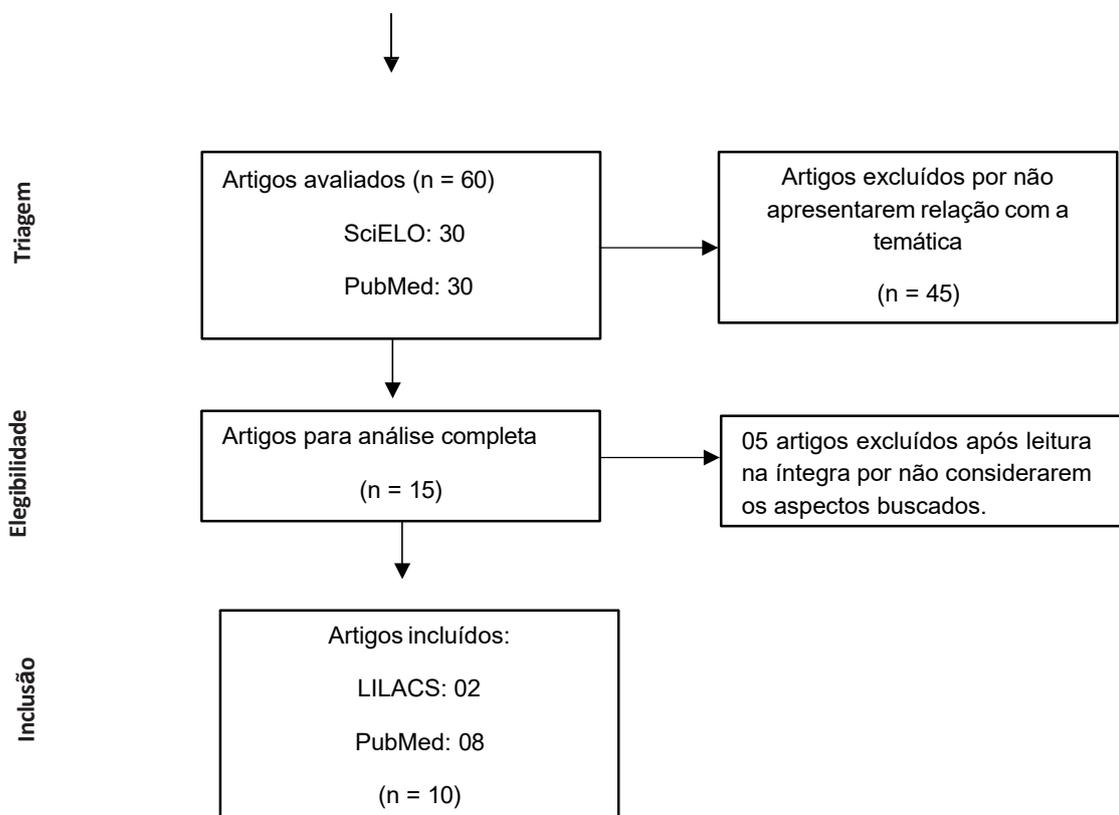
A análise dos dados foi realizada utilizando o *Excel* 2021, ferramenta que permitiu organizar e tratar as informações extraídas dos artigos selecionados. A partir da análise, foi possível identificar e categorizar os principais fatores biopsicossociais relacionados ao desenvolvimento da anorexia nervosa. Os artigos selecionados estão apresentados na Tabela 1 em resultados.

4. RESULTADOS

A base de dados gerada foi de 150 artigos, sendo 70 extraídos na plataforma PubMed e 80 na LILACS. Desses, 90 foram removidos. Apesar da relevância do tema, nas duas principais plataformas de pesquisa adotadas neste estudo, PubMed e LILACS, é possível observar um número reduzido de publicações.

Quadro 1. Esquema metodológico.





Fonte: autores (2025).

Os termos indexados adotados abrangem amplamente a temática da anorexia nervosa, fatores de risco e fatores sociais, evidenciando a necessidade de mais investigações nessa área. Os resumos de 60 artigos foram lidos e somente 10 foram selecionados (destacados na tabela 01) para extração dos dados.

Autor, ano	Tipo de estudo	Título	Conclusões
Broering <i>et al.</i> (2022)	Estudo qualitativo	UM ESTUDO DE CASO DE ANOREXIA NERVOSA: desafios e possibilidades na terapia cognitivo-comportamental.	O estudo identifica fatores de risco, como perfeccionismo, transtornos emocionais e padrões familiares rígidos, que contribuem para o desenvolvimento da anorexia nervosa. A resistência ao tratamento é uma implicação importante, dificultando o progresso na Terapia Cognitivo-

			Comportamental (TCC).
Bronzatto <i>et al.</i> (2024)	Estudo qualitativo	A eficácia da terapia cognitivo-comportamental (TCC) no combate aos transtornos alimentares: anorexia nervosa e bulimia nervosa.	Os principais fatores de risco para a anorexia nervosa identificados foram pressões sociais relacionadas ao corpo e padrões estéticos impostos pela mídia. As implicações desses fatores incluem o agravamento do transtorno, tornando-o mais difícil de tratar. A TCC demonstrou ser eficaz na redução desses fatores de risco, trabalhando a reestruturação de crenças e comportamentos disfuncionais.
Montanari, C.C <i>et al.</i> (2021)	Estudo qualitativo	Processo de enfermagem em atendimento pré-hospitalar de paciente com anorexia e bulimia	O estudo destaca que a anorexia nervosa e bulimia são frequentemente desencadeadas por fatores familiares e sociais, como pressões para atingir padrões de perfeição. As implicações incluem crises físicas graves devido à desnutrição, necessitando de intervenção urgente.
Moraes, R.B <i>et al.</i> (2021)	Estudo qualitativo	Repercussões do acesso às redes sociais em pessoas com diagnóstico de anorexia nervosa.	O estudo evidenciou que o acesso às redes sociais aumenta o risco de desenvolvimento de anorexia nervosa, principalmente devido à exposição a padrões de beleza irrealistas. As implicações incluem o agravamento dos sintomas, como o perfeccionismo e a distorção da imagem corporal.
Oliveira, T.A <i>et al.</i> (2023)	Estudo qualitativo	Desafios no tratamento da Anorexia Nervosa Grave aos profissionais de saúde: relato de caso.	Fatores de risco, como traumas emocionais, história familiar de transtornos alimentares e pressões sociais, são identificados como contribuintes para o desenvolvimento da anorexia nervosa grave.

Santos, M.A <i>et al.</i> (2021)	Estudo qualitativo	Influência das redes sociais sobre pessoas diagnosticadas com anorexia nervosa	O estudo confirma que o uso excessivo das redes sociais representa um fator de risco significativo para o agravamento da anorexia nervosa, pois reforça padrões estéticos prejudiciais. As implicações incluem o aumento das dificuldades no tratamento e maior resistência dos pacientes à recuperação, tornando o tratamento mais complexo e prolongado.
Sgarbi, <i>et al.</i> (2023)	Estudo qualitativo	Uma análise dos transtornos alimentares: anorexia nervosa e bulimia.	Os fatores de risco identificados incluem aspectos socioculturais (pressões sociais e padrões de beleza) e fatores psicológicos (baixa autoestima, perfeccionismo). As implicações dessa combinação de fatores incluem a cronicidade dos transtornos alimentares e a dificuldade em alcançar a remissão completa sem um tratamento adequado e contínuo.
Silva, J.S <i>et al.</i> (2023)	Estudo qualitativo	Da anorexia à obesidade: relato de caso de transtorno alimentar e distorção de imagem corporal	O estudo mostra que a anorexia nervosa pode ser um fator de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares opostos, como a obesidade, devido à distorção da imagem corporal.
Souza, V.C.G <i>et al.</i> (2021)	Estudo qualitativo	Terapia cognitivo-comportamental: tratamento da anorexia nervosa em mulheres jovens.	Fatores de risco como pressão social, idealização de corpos magros e perfeccionismo foram identificados como principais contribuintes para o desenvolvimento da anorexia nervosa em mulheres jovens. alimentares prejudiciais.

5. DISCUSSÃO

A anorexia nervosa é um transtorno alimentar complexo, influenciado por uma interação de fatores biopsicossociais que impactam tanto seu desenvolvimento quanto seu tratamento. Os estudos analisados fornecem uma visão abrangente sobre esses fatores, o que permite uma compreensão aprofundada das implicações clínicas e terapêuticas.

Os fatores psicológicos aparecem como elementos centrais na patogênese da anorexia nervosa. Broering et al. (2022) destacam o perfeccionismo e transtornos emocionais como fatores de risco importantes, os quais dificultam a adesão ao tratamento, especialmente na Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC).

O perfeccionismo e os transtornos emocionais podem impactar negativamente a realização do TCC de diversas formas. A busca excessiva pela perfeição pode levar à procrastinação e autossabotagem, dificultando o avanço do trabalho por medo de que ele nunca esteja bom o suficiente. Esse comportamento pode gerar ansiedade e estresse excessivo, o que afeta a capacidade de concentração e raciocínio, habilidades essenciais para a escrita científica e a análise crítica de estudos (Santos et al., 2021).

Outro aspecto relevante é a baixa adesão a métodos de organização, pois, mesmo reconhecendo a importância do planejamento e da definição de metas, o perfeccionismo pode levar à frustração diante de pequenos obstáculos, resultando em desmotivação. Esse ciclo de cobrança constante pode ainda levar ao esgotamento mental e ao desgaste emocional, comprometendo tanto o desempenho acadêmico quanto a saúde mental (Moraes et al., 2021).

A dificuldade no manejo da resistência ao tratamento é corroborada por Oliveira et al. (2023), que associam história familiar de transtornos alimentares e traumas emocionais ao agravamento do quadro clínico. Esses fatores psicológicos podem se manifestar em comportamentos de controle alimentar extremo, ansiedade exacerbada em relação ao peso e recusa persistente em reconhecer a gravidade do problema.

Os fatores sociais também exercem um papel crucial na progressão do transtorno. Bronzatto et al. (2024) e Souza et al. (2021) enfatizam que a pressão

social e os padrões estéticos impostos pela mídia contribuem para a distorção da imagem corporal e o reforço de comportamentos alimentares disfuncionais. Essa perspectiva é reforçada pelos achados de Moraes et al. (2021) e Santos et al. (2021), que evidenciam o impacto negativo das redes sociais no agravamento dos sintomas, tornando o tratamento mais desafiador e prolongado.

A cultura da magreza disseminada nas plataformas digitais, aliada à comparação social constante, pode levar a um ciclo vicioso de insatisfação corporal e adoção de comportamentos alimentares inadequados. Os aspectos familiares também são determinantes no desenvolvimento e manutenção da anorexia nervosa. Montanari et al. (2021) identificam padrões familiares rigidamente estruturados e pressão por perfeição como desencadeadores frequentes da doença.

Paralelamente, Sgarbi et al. (2023) ressaltam a intersecção entre fatores socioculturais e psicológicos, o que pode levar à cronicidade do transtorno e à necessidade de um tratamento de longa duração. As expectativas familiares em relação ao desempenho acadêmico, à disciplina e à aparência física podem funcionar como gatilhos para comportamentos alimentares patológicos, tornando essencial a inclusão da família nas abordagens terapêuticas.

As implicações clínicas dos fatores biopsicossociais na anorexia nervosa incluem o risco de evolução para quadros mais graves, com repercussões físicas severas. Montanari et al. (2021) destacam que a desnutrição severa pode levar a crises físicas necessitando de intervenções emergenciais. Além disso, Silva et al. (2023) discutem a transição de um transtorno alimentar para outro, indicando que a distorção da imagem corporal pode levar a um ciclo de alternância entre anorexia e obesidade. Esse fenômeno é particularmente preocupante, pois sugere que o transtorno alimentar pode evoluir de formas distintas ao longo da vida, exigindo intervenções precoces e de longo prazo.

Diante desse cenário, o tratamento da anorexia nervosa requer abordagens multifatoriais, que levem em consideração os diferentes fatores de risco envolvidos. Bronzatto et al. (2024) e Souza et al. (2021) demonstram que a TCC é eficaz na reestruturação de crenças disfuncionais e na redução dos fatores de risco, sendo um dos principais recursos terapêuticos.

No entanto, o sucesso do tratamento depende não apenas da intervenção psicológica, mas também do suporte familiar, da regulamentação do conteúdo

mediático e de estratégias de prevenção que minimizem a influência negativa dos padrões sociais. Nesse sentido, estratégias educacionais, programas de conscientização e políticas de saúde pública voltadas para a saúde mental podem desempenhar um papel crucial na redução da incidência da anorexia nervosa (Batista et al., 2024).

Assim, a interação entre os fatores biopsicossociais deve ser considerada tanto na compreensão quanto na abordagem terapêutica da anorexia nervosa, permitindo um cuidado mais holístico e eficaz para os pacientes afetados por esse transtorno. Logo, o aprofundamento do conhecimento sobre esses fatores possibilita a elaboração de intervenções mais personalizadas e eficazes, contribuindo para a recuperação dos pacientes e a prevenção de recaídas (Batista et al., 2024).

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo confirmou que a anorexia nervosa é um transtorno complexo, influenciado por uma interação de fatores biopsicossociais, entre os quais se destacam o perfeccionismo, os traumas emocionais, os padrões familiares rígidos e a influência das redes sociais. Esses elementos contribuem para o desenvolvimento do transtorno, como também dificultam a adesão ao tratamento. A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) demonstrou ser uma estratégia eficaz na reestruturação de pensamentos disfuncionais, desde que haja motivação e envolvimento ativo do paciente. Diante disso, conclui-se que abordagens terapêuticas integradas, sensíveis à individualidade do paciente, são fundamentais para promover uma recuperação clínica efetiva e sustentada, além de fortalecer a saúde mental a longo prazo.

REFERÊNCIAS

- BATISTA, A. S. D. *et al.* *A influência das mídias sociais na construção da autoimagem nas adolescentes e sua contribuição no desenvolvimento da anorexia nervosa.* **Cuadernos de Educación y Desarrollo**, v. 16, n. 10, p. e6107-e6107, 2024.
- BONFIM, R. S. *et al.* *Anorexia nervosa: do diagnóstico ao tratamento.* **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 6, n. 6, p. 2166-2178, 2024.
- BROERING, C. V. *et al.* *Um estudo de caso de anorexia nervosa: desafios e possibilidades na terapia cognitivo-comportamental.* **Psicologia e Saúde em Debate**, v. 8, n. 1, p. 409-421, 2022.
- BRONZATTO, J. A. *et al.* *A eficácia da terapia cognitivo-comportamental (TCC) no combate aos transtornos alimentares: anorexia nervosa e bulimia nervosa.* **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, v. 7, n. 14, p. e14993-e14993, 2024.
- COPPOLA, M. S. L. *Atuação da fisioterapia nas comorbidades associadas a anorexia nervosa: revisão da literatura.* **Repositório Institucional do UNILUS**, v. 2, n. 1, 2023.
- FIGUEIREDO, F. A.; FERRAZ, T. C. P. *Anorexia nervosa e terapia de aceitação e compromisso (ACT): uma compreensão através do documentário Thin.* **Cadernos de Psicologia**, v. 6, n. 10, 2024.
- LEONIDAS, C. S. A. *et al.* *Percepção do apoio social e configuração sintomática na anorexia nervosa.* **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 40, p. e207693, 2020.
- MONTANARI, C. C. *et al.* *Processo de enfermagem em atendimento pré-hospitalar de paciente com anorexia e bulimia.* **Saúde em Redes**, v. 7, n. 2, p. 209-219, 2021.

MORAES, R. B. *et al.* *Repercussões do acesso às redes sociais em pessoas com diagnóstico de anorexia nervosa.* **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v. 21, n. 3, p. 1178-1199, 2021.

MORAES, R. B. C. *et al.* *Repercussões do acesso às redes sociais em pessoas com diagnóstico de anorexia nervosa e.* **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v. 21, n. 3, p. 1178-1199, 2021.

NOBRE, P. V. C. *et al.* *Panorama atual da anorexia nervosa: complicações clínicas, implicações diagnósticas e manejo.* **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 6, n. 4, p. 1189-1199, 2024.

OLIVEIRA, T. A. *et al.* *Desafios no tratamento da anorexia nervosa grave aos profissionais de saúde: relato de caso.* **Brazilian Journal of Health Review**, v. 6, n. 6, p. 26714-26732, 2023.

PIRES, S. *et al.* *Anorexia nervosa na infância e na adolescência: percurso desde a identificação de sintomas até ao internamento.* **Saúde & Tecnologia**, n. 27, p. 50-54, 2022.

PIRES, S. A. L. *et al.* *Anorexia nervosa na infância e na adolescência: percurso desde a identificação de sintomas até ao internamento.* **Saúde & Tecnologia**, n. 27, p. 50-54, 2022.

ROCHA, G. A. F. *et al.* *Prevalência e fatores associados a bulimia ou anorexia nervosa em universitárias da área de saúde.* **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 11, p. 90174-90198, 2020.

SALLUM, B. B.; GIORDANO, L. C. R. S.; DE SOUZA, M. F. O. *Padronização da assistência nutricional do paciente com diagnóstico de anorexia nervosa.* **SIMTEC – Simpósio dos Profissionais da UNICAMP**, n. 9, p. e0240168-e0240168.

SANTOS, M. A. *et al.* *Influência das redes sociais sobre pessoas diagnosticadas com anorexia nervosa.* **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v. 21, n. 3, p. 1178-1199, 2021.

SGARBI, M. T. *et al.* *Uma análise dos transtornos alimentares: anorexia nervosa e bulimia.* **Revista Eletrônica Acervo Médico**, v. 23, n. 2, p. e12172-e12172, 2023.

SILVA, J. S. *et al.* *Da anorexia à obesidade: relato de caso de transtorno alimentar e distorção de imagem corporal.* **Produção científica de acadêmicos do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Vale do Taquari-RS**, p. 96, 2023.

SILVA, M. G. *et al.* *Prevalência de transtornos alimentares entre adolescentes em Florianópolis, SC.* **Cadernos de Saúde Pública**, v. 34, n. 9, p. 1-12, 2018.

SOUZA, V. C. G. *et al.* *Terapia cognitivo-comportamental: tratamento da anorexia nervosa em mulheres jovens.* **Boletim – Academia Paulista de Psicologia**, v. 41, n. 101, p. 185-192, 2021.