

EDUCAÇÃO NUTRICIONAL SOBRE TRANSTORNOS ALIMENTAR PARA ADOLESCENTES NO ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO¹

NUTRITIONAL EDUCATION ON EATING DISORDERS FOR ADOLESCENTS IN ELEMENTARY AND HIGH SCHOOL

Ana Laura Ferreira Silva²
Brenda Ramos Silva³

RESUMO

Objetivo: O presente estudo tem como objetivo avaliar as estratégias de educação nutricional no ambiente escolar sobre transtornos alimentares para adolescentes no Brasil. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão bibliográfica nas bases de dados PubMed, LILACS e SciELO, sobre identificar as estratégias de educação em saúde e alimentar e nutricional sobre transtornos alimentares para adolescentes do ensino fundamental e médio, na faixa de idade de 12 a 18 anos. **Resultados e discussão:** A pesquisa obteve, inicialmente, 16 artigos e após análise, foram selecionados 9 estudos para serem analisados. A Educação Nutricional tem um grande potencial para prevenir e diminuir comportamentos relacionados a transtornos alimentares em jovens. No entanto, ainda é necessário aumentar a quantidade de programas, desenvolver e analisar novas abordagens, como também, aprimorar as práticas já existentes. **Conclusão:** Apoiar-se em ações educativas consistentes e fundamentadas em evidências pode reforçar a prevenção aos transtornos alimentares nas instituições de ensino do Brasil, assegurando um efeito mais positivo e duradouro na saúde dos alunos.

Palavras-chave: adolescentes; ambiente escolar; educação nutricional; transtornos alimentares.

ABSTRACT

Objective: This study aims to analyze nutritional education strategies within the school environment regarding eating disorders among adolescents in Brazil. This is a literature review, searching for scientific evidence in the PubMed, LILACS, and SciELO databases to identify strategies for health, food, and nutrition education related to eating disorders in adolescents from middle and high school, between 12

¹ Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Faculdade de Ituiutaba FacMais, como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel em Nutrição, no segundo semestre de 2025

² Acadêmico(a). Ana Laura Ferreira Silva 8º Período do curso de Nutrição pela Faculdade de Ituiutaba. E-mail: analaura.ferreira@aluno.facmais.edu.br

⁴ Professor(a)-Orientador(a). Brenda Ramos Silva . Docente da Faculdade de Ituiutaba. E-mail: brenda.silva@facmais.edu.br

and 18 years of age. The research initially identified 16 articles, and after the elimination process, 9 articles were selected for analysis. **Results and discussion:** Thus, we can conclude that Nutritional Education has great potential to prevent and reduce behaviors related to eating disorders among young people. However, it is still necessary to increase the number of programs, test new approaches, and improve existing practices. Relying on consistent, evidence-based educational actions can strengthen efforts to combat eating disorders in Brazilian educational institutions, ensuring a more positive and lasting effect on students' health.

Keywords: adolescents; school environment; nutritional education; eating disorders.

1 INTRODUÇÃO

Os sintomas do transtorno alimentar podem ser encontrados na infância, adolescências e na fase adulta. No primeiro grupo, inicia-se por volta dos 6 anos de idade e é caracterizado pela forma como a criança se relaciona com a comida, não se preocupando com sua imagem ou peso. Já no segundo grupo, os critérios para diagnósticos estão mais claros, sendo assim, passível de identificação da anorexia nervosa, bulimia nervosa e transtorno da compulsão alimentar. Também pode ser encontrado o transtorno PICA, onde o indivíduo faz a ingestão de substâncias não apropriadas, como terra, barro, cabelo, alimentos crus, cinzas de cigarro e fezes de animais, e o Transtorno de Ruminação, onde há a regurgitação da comida, mesmo após ser engolida, sendo uma ação precursora de uma possível desnutrição (Appolinário & Claudino, 2000).

Na fase escolar, de acordo com pesquisa Salomão, *et al.* (2022), ao aplicar os questionários Escala de Compulsão Alimentar Periódica (ECAP), *Bulimic Investigatory Test Edinburgh* (BITE) e Teste de Atitudes Alimentares (EAT), em 25 adolescentes com idade entre 12 e 18 anos, de ambos sexos, alunos da rede pública e privada de ensino no interior de Minas Gerais, identificou-se que 72 % dos alunos não apresentavam sintomas de transtornos alimentares, porém, 28 % dos meninos e 16 % das meninas, apresentaram risco de transtornos alimentares. Tais achados foram reforçados por Tacca, *et al.* (2023), onde a prevalência de transtorno alimentar em estudantes do sexo feminino foi de 17,5%.

A mídia se apresenta como uma grande influência ao potencializar os fatores relacionados à insatisfação corporal. Identifica-se o enaltecimento do padrão de beleza magro gerando diminuição na autoestima e aumento da comparação,

especialmente entre jovens do sexo feminino (Lopes, *et al.* 2022), fazendo com que recorram a métodos de emagrecimento prejudiciais à saúde.

O papel do nutricionista junto à equipe multidisciplinar no tratamento dos transtornos alimentares, se culmina na avaliação do estado nutricional, identificação de comportamentos alimentares disfuncionais e no planejamento de intervenções nutricionais específicas. Ressalta-se a relevância dos profissionais especializados para a correta identificação de atitudes alimentares inadequadas, o que permite um aconselhamento mais efetivo e individualizado, contribuindo para a melhora clínica e a manutenção de mudanças sustentáveis nos pacientes com transtornos alimentares (Moraes, *et al.* 2019).

Nesse contexto de considerações, esta investigação tem como objetivo geral analisar estratégias de educação nutricional no ambiente escolar sobre Transtornos Alimentares para adolescentes no Brasil. Os objetivos específicos propostos foram: 1) Conhecer a epidemiologia e características que envolvem os transtornos alimentares em adolescentes; 2) Investigar de que forma a educação nutricional tem sido utilizada em escolas básicas como estratégia de promoção da saúde e prevenção de transtornos alimentares entre adolescentes.

2 DESENVOLVIMENTO

2.1 Transtornos alimentares

Os Transtornos Alimentares (TA's) possuem etiologia multifatorial, sendo determinados por uma variedade de fatores biológicos, genéticos, psicológicos, socioculturais e familiares. Dentre os mais prevalentes, destacam-se a Anorexia Nervosa (AN), Bulimia Nervosa (BN) e o Transtorno da Compulsão Alimentar (TCA), identificados como distúrbios psicopatológicos caracterizados por hábitos alimentares inadequados (Fernande, 2021).

De acordo com Fernandes (2021), os transtornos alimentares são quadros psicopatológicos que podem afetar adolescentes e adultos, com maior prevalência em mulheres, podendo levar à morbidade e mortalidade. A anorexia nervosa é um transtorno alimentar que afeta a percepção da imagem corporal, levando o indivíduo a buscar a magreza excessiva. As pessoas que sofrem de anorexia nervosa costumam ter uma dieta restritiva e de jejum prolongado, e uso de medicação

laxante. A bulimia nervosa é um transtorno alimentar caracterizado por relação disfuncional com a alimentação e com a imagem corporal, trazendo episódios de consumo excessivo de alimentos são recorrentes e seguidos de comportamentos compensatórios inadequados. Para um diagnóstico criterioso, são seguidas as diretrizes da Associação de Psiquiatria Americana (APA) e da Organização Mundial de Saúde (OMS).

2.2 Influências no desenvolvimento dos transtornos alimentares

A prevalência de transtornos alimentares, em especial a anorexia e bulimia aumentaram globalmente. Neste sentido, para o desenvolvimento desses transtornos, os fatores de risco podem incluir prática em alta performance esportiva, idade avançada, sexo feminino e o uso de álcool. Os sintomas iniciais aparecem por comportamentos que prejudicam o funcionamento saudável do indivíduo, como vômito purgativos. Esses comportamentos levam ao isolamento e podem interferir na qualidade de vida do indivíduo (Vale, *et al.* 2024).

Com o estudo de Fortes, *et al.* (2016), outros fatores de risco para desenvolvimento de transtornos alimentares, incluem pressão social, baixa autoestima, alterações de humor, depressão, insatisfação corporal, influência social ou digital, comportamento alimentar inadequado e Alterações no corpo provocadas por elementos externos (como poluição ou estresse) que desorganizam células e tecidos, resultando em doenças. Segundo Rocha, *et al.* (2022), com resultados da pesquisa e revisão de literatura e os contextos históricos, relatam que a rede digital e mídia influencia diretamente na forma em que o indivíduo lida com a imagem corporal.

Nota-se que a cultura da magreza e a pressão social em relação ao corpo ideal magro são mais influenciáveis em público feminino (Gois & Faria, 2021). A insatisfação corporal e a internalização do ideal de magreza, resultam em comportamentos de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares (Forte, *et al.* 2015). A ansiedade pode aumentar a preocupação excessiva com a imagem corporal, especialmente o medo de engordar. Esse sentimento pode levar a uma restrição alimentar, compulsão, purgação e outros comportamentos de risco associados a transtornos alimentares.

Além disso , o próprio transtorno alimentar pode gerar ansiedade ao se preocupar excessivamente com alimentação, ao isolar-se na vida social, e por fim, gerar consequências físicas (Cândido, *et al.* 2023). Ademais, Araújo, *et al.* (2025) mostram que existe relação entre obesidade, ansiedade, depressão e transtornos alimentares.

2.3 Anorexia nervosa

A anorexia nervosa ocorre quando o indivíduo apresenta medo intenso de ganhar peso ou de ficar obeso, comportamentos persistentes para evitar o ganho de peso, perturbações específicas em relação à percepção e à vivência do seu próprio peso e forma corporal (DSM-5, 2023). Pode ser diagnosticada por três subtipos: anorexia nervosa restritiva; caracterizada pela restrição severa de ingestão de alimentos, anorexia nervosa purgativa; caracterizado quando há comportamentos purgativos (Alvarenga, *et al.* 2020, p.1); e por fim, a anorexia nervosa atípica, identificada quando não há o indicativo de baixo peso e/ou estado de desnutrição.

De acordo Appolinário, *et al.* (2022, p.11), o principal diagnóstico de anorexia nervosa que é caracterizado pela privação restrita de ingestão alimentar que leva o paciente a perder peso geralmente abaixo do esperado para idade e a altura, medo excessivo de ganhar peso e uma preocupação exagerada pela autoimagem. Segundo Souza, *et al.* (2014), Protocolos para o tratamento de anorexia nervosa para o paciente com essa doença é anamnese alimentar, a educação nutricional, o uso de instrumentos como os guias alimentares, a roda dos alimentos focado em todo grupo alimenta e o registro alimentar para o contínuo controle da evolução dietética.

2.4 Bulimia Nervosa

A bulimia nervosa ocorre quando o paciente apresenta episódios recorrentes de compulsão alimentar, seguido de comportamentos compensatórios (p. ex., vômitos autoinduzidos, exercício exagerado e uso de medicamentos para perda de peso) e preocupam-se excessivamente com a forma e o peso corporal (DSM-5, 2023). Neste sentido, de acordo Appolinário, *et al.* (2022, p.19), o principal diagnóstico de bulimia nervosa é caracterizado por episódios recorrentes de compulsão alimentar,

comportamento compensatório inadequado e recorrentes, preocupação excessiva com peso e autoimagem.

Analogamente, um estudo realizado por Fortes, *et al.* (2016), aplicou Teste de Atitudes Alimentares de 26 itens (EAT-26) em 322 adolescentes com idade de 10 e 19 anos, de ambos os sexos, na cidade de Juiz de Fora, Minas Gerais, os resultados desta pesquisa indicaram que os jovens com sobrepeso ou obesidade apresentam escores maiores em sintomas de bulimia, quando comparado com o grupo de peso normal ou abaixo do peso.

2.5 Transtorno de Compulsão Alimentar

O transtorno de compulsão alimentar é caracterizado quando o paciente consome uma quantidade exagerada de alimento que uma pessoa normalmente não consumiria nas mesmas circunstâncias (DSM-5, 2023). De acordo Appolinário, *et al.* (2022, p.21), o principal diagnóstico de transtorno de compulsão alimentar é caracterizado por episódios recorrentes de compulsão alimentar, indicadores de comportamentos de perda de controle, sofrimento / angústia e ausência de mecanismos compensatórios.

O TCA (transtorno de compulsão alimentar) tem aumentado de forma significativa e o seu desenvolvimento está associado a fatores biológicos, psicológicos e socioculturais (BANDEIRA, *et al.* 2016), porém não foi elucidado se esse aumento corresponde ao número de casos ou de diagnóstico precoce. De acordo com pesquisa Serra, *et al.* (2018), aplicou Questionário sobre Padrões de Alimentação e Peso – Revisado (QEWPR) e Transtorno da Compulsão Alimentar Periódica (TCAP) em 139 adolescentes com idade de 12 e 17 anos, de ambos sexos, no colégio particular em São Luís - MA . Resultados desta pesquisa apontaram que 1, 4% da amostra apresentou TCAP e 41% apresentaram desenvolvimento de episódios de compulsão alimentar nos últimos seis meses.

2.7 Transtornos alimentares em adolescentes (12 até 18 anos)

Os transtornos alimentares apresentam significativa prevalência entre adolescentes de 12 a 18 anos. Durante essa etapa da vida, vários aspectos podem favorecer o surgimento desses problemas, incluindo o *bullying* por causa da

aparência física, a insistente busca por ideais de beleza irreais divulgados nas redes sociais e influências familiares e de amizades. Na adolescência passam por muitas mudanças físicas, emocionais e hormonais, além da vivência no contexto midiático, nas relações inter-intrapessoais, e na configuração familiar. Resulta-se, portanto, em uma fase com necessidade de atenção e cuidado, principalmente em relação aos transtornos alimentares, e especialmente com adolescentes do sexo feminino (Lima, 2012). Segundo Gome, *et al.* (2023), os fatores que possuem maior influência no caso de TA's no adolescentes incluem sociedade, amigos e familiares que está na convivência social do jovem, utilização de rede social que está ligando no contexto vida social do jovem e a dinâmica familiar, onde pode haver falha na comunicação e orientação da família para público adolescentes.

Na fase da adolescência é comum que os indivíduos pratiquem atos de violência física e verbal, com outros adolescentes, no ambiente escolar. E estas vivências podem ser relacionadas com futuro diagnóstico de transtorno alimentar. Oliveira, *et al.* (2023) observa-se que em adolescentes vítimas do *bullying*, na faixa etária de 10 a 18 anos apresentaram associação com risco de transtorno alimentar, entretanto, não foi identificado diferença de gênero, tendo maior prevalência de comportamentos de risco para transtornos alimentares em meninos. Além disso, é reforçado pelos autores que os agressores também podem desenvolver transtornos alimentares.

A mídia influencia muito os adolescentes na busca por um corpo perfeito (Bittar & Soares, 2020; Lopes, *et al.* 2022). Segundo Marques, *et al.* (2021), o adolescente ao usar mídia social pode afetar de forma negativa sua autoimagem, e assim iniciar a busca por um corpo perfeito, levando à adoção de práticas alimentares inadequadas

Os estudos destacam a influência da amizade em pacientes com transtornos alimentares, tanto de forma protetora quanto como fator de risco para sintomas de transtornos alimentares. Portanto, existe a necessidade da intervenção terapêutica considerando contexto de vida social, promovendo uma rede de amizades saudável e fortalecendo o convívio de uma forma mais positiva entre o paciente com TA's (Santos, *et al.* 2023).

2.8 Prevenção / acompanhamento para transtornos alimentares

Em conformidade Silva e Alves (2018), na opinião do entrevistador profissional da saúde, o tratamento ideal para paciente com transtornos alimentares como anorexia nervosa, bulimia nervosa incluem a uma equipe multiprofissional, diagnóstico precoce e aceitação, e a presença da família no tratamento. As estratégias mais utilizadas são derivadas da TCC (Terapia Cognitivo-Comportamental), visando um tratamento com abordagem eficaz, buscando a melhora da imagem corporal, identificação das questões de crenças disfuncionais de peso e com o alimento (Miranda, *et al.* 2023)

Segundo Rosa, *et al.* (2024), a EAN (Educação Alimentar Nutricional) há uma grande relevância no tratamento de transtornos alimentares, promovendo autoestima e autocuidado. Portanto, o nutricionista e a intervenção no ambiente escolar, possuem uma grande relevância na fundamentação em ajudar o jovem a construir uma consciência crítica sobre alimentação e imagem corporal.

De acordo com Berry, *et al.* (2025) é importante ter uma estratégia de prevenção no ambiente escolar para que os adolescentes, que podem contribuir na promoção da educação nutricional, para que os alunos desenvolvam uma relação positiva com a alimentação e a imagem corporal. Os autores reforçam que a necessidade de desenvolver programas e intervenções contínuas é mais eficaz, de modo a garantir efeitos de longo prazo.

3 METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão bibliográfica com o objetivo de identificar as estratégias de educação em saúde e educação alimentar e nutricional sobre transtornos alimentares para adolescentes do ensino fundamental e médio, na faixa de idade de 12 a 18 anos. Para garantir a abrangência e relevância dos artigos selecionados, foram consultadas diversas bases de dados, incluindo PubMed, Scielo e Google Scholar. Os artigos selecionados foram avaliados quanto à sua relevância, qualidade metodológica e contribuição para o tema em questão. Foram incluídos estudos que abordaram estratégias de educação em saúde no ambiente escolar brasileiro.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram encontrados na base de dados nos totais de 16 artigos, os quais o maior número de artigos encontrados foi de 13 no Google acadêmico, seguido por 3 artigos PubMed, 1 artigo da SciELO e não foram encontrados nenhum artigo no banco de dados LILACS. Após leitura de título e resumo, foram retirados os artigos repetidos e estudos que não citavam transtornos alimentares, não citavam ambiente escolar, e nem apresentavam estratégias nutricionais, não eram voltados para público de adolescentes, e cuja temática não abordava a proposta da pergunta. Resultou-se na amostra de 9 artigos (tabela 1).

Tabela 1: Resultados da busca de artigos nas diferentes bases de dados.

Banco de dados	Artigos encontrados	Artigos selecionados	Amostra final
Google acadêmico	12	6	9
SciELO	1	1	
Pubmed	3	2	

Fonte: Autoria própria

Foram descritos na Tabela 2 os artigos selecionados, dos quais foram utilizados como descritores de busca: “Transtornos alimentares”, “educação nutricional”, “intervenções”, “adolescentes”, “mídia audiovisuais”, “autoimagem”, “educação em saúde”, “estratégias educativas”, “programas”, “ensino médio”, “ensino fundamental”, “promoção de saúde”, “ambiente escolar”, “mídia social”, “imagem corporal”

Tabela 2: resultados encontrados no artigos selecionados.

Autor/ Ano	Escola)	Estratégias/Intervenção	Resultados
Dunker <i>et al</i> , 2018	Escola pública	O programa inclui o material Manual da Alunas, Manual das dinâmicas, Manual do profissional da Saúde, Roteiro de entrevista, folheto educativo para os pais, Questionário de avaliação do programa, Questionário de avaliação das percepções sobre atitudes e comportamentos	Não houve mudanças significativas em relação à satisfação corporal, autoestima, peso e métodos de controle de peso, porém, apresentou desafios não sobre conteúdo em si, mas

		relacionados com a alimentação, atividade física e imagem corporal.	pela questão devido ao local das questões relacionadas com a escola e o perfil do participante. Entretanto, houve espaço de compartilhamento das refeições.
Amaral <i>et al</i> , 2019	Escola pública	Foram desenvolvidos programas de intervenções que utilizavam um manual guia. Em seguida, alunos participavam de uma avaliação antes e depois do programa, depois o participante preenchia os questionário. Entretanto, terminava ação com um vídeo explicativo e educacional sobre porque desenvolvimento da atividade do assunto abordado	O programa trouxe uma redução de transtorno alimentar e insatisfação corporal em adolescentes do sexo feminino é foi eficaz em outros países e no Brasil.
Leme <i>et al</i> , 2019	Escola pública	Foram realizados a intervenção do projeto H3G - Brasil que se baseou em teoria social cognitivas. Em seguida, realizou-se avaliação física da aluna, com isso mandou preencher Questionário de Atividade Física de Lazer de Godin-Shephard, Questionário New Moves e Questionário de Frequência Alimentar Brasileiro baseado na Pirâmide Alimentar (QFA-PA).	O H3G - no Brasil, foi negativo tendo um efeito adverso para a prevenção de obesidade e o controle de peso tendo um comportamento não saudável. Porém o trabalho apresentou efeitos mais focados para prevenção de obesidade.
Silva <i>et al</i> , 2020	Escola pública	Foram realizadas quatro ações educativas contemplando dinâmicas sobre autoimagem corporal e implicações para ocorrências de transtornos alimentares. Primeira dinâmica: quebra gelo com assunto “corredor do cuidado”. Segunda dinâmica: “colagem de depoimentos” (objetivo: analisar se o aluno tinha um conhecimento sobre o tema que estava sendo comentado), e após palestra dialogada sobre o	Os alunos foram bem receptivos e momento de afeto e cuidado uns com os outros durante ação educativa. Entretanto, foram observados algumas dificuldades quando foram desenvolvidos a atividades educativas em relação a necessidade dos alunos e o tempo

		<p>conteúdo abordado e recursos visuais. Terceira dinâmica: “exposição de diálogo “. Quarta dinâmica: “dúvidas debaixo da carteira”, visando a recordar do conteúdo que estava sendo realizado e oferecendo um momento de feedback.</p>	<p>proposto pela atividade, deixando o assunto sem aprofundar muito, em alguns momentos de debates foram observados a necessidade de ser abordado mais o tema de forma mais com inovação tecnológica e ação voltada à necessidade dos adolescentes. Portanto, a experiência foi cheia de momentos de aprendizagem não somente para público adolescentes mas também para organizando.</p>
Dultra <i>et al</i> , 2022	Escola pública	<p>Foram realizadas 3 atividades de ação educativa, só que foi dividida em duas etapas. na primeira etapas foi roda de conversa sobre transtornos alimentares e obesidade para identificar o conhecimento dos alunos, assim os participantes tiraram a sua dúvida em relação à temática sendo abordado, depois houve um debates dentro da roda de conversa sobre a respeito do comportamento de risco para desenvolvimento de transtornos alimentares, hábitos saudáveis e a prática de atividades físicas. Em seguida, na segunda etapa, foram elaboradas palestras e apresentações. Em primeiro momento, foram mostrando documentário que se chamava “gaiola vazia” que comentava sobre transtornos alimentares, com conteúdo sobre a influência da</p>	<p>Ação educativas teve um efeito positivo trouxe promoção e cuidado sobre transtornos alimentares</p>

		mídia social no padrão de beleza em relação a distorção sobre autoimagem. Após terminar a exposição, foi desenvolvido a palestra, em formato de “bate - papo “.	
Santos <i>et al</i> , 2022	Escola pública	No primeiro encontro foram utilizadas a plataforma Google meet sobre tema anorexia nervosa, bulimia e obesidade. Começou a ser feita apresentação do projeto para o aluno. Após a demonstração, foram realizadas duas dinâmicas, na primeira etapa foi mais para conhecer e saber nome, comida e esporte favorito de cada alunos. Após isso iniciaram apresentação com slide do tema.	A ação educativa teve efeito positivo na questão tanto de saber o assunto abordado de aprendizagem do adolescentes e a Criação de um vínculo, com espaço de discussão aberta e diálogo.
Silva <i>et al</i> , 2023	Escola pública ou privada	Foram criados ações educativas de cinco vídeos de 60 segundos e desenvolvimento do aplicativo videoscribe, com material ilustrador, incluindo animação, narração e música de fundo. Também foi realizados 5 tópicos sobre o que são transtornos alimentares, adolescência, os principais tipos de TA's, compulsão alimentar e vigorexia e o tratamento.	O efeito foi positivo como desenvolvimento dos 5 Vídeos de educação nutricional falando sobre a imagem corporal e transtorno alimentar. O vídeo produzido precisa de uma validação reprovação dá eficácia para o público adolescente.
Garce <i>el at</i> , 2024	Escola pública	Foram realizados 3 encontros de atividades e dinâmicas educativas sobre respeito dos transtornos alimentares em adolescentes, perpetuando conhecimento acerca de hábitos de riscos que podem gerar um transtorno e consequentemente afetar na mudança de hábitos saudáveis, fazendo assim a ligação entre aspectos psicossociais, econômicos e culturais. No primeiro encontro foi feito uma apresentação dos alunos e sobre os alimentos	A ação educativa teve efeito positivo em questão tanto de saber o assunto abordado na organização e confortos dos adolescentes quanto em expressar a sua história e vivência.

		<p>que os alunos mais gostam de comer, no segundo momento aplicou questionário de quatro perguntas. Nos mostrar para os alunos tudo começa da forma que vemos, sobre grande importância a nossa identidade e o cuidado adequado com si próprio. Por fim, foi dividido a turma em 3 grupos com a sigla X, A,B, com objetivo da atividade era um desafio de montar uma pirâmide alimentar onde para trabalhar em equipes e saber ser realmente adquirido o conhecimento estava sendo comentado. Segundo encontro realizou uma roda de conversa onde foi abordado torno dos transtornos de Anorexia nervosa, Bulimia nervosa e Transtorno Compulsivo Alimentar Periódico e relato de experiência do aluno referentes a TAS, caso clínico de ensinar na prática. Terceiro encontro foram realizados uma atividade de pergunta de balão, encenações dos distúrbios alimentares, aplicou questionário, realização de quiz. por fim uma caixa secreta, onde foram colocados a resposta do quiz do profissional de saúde.</p>	
Souza e Melo, 2025	Escola pública	<p>No primeiro momento foram utilizados questionário para alunos responder sobre aspectos biopsicossociais de interesse (uso de mídia social, autoestima, sintomas depressivos, internalização ideal muscular, internalização ideal de mídia social, comparação de aparência ascendente, insatisfação corporal, restrição alimentar, comportamentos de construção muscular e IMC). Em seguidas durante o segundo momento foi</p>	<p>A intervenção teve um efeito positivo, com a diminuição da insatisfação com a imagem corporal nas meninas.</p>

		devolvido uma palestra o tema abordado era sobre “Meu corpo, minha imagem e suas possibilidades” a onde que o alunos debate em relação com temas da exposição que era sobre a forma corporal nas mídias sociais. Entretanto, no terceiro momento foi abordado uma entrevista fenomenológica, onde o adolescente foi convidado a relatar sobre sua vivência sobre o tema abordado. Assim, a entrevista foi aberta e aprofundada com a seguinte pergunta: como você sente a influência da rede social sobre o desenvolvimento de sua imagem corporal.	
--	--	---	--

Fonte: Autoria própria

Nosso estudo aponta que os programas de intervenção e prevenção para transtornos alimentares em adolescentes nas escolas são escassos. Esse resultado reforça a necessidade de estratégias educativas para transtornos alimentares no ambiente escolar com ações eficazes e prevenção duradouras.

Silva, *et al.* (2023), em seu estudo utilizaram vídeos de ações educativas abordando os principais TA's que afetam os adolescentes, essa ação teve um feedback positivo, e os autores ressaltam que a ação educativa deve ser específica para o público e uma linguagem adequada para os adolescentes. Silva, *et al.* (2020) realizaram ações educativas testando o conhecimento sobre transtorno alimentar com os alunos, com objetivo de promover reflexão sobre a sua imagem e com tema, porém, encontraram dificuldade com o tempo.

No estudo de Dunker, *et al.* (2018), o programa inclui materiais que servem de apoio tanto para os profissionais com dinâmicas, tanto para as alunas com manual, porém, o programa não apresentou um feedback positivo em relação às mudanças significativas na insatisfação corporal. Já Santos, *et al.* (2022), fizeram uma ação educativa com os alunos realizando uma dinâmica no primeiro tempo, após isso trouxeram o tema de anorexia nervosa, bulimia nervosa e transtornos alimentares com apresentação de *slides*.

Os autores Dultra, *et al.* (2022) realizaram ações educativas em etapas, sendo a primeira como bate-papo sobre transtorno alimentar e obesidade, envolvendo hábitos saudáveis e atividade física, enquanto na segunda etapa, foi apresentado um documento “gaiola vazia” que falava da influência das redes sociais na comparação do corpo perfeito, trazendo reflexões sobre o que é obesidade e transtorno alimentar e incentivando hábitos saudáveis.

Ações educativas utilizando palestras para os adolescentes, também foram utilizadas por Pereira, *et al.* (2021), que realizou uma palestra e perguntas de quiz com público alvo de 13 a 16 anos de idade no ambiente escolar. Portanto, a ação educativa teve efeito positivo no aumento de conhecimentos para os adolescentes. De forma semelhante, Gonçalves, *et al.* (2016), com ação educativa, palestras, oficinas de teatro, dinâmicas de autoimagem, panfletos informativos e ações pedagógicas, comunicaram com adolescentes sobre nutrição, esportes e qualidade de vida.

Outra intervenção identificada no presente estudo (Silva, *et al.* 2023), envolvendo a ação educativa por vídeo, apresentou resultados positivos no desenvolvimento. De forma semelhante com autor Sovierzoski e Morais (2017), observou-se que o uso do vídeo educativo teve o efeito positivo ao público alvo de 12 a 14 anos no ambiente escolar, que se mostrou um recurso didático eficiente para transmitir informações e formar telespectadores críticos.

Em relação ao uso de questionários (Dunker, *et al.* 2018; Leme, *et al.* 2019; Silva, *et al.* 2020; Souza & Melo, 2025), os autores Moureira, *et al.* (2017), realizou ações educativas e de dois questionários foram realizados com uma turma do 8º do ensino fundamental, reforçando a importância desses instrumentos para averiguar aceitação da estratégia, relevância, intenção de mudanças e fornecer rastreios.

A ação educativa no formato de roda de conversa (Dultra, *et al.* 2022), também foi encontrada no estudo dos autores Nascimento, *et al.* (2024), com o primeiro ano do ensino médio, com idades entre 15 e 18 anos, do qual criou um ambiente acolhedor e livre de julgamentos, onde os adolescentes se sentiram confortáveis para expressar seus sentimentos e emoção.

Em relação à duração ideal dos programas, os resultados indicam que intervenções dos autores Amaral, *et al.* (2019) teve duração de quatro sessões

semanais de 1 hora cada, seguido o autor Leme, *et al.* (2019) que teve duração de 6 meses. O terceiro autor Dunker, *et al.* (2018), teve duração total de 18 semanas: 9 semanas (17 sessões) na fase de intervenção e mais 9 semanas (9 sessões) na fase de manutenção, após intervalo de férias escolares.

Podemos, portanto, observar que as ações educativas apresentaram bons resultados no ambiente escolar, sendo a escolha da estratégia que será desenvolvida de extrema importância para alcançar a promoção de saúde em adolescentes, além de trazer vários benefícios de conhecimentos, trabalhos em equipe, mudanças, reflexões.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa teve como pergunta central identificar as estratégias de educação nutricional sobre transtornos alimentares voltadas a adolescentes no ambiente escolar. Foi possível detectar que estratégias de ação educativa sobre transtornos alimentares na escola são escassas, porém necessárias. Identificando com os resultados, que o ambiente escolar é um local estratégico para realizar ações de educação nutricional e alimentar, contribuindo para reflexão crítica dos adolescentes sobre autoimagem corporal, alimentação saudável e saúde mental.

Neste contexto, pode-se concluir que a educação tem um grande potencial para prevenir e diminuir comportamentos relacionados a transtornos alimentares em jovens. No entanto, ainda é necessário aumentar a quantidade de programas, experimentar novas abordagens e aprimorar as práticas já existentes. Apoiar-se em ações educativas consistentes e fundamentadas em evidências pode reforçar o combate aos transtornos alimentares nas instituições de ensino do Brasil, assegurando um efeito mais positivo e duradouro na saúde dos alunos.

6 REFERÊNCIAS

ALVARENGA, Marle dos Santos; DUNKER, Karin Louise Lenz; PHILIPPI, Sônia Tucunduva (orgs.). **Nutrição e transtornos alimentares: avaliação e tratamento**. Barueri, SP: Manole, 2011. E-book. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788520442647>. Acesso em: 25 nov. 2025.

ALVARENGA, Marle dos Santos; DUNKER, Karin Louise Lenz; PHILIPPI, Sônia Tucunduva (orgs.). **Transtornos alimentares e nutrição: da prevenção ao tratamento**. 1. ed. Barueri (SP): Manole, 2020. E-book. ISBN 978-6555761962. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9786555761962>. Acesso em: 25 nov. 2025.

AMARAL, Ana Carolina Soares; STICE, Eric; FERREIRA, Maria Elisa Caputo. **A controlled trial of a dissonance-based eating disorders prevention program with Brazilian girls. Psicologia: Reflexão e Crítica**, [S. l.], v. 32, art. 13, 2019. DOI: 10.1186/s41155-019-0126-3. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1186/s41155-019-0126-3>. Acesso em: 25 nov. 2025.

APPOLINÁRIO, J. C.; CLAUDINO, A. M. **Transtornos alimentares**. Brazilian Journal of Psychiatry, v. 22, p. 28-31, 2000. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1516-44462000000600008>. Acesso em: 11 out. 2025.

APPOLINARIO, J. C.; NUNES, M. A.; CORDÁS, T. A. (orgs.). **Transtornos alimentares: diagnóstico e manejo**. Porto Alegre: Artmed, 2022. E-book. ISBN 978-6558820321. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9786558820321>. Acesso em: 25 nov. 2025.

ARAÚJO, R. M., Xavier, G. V. D. T., & da Costa Maynard, D. (2025). Obesidade e transtornos alimentares: uma análise da relação com a depressão e ansiedade. **Revista Eletrônica Multidisciplinar de Investigação Científica**, Brasil, v. 4, n. 20. DOI: 10.56166/remici.v4n20171725. Disponível em: <https://www.remici.com.br/index.php/revista/article/view/565>. Acesso em: 16 nov. 2025.

BERRY, S. L.; BURTON, A. L.; ROGERS, K.; LEE, C. M.; BERLE, D. M. **A systematic review and meta-analysis of eating disorder preventative interventions in schools**. European Eating Disorders Review, v. 33, n. 2, p. 390–410, 2025. DOI: 10.1002/erv.3149. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1002/erv.3149>. Acesso em: 20 nov. 2025.

CANDIDO, A. J. D. P. S., Brum, H. C. C., dos Santos Tobias, K. M., & de Sousa Rosa, L. (2023). **A influência da ansiedade nos transtornos alimentares**. Research, Society and Development, v. 12, n. 10, p. e108121043497. DOI:

10.33448/rsd-v12i10.43497. Disponível em:
<https://rsdjournal.org/rsd/article/view/43497>. Acesso em: 16 nov. 2025.

COSTA, L. S. Avaliação da qualidade de vida na obesidade. **RBONE – Revista Brasileira de Obesidade**, Nutrição e Emagrecimento, São Paulo, v. ? , n. ? , p. ? , 2008. Disponível em: <https://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/84/82>. Acesso em: 22 nov. 2025.

DSM-5 (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION). **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais. 5. ed. Tradução: Maria Inês Corrêa Nascimento et al.** Porto Alegre: Artmed, 2023. Disponível em:[https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9786558820949/epubcfi/6/2\[%3Bvnd.vst.idref%3DCapa.xhtml\]!/4/4/2%4050:90](https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9786558820949/epubcfi/6/2[%3Bvnd.vst.idref%3DCapa.xhtml]!/4/4/2%4050:90). Acesso em: 15 de novembro de 2025

DULTRA, N. C., Mendonça, A. P. S., Passos, M. V., Dantas, M. E. C., & Goes, A. C. (2022). **Obesidade e transtornos alimentares- Conhecer para prevenir: relato de experiência**. Research, Society and Development, v. 11, n.13, e328111335561, 2022(CC BY 4.0) | ISSN 2525-3409. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i1.35561>. Disponível em: <https://rsdjournal.org/rsd/article/view/35561/29755>. Acesso em: 8 de nov 2025

DUNKER, K. L. L., Alvarenga, M. D. S., & Claudino, A. M. (2018). **Prevenção de transtornos alimentares e obesidade: relato de experiência da implementação do programa New Moves**. Saúde em Debate, 42, 331-342. DOI: <https://doi.org/10.1590/0103-1104201811627>Disponível em : <https://www.scielo.org/article/sdeb/2018.v42n116/331-342/pt/>. Acesso em: 8 de nov 2025

FERNANDES, Gerson C (2021). Transtornos alimentares: tratamento através da nutrição. 2021. 34 f. **Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição) – Faculdade Anhanguera de Brasília**, Brasília-DF, 2021. Disponível em: https://repositorio.pgsscogna.com.br/bitstream/123456789/61865/1/GERSON_COSTA_FERNANDES.pdf. Acesso em: 22 de out.2025

FORTES, L. de S.; FERREIRA, M. E. C.; AMARAL, A. C. S. Comportamento alimentar em adolescentes de Juiz de Fora. **Psicologia em Revista**, Belo Horizonte, v. 22, n. 1, p. 23-37, jan./abr. 2016.

DOI:<https://doi.org/DOI-10.5752/P.1678-9523.2016V22N1P1>. Disponível em:https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-11682016000100002. Acesso em: 26 out. 2025.

FORTES, L. D. S., Meireles, J. F. F., Neves, C. M., Almeida, S. S., & Ferreira, M. E. C. (2015). Autoestima, insatisfação corporal e internalização do ideal de magreza influenciam os comportamentos de risco para transtornos alimentares?. **Revista de Nutrição**, 28, 253-264. Disponível em:<https://www.scielo.br/j/rn/a/nhtnptkxTq4kGQtCXZTyCFp/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 18 de out 2025

GARCES, K. G. V., Serra, R. B., Silveira, W. J. A., Garcia, M. R. S., Coutinho, N. P. S., Barbosa, M. do C. L., Pereira, N. M. M., & Santos, M. S. B. dos. (2024). **Educação em saúde sobre os distúrbios alimentares em adolescentes na comunidade escolar: relato de experiência.** Cuadernos de Educación y Desarrollo - QUALIS A4, [S. I.], v. 16, n. 6, p. e4345, 2024. DOI: 10.55905/cuadv16n6-006. Disponível em: <https://ojs.cuadernoseducacion.com/ojs/index.php/ced/article/view/4345>. Acesso em: 7 nov. 2025.

GOIS, Í., & de Faria, A. L. (2021). A cultura da magreza como fator social na etiologia de transtornos alimentares em mulheres: uma revisão narrativa da literatura. **Revista Ibero-Americana de Humanidades**, Ciências e Educação, [S. I.], v. 7, n. 1, p. 18. DOI: doi.org/10.29327/217514.7.1-12. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/440>. Acesso em: 17 nov. 2025.

GONÇALVES, L. F. F.; FARIA, D. S. A.; BATISTA, E. S.; FERREIRA, S. R.; ASSIS, S. M. de. Promoção de saúde com adolescentes em ambiente escolar: relato de experiência. **SANARE – Revista de Políticas Públicas**, Sobral, v. 15, n. 2, p. –, 2017. Disponível em: <https://sanare.emnuvens.com.br/sanare/article/view/1051>. Acesso em: 22 nov. 2025.

LEME, Ana Carolina Barco; PHILIPPI, Sônia Tucunduva; THOMPSON, Debbie; NICKLAS, Theresa; BARANOWSKI, Tom. **“Healthy Habits, Healthy Girls — Brazil”: an obesity prevention program with added focus on eating disorders.** Eating and Weight Disorders – Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity, [S.I.], v. 24, n. 1, p. 107-119, 2019. DOI: 10.1007/s40519-018-0510-5. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s40519-018-0510-5>. Acesso em: 25 nov. 2025.

LEME, Ana Carolina Barco; PHILIPPI, Sônia Tucunduva; TOASSA, Erika Christiane. **O que os adolescentes preferem: os alimentos da escola ou os alimentos competitivos?** Saúde & Sociedade, São Paulo, v. 22, n. 2, p. 463-474, jun. 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sausoc/a/W8p3dTHGrf48mvKdTX9NJfQ/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 25 nov. 2025.

LE MOS, R. L. F., dos Santos, N. M., Mendes, M. L. M., Fernandes, F. E. C., & de Omena, C. M. B. (2025). Promoção de saúde mental no ambiente escolar: desafios e estratégias em duas realidades brasileiras. **Revista Semiárido De Visu**, 136-151. DOI: 10.31416/rsdv.v13i1.1332. Disponível em: <https://semiaridodevisu.ifsertaope.edu.br/index.php/rsdv/article/view/1332>. Acesso em: 17 nov. 2025.

LOPES, C. M., & Junior, O. M. R. (2022). **A influência da mídia no comportamento alimentar entre os adolescentes: Transtornos alimentares, anorexia nervosa e bulimia nervosa.** Research, Society and Development, [S. I.], v.

11, n. 13, p. e404111335648, 2022. DOI: 10.33448/rsd-v11i13.35648. Disponível em: <https://rsdjournal.org/rsd/article/view/35648>. Acesso em: 25 out 2025.

LOPES, Junior. **The influence of the media on the eating behavior of adolescents: Eating disorders anorexia nerviosa and bulimia nerviosa.** Research, Society and Development, [S. l.], v. 11, n. 13, p. e404111335648, 2022. DOI: 10.33448/rsd-v11i13.35648. Disponível em: <https://rsdjournal.org/rsd/article/view/35648>. Acesso em: 28 nov. 2025.

MARQUES, M. R., Sanches, M. D. P., & de Sales Ferreira, J. C. (2021). A influência da mídia social no desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes. RECIMA21 - **Revista Científica Multidisciplinar** - ISSN 2675-6218, [S. l.], v. 2, n. 5, p. e25358, 2021. DOI: 10.47820/recima21.v2i5.358. Disponível em: <https://recima21.com.br/recima21/article/view/358>. Acesso em: 17 nov. 2025.

MIRANDA, J. C., Cavalcante, D. B., dos Santos, G. F., de Paula, K. E., de Araújo, C. C., & Passos, X. S. (2023). Estratégias de Nutrição comportamental no manejo da anorexia nervosa e bulimia. RECIMA21 - **Revista Científica Multidisciplinar** - ISSN 2675-6218, [S. l.], v. 4, n. 10, p. e4104242. DOI: 10.47820/recima21.v4i10.4242. Disponível em: <https://recima21.com.br/recima21/article/view/4242>. Acesso em: 17 nov. 2025.

MORAES, C. E. F., de Almeida Maravalhas, R., & Mourilhe, C. (2019).. **O papel do nutricionista na avaliação e tratamento dos transtornos alimentares.** Debates em Psiquiatria, Rio de Janeiro, v. 9, n. 3, p. 24–30. DOI: 10.25118/2763-9037.2019.v9.51. Disponível em: <https://revistardp.org.br/revista/article/view/51>. Acesso em: 16 nov. 2025.

MOUREIRA, Luanne Pedroso; ALMEIDA, Lauriane Romero; MODEL, Bethina Pontes; MARETOLI, Ariane Barbo; CORRÊA, Ana Paula Gazzana; ALMEIDA, Lana Carneiro. **Educação alimentar e nutricional com adolescentes de uma escola pública do município de Itaqui-RS.** In: **Anais do 9º SALÃO INTERNACIONAL DE ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO – SIEPE, “Educação Alimentar e Nutricional com Adolescentes de uma escola do município de Itaqui – RS”, ITAQUI-RS, 2017.** Cód. 13121. Disponível em: https://guri.unipampa.edu.br/uploads/evt/arq_trabalhos/13121/seer_13121.pdf. Acesso em: 25 nov. 2025.

NASCIMENTO, Elisângela Café; ANDRADE, Maria das Dores Santos; OLIVEIRA, Sheila Regina; MENDES, Marianne Louise Marinho. **Ansiedade e depressão na adolescência: um olhar terapêutico para a melhoria na qualidade de vida.** Diálogos Sobre Educação: desafios teórico-metodológicos, v. 2, p. 61-68, 2024. DOI: <https://doi.org/10.37885/240616879>. Disponível em: <https://downloads.editoracientifica.com.br/articles/240616879.pdf>. Acesso em: 25 nov. 2025.

NUNES, L. G., Santos, M. C. S., & Souza, A. A. (2017). Fatores de risco associados ao desenvolvimento de bulimia e anorexia nervosa em estudantes universitários: uma revisão integrativa. **HU Revista**, Juiz de Fora, v. 43, n. 1, p. 61-69, jan./jun. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2017/09/859311/2629-16563-1-pb.pdf>. Acesso em: 30 de out 2025.

OLIVEIRA, A. D. S., Facin, V. L., Pinheiro, J. K. S., Souza, P. H. A. D., Furlan, M. C. R., & Santos Junior, A. G. D. (2022). Ação de extensão para empoderamento e promoção à saúde com adolescentes: relato de experiência. **Revista Eletrônica do Programa de Educação Tutorial-Três Lagoas/MS**. Doi: <https://doi.org/10.55028/repet-tl.v4i4.15824>. Disponível em: <https://repositorio.ufms.br/handle/123456789/8101>. Acesso em: 10 de nov 2025.

OLIVEIRA, Priscilla dos Reis; SILVA, Marta Angélica Iossi; OLIVEIRA, Wanderlei Abadio de; KOMATSU, André Vilela; BRUNHEROTTI, Marisa Afonso de Andrade; ROSÁRIO, Rafaela; SILVA, Jorge Luiz da. Associações entre bullying e risco de transtornos alimentares em adolescentes. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 76, n. 5, e20220643, 2023. DOI: 10.1590/0034-7167-2022-0643pt. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/6fWLnBkDFbJCzhGPbBQpXLn/?format=pdf&lang=pt>. Acesso: 26 de outubro

PAM H (2016). **Anorexia atípica: stress físico e psicológico graves são comuns - Mescape**. Disponível em: <https://portugues.medscape.com/verartigo/6500123?form=fpf>. Acesso em: 10 de nove 2025.

PEREIRA, T. S.; PEREIRA, R. C.; Angelis-Pereira, M. C. **Influência de intervenções educativas no conhecimento sobre alimentação e nutrição de adolescentes de uma escola pública**. Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 22, n. 2, p. 427-435, fev. 2017. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csc/2017.v22n2/427-435/>. Acesso em: 22 nov. 2025.

REIS, S. A. D. **Diagnóstico precoce de transtornos alimentares no ambiente escolar**. Porto Alegre, 2015. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/133087/000984014.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 20 out. 2025.

ROCHA, I. T. A., Fabri, S. T., & Moço, C. M. N. (2022). Teoria Cognitivo-Comportamental: Intervenções no Tratamento da Anorexia Nervosa. **revista Ibero-Americana de Humanidades**, Ciências e Educação, [S. l.], v. 8, n. 11, p. 684–693. DOI: 10.51891/rease.v8i11.7565. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/7565>. Acesso em: 17 nov. 2025

ROSA, G. C., Jamas-Pereira, E., & Souza, D. T (2024). Influência das mídias no comportamento alimentar de adolescentes: papel do nutricionista na educação

nutricional como forma de prevenção. **Revista Conexão Saúde FIB**, [S. l.], v. 7, 2024. DOI: 10.59237/conexsaudefib.v7i.790. Disponível em: <https://revistas.fibbauru.br/conexaosaude/article/view/790>. Acesso em: 5 nov. 2025.

SALOMÃO, J. O., de Paula Marinho, I., Leite, A. F. V., Acosta, R. J. D. L. T., Cabral, I. D., do Nascimento, P. L., ... & do Vale Almada, M. O. R. (2021). **Indícios de transtornos alimentares em adolescentes / Evidence of eating disorders in adolescents**. Brazilian Journal of Health Review, [S. l.], v. 4, n. 2, p. 5665–5678, 2021. DOI: 10.34119/bjhrv4n2-133. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/26528>. Acesso em: 17 nov. 2025.

SANTOS, R. R.; SILVA, A. J.; PEREIRA, M. F. **Prevalência de excesso de peso e fatores associados em adolescentes: estudo de base escolar**. Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 22, n. 2, p. 427-435, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csc/2017.v22n2/427-435/pt/>. Acesso em: 25 nov. 2025.

SANTOS, M. A. D., Marques, F. C., Pessa, R. P., Pillon, S. C., Peres, R. S., Oliveira, W. A. D., & Oliveira-Cardoso, É. A. D. (2023). **Relações de amizade nos transtornos alimentares: Revisão integrativa da literatura**. Psico-USF, 28(3), 599-618. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/psuf/a/sTMqpRp5jT3vswB93Gyzksj/?lang=pt>. Acesso em: 1 de nov 2025

SILVAS, A. P., Barroqueiro, Â. T. S., Barbosa, J. M. A., das Chagas Silva, M. R., de Moura, A. R. L., & dos Santos, A. F. (2023). Produtos audiovisuais educativo para adolescentes: aprender diferente sobre imagem corporal e transtornos alimentares. learning differently about body image and eating disorders. **Revista Interfaces: Saúde, Humanas e Tecnologia**, [S. l.], v. 11, n. 4, p. 3103–3111, 2023. DOI: 10.16891/2317-434X.v11.e3.a2023.pp3103-3111. Disponível em: <https://interfaces.unileao.edu.br/index.php/revista-interfaces/article/view/1211>. Acesso em: 17 nov. 2025.

SILVA, A. S., Felício, J. F., de Moura, I. D. S., Ferreira, L. C. C., de Sousa, J. C. G., & de Lima Carvalho, C. M. (2020). **Ação educativa com adolescentes do Ensino Médio: Uma reflexão sobre autoimagem e transtornos alimentares**. Research, Society and Development, . [S. l.], v. 9, n. 7, p. e724974908, 2020. DOI: 10.33448/rsd-v9i7.4908. Disponível em: <https://rsdjournal.org/rsd/article/view/4908>. Acesso em: 17 nov. 2025.

SILVA, B. L., & Alves, C. M. (2011). Anorexia nervosa e bulimia nervosa: diagnóstico e tratamento em uma visão multiprofissional. **Revista mineira de ciências da saúde**, (3), 01-17. Disponível em: <https://revistas.unipam.edu.br/index.php/revistasaude/article/view/5054>. Acesso em: 15 de nove 2025

SILVA GOMES, E. L. V., da Silva, J. E. A., da Silva, R. R., de Oliveira, T. C., & Landim, L. A. D. S. R. (2021). **O impacto do desenvolvimento de transtornos**

alimentares em adolescentes: uma revisão. Research, Society and Development, [S. l.], v. 10, n. 14, p. e92101421648. DOI: 10.33448/rsd-v10i14.21648. Disponível em: <https://rsdjournal.org/rsd/article/view/21648>. Acesso em: 17 nov. 2025.

SILVA, Juliana G.; MUNIZ, José B.; CRUZ, Maria de Fátima; SIMOES, Carlise F.; BERNARDI, José M.; FERNANDES, Emília A. **Alimentação e saúde: sentidos atribuídos por adolescentes. Revista Enfermagem (Escola Anna Nery)**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 2, p. 241-247, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ean/a/t7L4RYbDdfVV6smF4y9bv7w/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 25 nov. 2025

SOUZA, D. T., Silva, C. G., & dos Sandos, J. L. (2018). Revisão crítica da terapia nutricional na anorexia nervosa na fase da adolescência. **Revista Conexão Saúde FIB**, [S. l.], v. 1, n. 1, 2018. DOI: 10.59237/conexsaudefib.v1i1.293. Disponível em: <https://revistas.fibbauru.br/conexaosaude/article/view/293>. Acesso em: 16 nov. 2025.

SOUZA, R. S. E. de, & Melo, G. F. de. (2025). **Imagem corporal em meninas adolescentes: uma intervenção.** Caderno Pedagógico, [S. l.], v. 22, n. 5, p. e14519, 2025. DOI: 10.54033/cadpedv22n5-009. Disponível em: <https://ojs.studiespublicacoes.com.br/ojs/index.php/cadped/article/view/14519>. Acesso em: 17 nov. 2025.

SOVIERZOSKI, Hilda Helena; MORAIS, Jaqueline Paranhos da Silva. **Uso de vídeo para alertar sobre a prevenção da gravidez na adolescência.** In: XI ENPEC — Anais, Florianópolis, SC, 3 a 6 jul. 2017. Disponível em: <https://www.abrapecc.com/enpec/xi-enpec/anais/resumos/R1210-1.pdf>. Acesso em: 25 nov. 2025.

TACCA, A. L. F., Novaes, L. C. B., Abou Murad, F. F., Marçal, J. B. C., Klaus, G. F., Zampieri, I., ... & Navarro, C. M. (2023). **Prevalência de transtorno alimentar e transtorno dismórfico corporal em adolescentes do sexo feminino: fatores de influência associados e comparação entre estudantes das redes pública e particular.** Debates em Psiquiatria, Rio de Janeiro, v. 13, p. 1–21. DOI: 10.25118/2763-9037.2023.v13.1007. Disponível em: <https://revistardp.org.br/revista/article/view/1007>. Acesso em: 16 nov. 2025

VALE, J. V. M., de Almeida Junior, S. J., & Pacheco, J. T. (2024). Incidências, prevalência e riscos à saúde dos transtornos alimentares: uma revisão narrativa. **revista Ibero-Americana de Humanidades**, Ciências e Educação, [S. l.], v. 10, n. 8, p. 3074–3086, 2024. DOI: 10.51891/rease.v10i8.15354. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/15354>. Acesso em: 26 out. 2025.