

COMPORTAMENTOS DE RISCO PARA TRANSTORNOS ALIMENTARES EM ATLETAS ADOLESCENTES DE NATAÇÃO DE JOINVILLE-SCGisele Stabile Schmoeller¹, Sônia dos Santos Toriani¹, Juliano Turmina¹, Arlene Nunes²**RESUMO**

Os transtornos alimentares, principalmente anorexia nervosa e bulimia nervosa são comportamentos predominantes entre atletas de alto rendimento. A visão social do corpo perfeito, é disseminado pelas mídias sociais, podendo fortalecer o desenvolvimento desse distúrbio psicológico. Diante disso, o presente estudo teve como objetivo verificar a presença de comportamentos de risco para transtornos alimentares em atletas de natação de uma equipe de alto rendimento de Joinville-SC. Trata-se de um estudo quantitativo do tipo exploratório. Utilizou-se três questionários que verificam a presença de bulimia nervosa (BITE-19), imagem corporal (BSQ) e atitudes alimentares (EAT-26), além da coleta de dados antropométricos. A coleta de dados foi realizada por meio de formulário individual com 12 participantes e tabulados em planilhas eletrônicas Microsoft Office Excel® 2010, utilizando estatística descritiva. Verificou-se que 66,7% (n=8) dos participantes eram do sexo masculino, com classificação de eutrofia em 91,7% dos atletas. Com relação a distorção corporal 41,7% obtiveram alguma distorção, sendo 33,3% (n=1) distorção intensa. Entre os atletas 16,7% apresentaram risco para o desenvolvimento de TA. Em contrapartida, nenhum dos atletas apresentou comportamentos de risco para bulimia, porém três atletas apresentaram comportamentos alimentares não usuais. Portanto, verificou-se que o sexo masculino foi o que mais apresentou alterações comportamentais e risco para possível desenvolvimento de transtornos alimentares, fazendo-se de extrema importância acompanhamento nutricional e psicológico na população de atletas de alto rendimento.

Palavras-chave: Natação. Esporte Aquáticos. Transtornos Alimentares. Imagem Corporal. Adolescência.

1 - Associação Educacional Luterana Bom Jesus (IELUSC), Joinville-SC, Brasil.

2 - Univille Universidade, Joinville-SC, Brasil.

ABSTRACT

Risk behaviors for food disorders in Joinville swimming athletes-SC

Eating disorders, especially anorexia nervosa and bulimia nervosa, are predominant behaviors among high performance athletes. The social vision of the perfect body is disseminated through social media and can strengthen the development of this psychological disorder. Therefore, the present study aimed to verify the presence of risk behaviors for eating disorders in swimming athletes of a high performance team from Joinville-SC. This is a quantitative exploratory study. Three questionnaires were used to verify the presence of bulimia nervosa (BITE-19), body image (BSQ) and eating attitudes (EAT-26), as well as anthropometric data collection. Data collection was performed through an individual form with 12 participants and tabulated in Microsoft Office Excel® 2010 spreadsheets, using descriptive statistics. It was found that 66.7% (n = 8) of the participants were male, with eutrophic classification in 91.7% of the athletes. Regarding body distortion 41.7% obtained some distortion, being 33.3% (n=1) intense distortion. Among the athletes 16.7% presented risk for the development of AT. In contrast, none of the athletes showed risk behaviors for bulimia, but three athletes showed unusual eating behaviors. Therefore, it was found that the male gender showed the most behavioral changes and risk for possible development of eating disorders, making nutritional and psychological monitoring extremely important in the population of high performance athletes.

Key words: Swim. Water Sports. Eating Disorders. Body Image. Adolescence.

E-mail dos autores:

giseleschmoeller@gmail.com

mastoriani@hotmail.com

juliano.turmina@ielusc.br

arlenenunes@gmail.com

INTRODUÇÃO

A sociedade dita padrões de beleza corporal, entre eles o da magreza extrema, que é difundida através dos meios de comunicação e podem exercer pressão, em especial sobre os indivíduos que fazem parte do meio da moda e dos esportes, como atletas de atividades onde o corpo é muito exposto (Crescêncio, 2017).

A busca pelo corpo perfeito para o esporte pode levar ao desenvolvimento de transtornos alimentares, síndromes cada vez mais frequentes na população jovem ao redor do mundo (Claudino, Borges, 2002).

Segundo Guimarães e colaboradores (2013) os transtornos alimentares (TA) são síndromes de perturbação psicológica, com um padrão de comportamento específico e prejudiciais, possuindo dados clínicos descritos desde a idade média. Afetam principalmente jovens do sexo feminino, caracterizados por um medo intenso de ganho de peso e perda de peso intencional. Os principais transtornos são a Anorexia Nervosa (AN) e a Bulimia Nervosa (BN).

A anorexia nervosa é determinada como uma perda intencional e regular de peso, com redução ou inibição da ingestão alimentar, possuindo dois subtipos, a purgativa ou a restritiva, que se diferem pelo desenvolvimento da patologia (Cordás, 2004; Schmidt, Mata, 2008).

Já a bulimia nervosa se caracteriza como uma hiperfagia, onde o indivíduo consome uma grande quantidade de alimentos em um intervalo muito curto de tempo, realizando ações purgativas como meio de compensação, por meio do uso de laxantes, indução do vômito ou períodos de jejum. Assim como a AN, a BN também possui dois subtipos, a purgativa e a sem purgação (Claudino, Borges, 2002; Espíndola, Blay, 2006).

Atletas e praticantes de atividade física possuem maior probabilidade de desenvolvimento de algum transtorno relacionado à alimentação e a imagem corporal, principalmente nas modalidades que mostram alguma parte do corpo, através do uso de trajes cavados em um meio social que preza a cultura do corpo magro, como a sociedade dos últimos anos. Um dos esportes que podem apresentar participantes com risco de TA's é a natação (Lopes, Souza, 2013; DSM-5, 2014).

A natação é um dos esportes onde o atleta, em virtude da modalidade aquática, usa roupas que expõe o corpo.

Há anos é considerada uma das atividades físicas mais completas e pode ser praticada por indivíduos de todas as idades (Krug, Magri, 2012).

Aliado a exposição corporal, os atletas de alto rendimento vivem sob intensa cobrança e pressão interna e externa que podem afetar o comportamento psicológico e alimentar.

O maior problema está relacionado a imagem corporal e se faz presente entre os adolescentes em virtude das alterações corporais e hormonais que alteram a forma física considerada, na modalidade esportiva, distante do corpo ideal (Lopes, Souza, 2013).

Portanto, é importante possuir conhecimento sobre a situação emocional e a relação que, principalmente, os atletas possuem com o alimento, pois, é através da alimentação que grande parte da energia utilizada é obtida.

Frente a isso, o estudo visou observar a presença de comportamentos de risco para transtornos alimentares em atletas de natação de Joinville (SC).

MATERIAIS E MÉTODOS

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética (CEP) da faculdade IELUSC sob o número 3.424.283 e seguiu os princípios básicos de pesquisa com seres humanos em consonância com a Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012, do Conselho Nacional de Saúde (Brasil, 2012).

Tratou-se de uma pesquisa quantitativa do tipo exploratória, realizado em uma instituição privada de natação na cidade de Joinville-SC.

Foram convidados 18 atletas adolescentes, com idade entre 14 e 17 anos, porém apenas 12 fizeram parte da pesquisa visto que cinco atletas não se encontravam entre as idades avaliadas e um dos atletas desejou não participar.

Os dados foram coletados em agosto de 2019, onde foram aplicados os questionários Eating Attitudes Test - EAT - 26, Bulimic Investigatory Test of Edinburg - BITE - 19 e Body Shape Questionnaire - BSQ e realizada a avaliação antropométrica. Os questionários foram desempenhados através da plataforma online Google Forms 2019.

O EAT-26 é um questionário de autopreenchimento formado por 26 perguntas, distribuídas em três fatores: dieta, preocupação com os alimentos e autocontrole oral (Nunes e colaboradores, 2001).

O BITE-19 é composto por 39 questões divididas em duas escalas e devem ser relacionadas aos últimos três meses, sendo uma escala de sintomatologia e outra sobre gravidade (Ximenes e colaboradores, 2011).

O BSQ é formado por 34 perguntas sobre a preocupação do indivíduo com o corpo, peso e aparência (Pimenta e colaboradores, 2012).

Na avaliação antropométrica foi realizada aferição de peso, altura e índice de massa corporal (IMC), o qual foi calculado por meio da curva (IMC por idade) para crianças e adolescentes em score-z (WHO, 2007), para isto, foi considerado a idade completa do atleta até a data do estudo.

Logo após o fim do treinamento, foi solicitado para os atletas subirem na balança digital (Seca Robusta 813, com capacidade de 200kg), com os braços ao lado do corpo, as palmas das mãos viradas para as coxas e o olhar fixo no horizonte. Para a altura foi solicitado que permanecessem com os braços ao lado do corpo, palmas das mãos viradas para as coxas e o olhar fixo no horizonte, de costas para o estadiômetro (Slim Fit, altura máxima de 2,0m).

Após a coleta dos dados antropométricos, foram entregues os questionários para serem respondidos pelos participantes, no mesmo local e logo após receber o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE) e o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) devidamente preenchidos e assinados pelos atletas e pais ou responsáveis.

A coleta de dados foi realizada através de formulário individual com 12 participantes, posteriormente os dados foram tabulados e organizados em planilhas eletrônicas Microsoft Office Excel® 2010 por intermédio de Tabela Dinâmica e estatística descritiva, com frequências, medidas de tendência central (média) e de dispersão (desvio padrão).

RESULTADOS

Fizeram parte da pesquisa 12 atletas com idade entre 14 e 17 anos, com uma média de $15 \pm 1,13$ anos, sendo 66,7% do sexo masculino (n=8) e 33,3% do sexo feminino (n=4).

Com relação à análise antropométrica, a média de IMC foi de $20,76 \text{ kg/m}^2 \pm 2,73 \text{ kg/m}^2$, sendo a maioria (91,7%) classificados como eutrofia. Entre os doze participantes, 8,3% (n=1) foram classificados com obesidade de acordo com a curva de IMC para Idade em score-z (Tabela 1).

Tabela 1 - Dados antropométricos, testes de risco e distorção corporal dos jovens atletas de natação.

Sexo	n (12)	%
Masculino	8	66,67%
Feminino	4	33,33%
IMC		
Obesidade	1	8,33%
Eutrofia	11	91,67%
BSQ		
Sem Distorção	7	58,33%
Moderado	1	8,33%
Intenso	4	33,33%

EAT		
Risco	2	16,67%
Sem Risco	10	83,33%
BITE		
Total de Gravidade		
Sem risco para Bulimia (adequado)	9	75,00%
Risco para Bulimia (usual)	3	25,00%

Com relação ao Body Shape Questionnaire (BSQ) e a percepção corporal dos atletas, verificou-se que 58,3% (n=7) não apresentou distorção da imagem corporal, entretanto 41,7% (n=5) dos atletas apresentaram algum nível de distorção, sendo todos do sexo masculino. Entre os que apresentaram distorção da imagem corporal, 33,3% (n=4) obtiveram resultado de distorção intensa e 8,3% (n=1) distorção moderada (Tabela 1).

Entre os atletas participantes da pesquisa, 16,7% (n=2) apresentaram risco de desenvolvimento de transtornos alimentares, de acordo com o questionário EAT-26 (Tabela 1), que verifica hábitos alimentares e relação do indivíduo com a comida.

Com relação à presença de comportamentos bulímicos, verificado através do BITE-19, verificou-se que nenhum dos

atletas apresentou risco para esse transtorno, entretanto três possuíam comportamentos não usuais e prejudiciais, que em um futuro poderiam levar ao possível desenvolvimento do transtorno (Tabela 1).

A população estudada foi majoritariamente masculina, sendo oito atletas masculinos e quatro femininos, entretanto, nos resultados dos questionários aplicados verificou-se que apenas a população do gênero masculino obteve comportamentos de riscos para transtornos alimentares, além de uma maior presença de distorção da imagem corporal.

Sendo assim, pode-se afirmar que, entre a população de atletas adolescentes praticantes de natação a maior procura de emagrecimento e preocupação com o corpo está entre o gênero masculino (Tabela 2).

Tabela 2 - Prevalência de acordo com o Sexo.

Sexo	EAT-26	BITE-19	BSQ
Masculino	2	3	5
Feminino	0	0	0

DISCUSSÃO

De acordo com os dados obtidos e apresentados neste trabalho, observou-se uma média de peso de 66,2 kg \pm 12,52 kg entre ambos os sexos, e estatura de 1,74m \pm 0,11m. Através da análise do IMC, verificou-se uma média de 20,76kg/m² \pm 2,73 kg/m² entre os atletas participantes da pesquisa, encontrando-se em eutrofia, de acordo com as curvas da Organização Mundial da Saúde (WHO, 2007).

O IMC é um indicador nutricional simples e globalmente utilizado, porém não faz a distinção entre massa gorda e massa magra,

possuindo seus prós e contras. Para que seu resultado seja fidedigno, é necessário que haja uso concomitante de outros parâmetros, como as pregas cutâneas (Rombaldi e colaboradores, 2015).

Os resultados encontrados no presente estudo são próximos aos obtidos por Prestes e colaboradores (2006) de 21,4 kg/m² ao analisar atletas de natação da mesma faixa-etária, entretanto não se pode afirmar se há prevalência de massa gorda ou massa magra entre os participantes. Isso foi encontrado por Oliveira e colaboradores

(2010), em seu estudo de análise de composição corporal de atletas infantis e juvenis de natação, o qual obteve um IMC médio de 20,9 kg/m².

Analisando os dados obtidos, junto com as pesquisas de Prestes e colaboradores (2006) e Oliveira e colaboradores (2010), pode-se verificar que há uma maior procura pelo emagrecimento entre a população de atletas de natação nos últimos anos, pois, mesmo o IMC não diferenciando a porcentagem de massa magra e massa gorda entre os atletas, os valores estão reduzindo consideravelmente.

Mediante o BSQ, verificou-se que 41,7% dos participantes (n=5) apresentaram algum nível de distorção de imagem corporal, sendo todos do sexo masculino.

Analisando algumas perguntas específicas do questionário verificou-se que 33,33% (n=4) frequentemente sentiam necessidade de fazer alguma dieta.

Em sua revisão sistemática, El Assal e Fernandes (2014), verificaram que em atletas há uma maior incidência de distorção da imagem corporal, o que os levam a aumentar a frequência e a intensidade dos treinos além da prática de alteração da alimentação, muitas vezes sem acompanhamento nutricional, essa percepção pode levar os indivíduos a se isolarem socialmente, adquirir lesões por movimentos praticados de forma errônea ou excessiva, além das mudanças comportamentais, podendo acarretar o desenvolvimento de transtornos alimentares (Daros, Cofortin, 2015).

Com relação ao medo de tornar-se gordo, a mesma porcentagem (33,33%) informou sempre sentir esse receio.

Nunes e colaboradores (2001) demonstraram que, a percepção corporal e a sensação de excesso de peso nos indivíduos podem acarretar a um aumento de até quatro vezes o risco de desenvolvimento de algum transtorno alimentar.

Ao verificar a interação social, 25% (n=3) já deixaram de participar de algum evento por estar se sentindo mal com o próprio corpo; e com relação à prática de atividade física, 25% (n=3) frequentemente achavam que precisavam fazer mais exercícios enquanto 33,33% (n=4) sempre se preocupavam com o corpo, tendo necessidade de uma maior prática de exercícios, confirmando a presença de pequenos níveis de distorção de imagem corporal.

Com relação às perguntas apresentadas pelo EAT-26 e a relação dos atletas com os alimentos, verificou-se que 25% (n=3) costumavam fazer alguma dieta para emagrecer com frequência, ao questionados sobre essa frequência, foi relatado que realizavam próximos à competições e eventos desportivos, entre eles 16,67% (n=2) apresentavam preocupação e desejo em emagrecer.

Com muita frequência, 41,67% (n=5) e sempre, 25% (n=3) dos atletas faziam atividades físicas com o pensamento de eliminar calorias. Com relação à presença de gordura corporal, 25% (n=3) sentem pavor com a possibilidade de apresentar níveis elevados. Entretanto, 41,67% (n=5) relataram demonstrar autocontrole com relação à alimentação.

O BITE-19 verifica a presença de comportamentos bulímicos por meio de algumas questões, entre elas verificou-se que 33,33% (n=4) dos atletas sentiam que estavam gordos, porém, a maioria dos participantes 83,33% (n=10) já realizaram orientação nutricional com profissional para emagrecer ou para esclarecer dúvidas quanto à alimentação.

Em sua maioria, os atletas de natação não possuem uma alimentação adequada ou acompanhamento nutricional, Ribeiro e colaboradores (2009) demonstram essa irregularidade principalmente com relação à proteínas e com consumo calórico abaixo que a necessidade dos atletas, sendo de extrema importância a presença de acompanhamento nutricional desses adolescentes, auxiliando no seu desenvolvimento pessoal e dentro do esporte.

O consumo alimentar excessivo e ingestão elevada em apenas uma refeição foi verificado em 16,67% (n=2) dos participantes, os quais informaram parar de se alimentar apenas quando se encontravam fisicamente mal.

Teixeira e Barcelos (2018), em seu trabalho de revisão de literatura, encontraram que, a redução de alimentação restrita apenas à uma refeição diária pode acarretar diversas alterações como redução da glicemia e insulina, hidratação e aumento da percepção de fadiga que podem influenciar no desempenho esportivo (Costa, 2018).

Eles informaram já sentir desejo de comer sem parar. Em um estudo realizado com adolescentes por Pivetta e Gonçalves-Silva (2010), foi verificado uma maior

prevalência de compulsão alimentar periódica em adolescentes com idade próximo aos 19 anos, assim como, demonstrou uma relação entre aumento de peso e presença de compulsão entre os jovens.

No presente estudo, 50% (n=6) dos atletas informaram que há alguns momentos em que só conseguem pensar em comida, segundo Gavleta (2002), a limitação da alimentação pode acarretar a pensamentos voltados para a comida, que por sua vez levam à compulsões durante as refeições isso se relaciona ainda com as atitudes compensatórias tomadas por muitos atletas e adolescentes, que utilizam o esporte como escapatória da compulsão alimentar.

Em momentos de ansiedade, 41,57% (n=5) tendem a descontar estes sentimentos na alimentação. A alimentação é regulada por diversos fatores, entre eles o estado emocional, tendo relação com o estado de ansiedade o que pode acarretar diversas complicações, como consumo elevado de alimentos altamente calóricos, distúrbios de digestão, excesso de peso e ingestão inadequada de nutrientes (Souza e colaboradores, 2017).

Com relação à episódios de hiperfagia, 66,67% (n=8) já tiveram algum episódio, em qualquer refeição do dia, não especialmente em uma das refeições principais, alguns atletas possuem em sua mente que a redução da ingestão de alimentos ricos em carboidratos auxiliam na redução de peso, porém, estudos demonstram que uma dieta hipocalórica e rica em alimentos com índice-glicêmico elevados podem acarretar em episódios de hiperfagia (Piaia e colaboradores, 2007).

E com relação aos hábitos alimentares, 16,67% (n=2) não consideram seus hábitos normais. Muitos atletas possuem pouco conhecimento em relação à nutrição específica para o esporte, estudos demonstram que as calorias ingeridas por nadadores gira em torno de 1800 a 3100 calorias, variando de acordo com o sexo, porém a distribuição dos macronutrientes é inadequada, possuindo um menor consumo de carboidratos, sendo este a principal fonte de energia para esse tipo de esporte (Kazapi, Ramos, 1998; Barbalho, 2015).

É recorrente o pensamento do corte de carboidratos, principalmente atualmente, além de outras ideias difundidas pelas mídias sociais que levam aos atletas adolescentes o

pensamento de hábitos alimentares anormais inadequados (Silveira e colaboradores, 2015).

Os dados finais verificados por meio do BITE-19, onde 25% (n=3) dos atletas apresentaram padrão alimentar não-usual porém sem escala de gravidade de bulimia são condizentes com os dados encontrados por Oliveira e colaboradores (2006), que realizou o mesmo teste com doze atletas do sexo feminino, o qual apresentou 16,6% das atletas com padrão alimentar não-usual.

Segundo Oliveira e Hutz (2010) a prevalência de comportamentos de risco para transtornos alimentares possuem maior prevalência no sexo feminino, em uma proporção de 10:1 quando em comparação com o sexo masculino, entretanto, na pesquisa realizada obteve-se maior prevalência de resultados considerados no sexo masculino (Tabela 2).

Estudos característicos de transtornos alimentares em indivíduos do gênero masculino são escassos e as pesquisas com relação aos TA são estereotipadas até os dias atuais.

Fortes e Ferreira (2014), em sua pesquisa sobre comportamentos de risco em atletas de diferentes esportes e ambos os sexos demonstrou que a maior presença de comportamentos de risco para TA, em indivíduos do sexo masculino, estão relacionadas com o comprometimento psicológico com a prática de exercício físico, sendo esse um dos fatores de predisposição mais forte neste grupo em específico.

Pode-se verificar isto na população do presente estudo, visto que os atletas participantes possuem um forte elo com o esporte.

CONCLUSÃO

Os resultados obtidos permitiram visualizar que, apesar de não ser muito difundido no meio esportivo, há presença de comportamentos considerados de risco para os transtornos alimentares, independente do sexo.

Ainda que grande parte da população estudada se encontrava em eutrofia, é notável o desejo por emagrecimento e a busca constante de alcançar o corpo considerado perfeito pelo atleta, difundido pela sociedade.

É considerável que o meio em que o atleta está inserido o leve a realizar atividades em excesso, dietas restritivas além de cobrança excessiva, tanto pela sociedade,

treinadores, família quanto pelo próprio atleta, isso gera, como visto, grande insatisfação corporal, principalmente por adolescentes.

Foi possível verificar neste estudo que há risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares em atletas de natação, devido principalmente às escolhas alimentares e a relação do atleta com o alimento, sendo esse risco prevalente no sexo masculino.

A alimentação fornece a principal fonte de energia para nadadores de alto rendimento, porém, devido à grande presença de insatisfação corporal demonstrado através dos questionários, é comum o corte de carboidratos e ações purgativas por esses indivíduos.

Isso se torna nítido ao analisar o padrão alimentar, onde 25% dos atletas apresentaram padrão alimentar não-usual, 68% já tiveram algum episódio de hiperfagia, 41,57% descontam estresse e ansiedade na alimentação, sendo a distorção da imagem corporal presente em 41,7% dos atletas participantes da pesquisa. Dados notáveis e preocupantes em atletas de alto rendimento da modalidade de natação.

Portanto, é de extrema importância o acompanhamento tanto nutricional quanto psicológico dos jovens atletas, para evitar comportamentos de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares e garantir um crescimento adequado e melhora do desempenho esportivo.

Além disso, cabe-se a pesquisa com populações maiores para verificar a prevalência dos comportamentos em grandes grupos, além da relação com o gênero, que está iniciando a afetar com mais gravidade o gênero masculino.

REFERÊNCIAS

1-Barbalho, E. R. Avaliação da adequação do consumo de carboidrato em atletas de natação. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*. São Paulo. Vol. 9. Num. 49. 2015. p. 60-65.

2-Brasil. Ministério da Saúde. Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012. Considera o respeito pela dignidade humana e pela especial proteção devida aos participantes das pesquisas científicas envolvendo seres humanos. Conselho Nacional em Saúde. Reunião Ordinária. Brasília-DF. 12 de dezembro de 2012.

3-Claudino, A. M.; Borges, M. B. F. Critérios Diagnósticos para os Transtornos Alimentares: conceitos em evolução. *Revista Brasileira de Psiquiatria São Paulo*. Vol. 24. Num. 3. 2002. p. 7-12.

4-Cordás, T. A. Transtornos Alimentares: classificação e diagnóstico. *Revista de Psiquiatria Clínica*. São Paulo. Vol. 31. Num. 4. 2004. p. 154-157.

5-Costa, B. Efeitos do jejum intermitente no desempenho físico. TCC de Especialização em Fisiologia do Esporte. Universidade Federal do Paraná. Curitiba. 2018.

6-Crescêncio, J. C. Prevalência de Transtornos Alimentares (Bulimia e Anorexia) em Adolescentes do Ensino Médio de uma Escola Privada do Sul do Brasil. TCC Graduação Curso de Nutrição. Faculdade IELUSC. Joinville. 2017.

7-Daros, K.; Confortin, F. G. Transtornos alimentares e imagem corporal de mulheres atletas de uma equipe de handebol. *UNIEDU. Chapecó*. Vol. 1. Num. 1. 2015. p. 1-14.

8-DSM-5. Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais: DSM-V. 5ª edição. Porto Alegre. Artmed. 2014.

9-Ei Assal, S.; Fernandes, D. C. Imagem corporal e comportamentos de risco para transtornos alimentares em praticantes de exercícios e atletas: evidências científicas. *Estudos*. Goiânia. Vol. 41. Num. Especial. 2014. p. 31-41.

10-Espíndola, C. R.; Blay, S. L. Bulimia e Transtorno da Compulsão Alimentar Periódica: revisão sistemática e metassíntese. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*. São Paulo. Vol. 28. Num. 3. 2006. p. 265-275.

11-Fortes, L. S.; Ferreira, M. E. C. Comportamentos de risco para transtornos alimentares em atletas: associação com diversas características. *Avaliação Psicológica*. Juiz de Fora. Vol. 13. Num. 1. 2014. p. 11-18.

12-Gavleta, A. P. Distúrbios alimentares em praticantes de exercício físico. TCC de Educação Física. Universidade Federal do Paraná. Curitiba. 2002.

- 13-Guimarães, K.M.F.; Guerra, F.M.R.M.; Krinski, G.G.; Campiotto, L.G.; Junior, J.M. Transtornos Alimentares: revisão sistemática de artigos científicos. *Revista Uningá Review*. Maringá. Vol. 16. Num. 1. 2013. p. 22-26.
- 14-Kazapi, I. M.; Ramos, L. A. Z. Hábitos e consumo alimentar de atletas nadadores. *Revista de Nutrição*. Campinas. Vol. 11. Num. 2. 1998. p. 117-124.
- 15-Krug, D. F.; Magri, P. E. F. *Natação: aprendendo para ensinar*. São Paulo. All Print Editora. 2012.
- 16-Lopes, F. J.; Souza, E. B. Consequências dos Transtornos Alimentares em Atletas de Alto Rendimento: uma revisão de literatura. *Cadernos UniFOA. Edição Especial do Curso de Nutrição. Artigo Original*. Rio de Janeiro. 2013.
- 17-Nunes, M. A.; Olinto, M. T. A.; Barros, F. C.; Camey, S. Influência da percepção do peso e do índice de massa corporal nos comportamentos alimentares anormais. *Revista Brasileira de Psiquiatria*. Vol. 23. Num. 1. 2001. p. 21-27.
- 18-Oliveira, A.; Neto, A. P.; Domingues, D. V. Avaliação da composição corporal de atletas de natação categoria infantil e juvenil feminina. *Revista Corpoconsciência*. Santo André. Vol. 10. Num. 2. 2006. p. 20-19.
- 19-Oliveira, L. L.; Hutz, C. S. Transtornos alimentares: o papel dos aspectos culturais no mundo contemporâneo. *Psicologia em Estudo*. Vol. 15. Num. 3. 2010. p. 575 - 582.
- 20-Pimenta, F.; Leal, I.; Maroco, J.; Rosa, B. Validação do Body Shape Questionnaire (BSQ) numa amostra de mulheres de meia-idade. *Atas do 9º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde*. Lisboa: Placebo editora. 2012.
- 21-Pivetta, L. A.; Gonçalves-Silva, R. M. V. Comportamento alimentar e fatores associados em adolescentes de Cuiabá, Mato Grosso, Brasil. *Caderno de Saúde Pública*. Rio de Janeiro. Vol. 26. Num. 2. 2010. p. 337-346.
- 22-Piaia, C. C.; Rocha, F. Y.; Vale, G. D. B. F. G. Nutrição no exercício físico e controle do peso corporal. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*. São Paulo. Vol. 1. Num. 4. 2007. p. 40-48.
- 23-Prestes, J.; Leite, R. D.; Leite, G. S.; Donatto, F. F.; Urtado, C. B.; Neto, J. B.; Dourado, A. C. Características antropométricas de jovens nadadores brasileiros do sexo masculino e feminino em diferentes categorias competitivas. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano*. Vol. 8. Num. 4. 2006. p. 25-31.
- 24-Ribeiro, K. S.; Rosa, L. G.; Borges, L. R. L.; Paixão, M. P. C. P. Perfil alimentar de atletas adolescentes nadadores. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*. São Paulo. Vol. 3. Num. 16. 2009. p. 331-339.
- 25-Rombaldi, A. J.; Silveira, M. A.; Borges, L. R. Avaliação nutricional e consumo alimentar de adolescentes praticantes de natação. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*. São Paulo. Vol. 9. Num. 53. 2015. p. 427-436.
- 26-Schmidt, E.; Mata, G. F. Anorexia Nervosa: uma revisão. *Fractal: Revista de Psicologia*. Vol. 20. Num. 2. 2008. p 387-400.
- 27-Souza, D. T. B. S.; Lúcio, J. M.; Araújo, A. S.; Batista, D. A. Ansiedade e alimentação: uma análise inter-relacional. *II Congresso Brasileiro de Ciências da Saúde*. 2017.
- 28-Silveira, M.A.; Borges, L. C.; Rombaldi, A. J. Avaliação nutricional e consumo alimentar de adolescentes praticantes de natação. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*. São Paulo. Vol. 9. Num. 53. 2015. p. 427-436.
- 29-Teixeira, E. M.; Barcelos, A. L. V. Jejum intermitente: uma revisão de literatura. *Anais do 10º Salão Internacional de Ensino, Pesquisa e Extensão - SIEPE*. Universidade Federal do Pampa. Santana do Livramento. 2018.
- 30-WHO. World Health Organization. BMI-For-Age Boys and Girls. 2007. Disponível em: <https://www.who.int/growthref/cht_bmifa_boys_z_5_19years.pdf?ua=1> Acesso em 28/05/2019.
- 31-Ximenes, R. C. C.; Colares, V.; Bertulino, T.; Couto, G. B. L.; Sougey, E. B. Versão Brasileira do "BITE" Para Uso em Adolescentes. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*. Rio de Janeiro. Vol. 36. Num. 1. 2011. p.1-11.

Revista Brasileira de Nutrição Esportiva

ISSN 1981-9927 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpex.com.br / www.rbne.com.br

Recebido para publicação em 27/11/2019

Aceito em 12/05/2020