



CAMILA COLUCCI BATISTA

**A BUSCA PELA PERFEIÇÃO E O TRANSTORNO DISMÓRFICO
CORPORAL: O INÍCIO DOS TRANSTORNOS ALIMENTARES.**

**Cuiabá/MT
2024**

CAMILA COLUCCI BATISTA

**A BUSCA PELA PERFEIÇÃO E O TRANSTORNO DISMÓRFICO
CORPORAL: O INÍCIO DOS TRANSTORNOS ALIMENTARES.**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Banca Avaliadora do Departamento de Psicologia, da Faculdade Fasipe - Cuiabá, como requisito para a obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

Orientador(a): Prof. Mestre Jôse Guedes Vieira

**Cuiabá/MT
2024**

CAMILA COLUCCI BATISTA

A BUSCA PELA PERFEIÇÃO E O TRANSTORNO DISMÓRFICO CORPORAL: O INÍCIO DOS TRANSTORNOS ALIMENTARES.

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Banca Avaliadora do Curso de Psicologia – do Centro Universitário Fasipe - UNIFASIPE como requisito para a obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

Aprovado em 24 do mês Junho de 2024.

ME. JÔSE GUEDES VIEIRA

Professora orientador(a):

Departamento de Psicologia – FASIPE CPA

ESP. DIEGO ANÍZIO DA SILVA

Professor avaliador(a):

Departamento de Psicologia – FASIPE CPA

ESP. VANESSA KASY GOMES FERREIRA DE PAULA

Professora avaliador(a):

Nutricionista - CRN 13796

**Cuiabá/MT
2024**

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho a todas as pessoas que estão passando por momentos de autoaceitação e autoconhecimento e aqueles que estão comigo nessa jornada da vida.

Namastê!

AGRADECIMENTOS

- Ao UNIVERSO que me mostra a importância de cada passo nessa evolução.

A minha família que me apoiou desde o começo desse sonho e que me ajudou a realizá-lo (está quase!!!).

- A minha orientadora, que me apoiou mesmo eu não entregando nada nos prazos, obrigada por tanta paciência.

- Ao professor Diego e a nutricionista Vanessa que aceitaram estar presentes na minha banca.

- Aos alunos e empresas que dou aula por toda a compreensão em trocar horários e repor faltas para que eu pudesse concluir cargas horárias necessárias ao curso.

- Aos amigos, em especial a Andressa e todos que estiveram comigo nesse tempo de curso em que pude aprender para além da psicologia.

EPÍGRAFE

“O realmente difícil e admirável é você abrir mão de ser perfeito e iniciar o trabalho de se tornar você mesmo”.

Brené Brown.

BATISTA, Camila C. A. BUSCA PELA PERFEIÇÃO E O TRANSTORNO DISMÓRFICO CORPORAL: O INÍCIO DOS TRANSTORNOS ALIMENTARES. 2023. 34 folhas.

Trabalho de Conclusão de Curso - Centro Educacional Fasipe - UNIFASIPE.

RESUMO

A busca por corpos perfeitos se inicia na mitologia grega e com o passar dos anos a cultura ao corpo perfeito vem aumentando, atualmente a sociedade vive em redes sociais o que fomenta essa busca que é alimentada pela chamada indústria da beleza, que por sua vez dita padrões e regras inatingíveis tornando os seres em indivíduos frustrados. O aumento de problemas psicológicos mostra essa influência, o transtorno dismórfico corporal, assim como o transtorno alimentar podem ter graves consequências se não identificados e tratados adequadamente, portanto o ideal é que se identifique precocemente esses transtornos. Essa pesquisa foi feita a partir de um estudo qualitativo com um levantamento bibliográfico em 15 artigos a partir da base de dados do google acadêmico com o recorte entre os anos de 2020 a 2024, os resultados apontaram mostrando as consequências psicológicas e fisiológicas destes transtornos e o risco à vida que eles causam, como foi apontado a melhor a forma de tratamento.

Palavras chave: Anorexia. Bulimia. Transtorno alimentar. Transtorno dismórfico corporal.

BATISTA, Camila C. THE SEARCH FOR PERFECTION AND BODY DYSMORPHIC DISORDER: THE BEGINNING OF EATING DISORDERS. 2023. 34 pages. Course Completion Work - Fasipe Educational Center - UNIFASIPE.

SUMMARY

The search for perfect bodies begins in Greek mythology and over the years the culture of the perfect body has increased. Currently, society lives on social networks, which encourages this search, which is fueled by the so-called beauty industry, which dictates unattainable standards and rules, turning beings into frustrated individuals. The increase in psychological disorders shows this influence, body dysmorphic disorder, as well as eating disorders can have serious consequences if not identified and treated appropriately, therefore the ideal is to identify these disorders early. This research was carried out based on a qualitative study with a bibliographical survey of 15 articles from the Google Scholar database, covering the years 2020 to 2024 with research in Portuguese, thus showing the psychological and physiological consequences of such disorders and the risk to life they cause, thus identifying the best form of treatment.

Keywords: Anorexia. Bulimia. Eating disorder. Body dysmorphic disorder

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Imagem mostrando a correlação das palavras-chaves	28
Figura 2 e 3 – Imagem mostrando a correlação das palavras-chaves	30

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Busca e quantidade de publicações	24
Tabela 2– Artigos relacionados em bases de dados	24

SUMÁRIO

1.	INTRODUÇÃO	112
	1.1. Justificativa.....	13
	1.2. Problematização	14
	1.3. Objetivos.....	14
	1.3.1 Geral	14
	1.3.2 Específicos.....	15
2.	REVISÃO BIBLIOGRÁFICA.....	16
	2.1. Perfeccionismo	16
	2.2. Transtornos Dismórfico Corporal	16
	2.3 Transtornos Alimentares	19
3.	PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS	21
	3.1. Tipo de Pesquisa	21
	3.2. Análises de dados.....	22
4.	ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DE DADOS.....	24
	4.1. Resultados e Discussões.....	24
5.	CONSIDERAÇÕES FINAIS	32
	REFERÊNCIAS.....	33

1. INTRODUÇÃO

A busca pela perfeição e a cobrança intensa de vidas e corpos perfeitos que estão ao alcance das mãos nos celulares de crianças, adolescentes e adultos mudou a visão da autoimagem da população mundial, tornando crescente o aumento de transtornos psicológicos e físicos.

O transtorno dismórfico corporal ou como também é conhecido, transtorno dismórfico de imagem, tem sido negligenciado porque tem se tornado comum as cirurgias plásticas, muitas vezes com pagamentos parcelados para acesso de pessoas com baixa renda e também, tem se tornado comum a harmonização facial que é uma mudança estética sem cirurgia. MEDEIROS (2022).

O transtorno dismórfico corporal é um transtorno mental diagnosticado no DSM-5, segundo Brito (2020), o transtorno dismórfico corporal se inicia com uma insatisfação por alguma parte do corpo e quando essa parte é transformada, por meio cirúrgico e estético, o indivíduo começa a se preocupar com outra parte do corpo, na maioria das vezes somente ele vê esse defeito. Entende-se que o sentimento de insatisfação, a constante comparação com o que seria corpo ideal passa a ser uma preocupação que pode distanciar o indivíduo da realidade.

O transtorno dismórfico corporal tem sido negligenciado pela sociedade pois se trata cada vez mais comum essa insatisfação corporal, crianças não conversam mais sobre brincadeiras e sim sobre corpos e status sociais (Deram, 2018 p78). É evidente que há, aqui, uma preocupação que deveria ser, no mínimo uma questão de saúde pública, pois as crianças ainda não têm maturidade para exercer julgamento de valores ou sobre o que é certo ou errado.

Barreto et. al 2009 no estudo “Comunidade justa” realizado com adolescentes, explicam que a maturidade para Durkheim, Freud e também para behaviorismo são, na maioria das vezes, justificativas sociais e psicológicas, internalizadas através dos valores postos pela sociedade e assim ocorre o desenvolvimento da moral, contudo os autores fazem um contraponto quando citam Kohlberg e a justificativa de que todas as pessoas são capazes de exercer a democracia

de forma consciente e transcender valores postos culturalmente. Neste sentido, é possível apoiar as crianças para desenvolverem a capacidade de julgamento de valores entre o que é mesmo o ideal e a sua realidade para assim exercerem a liberdade de escolha com um nível de consciência mais saudável possível.

O transtorno dismórfico corporal pode atrapalhar a vida do portador do transtorno, pois o indivíduo muitas vezes se isola por medo e vergonha do seu corpo, não existe uma causa específica para surgir, porém estudos confirmam que é muito agravado pelo meio em que se vive, tanto o convívio com amigos e familiares, quanto o uso de redes sociais. Campos (2021).

O pouco que se fala é que esse transtorno psicológico pode se transformar em um transtorno alimentar como anorexia e bulimia, pois ambos mantêm uma relação com a busca de um corpo perfeito, portanto este trabalho buscou identificar e mostrar que o transtorno dismórfico corporal pode ser um agravante para os transtornos alimentares.

A importância deste estudo se deve pela preocupação que estes transtornos trazem como o risco a vida, por morte de falência múltipla dos órgãos e até como o suicídio. Entende-se que a pesquisa e a informação são caminhos seguros para iniciarmos a mudança de cultura, combater a desinformação e promover a saúde.

1.1. Justificativa

O tema deste trabalho surgiu com o objetivo de investigar o aumento dos transtornos alimentares e identificar o início e quais os maiores problemas que estes transtornos causam aos indivíduos e suas famílias.

Com o passar dos anos e experiência profissional atendendo pessoas na área da educação física como primeira formação acadêmica e atuando como personal trainer, notei que a procura pela prática de exercícios se dá principalmente por uma certa insatisfação corporal, raramente a primeira preocupação é a saúde, como comprova em estudo Carvalho (2023) mulheres com índice de massa corporal normal frequentadoras de academia para prática de atividade física se sentem desconfortáveis com seu peso e apresentam medo de engordar.

Um dos motivos para o início dos transtornos alimentares decorre de insatisfação corporal, segundo Alvarenga (2011), atualmente com o crescente uso das redes sociais as visualizações de corpos perfeitos aumentaram a comparação e insatisfação, assim a indústria que a fomenta a busca pelo corpo perfeito aumentam os seus lucros e com isso um número crescente de pessoas se sentem insatisfeitos com seus corpos, chamada de ditadura da beleza (Alvarenga, 2011). Então, a ideia é vender uma espécie de real imaginário de “corpos perfeitos” para despertar o desejo e fomentar para a indústria da beleza.

Como escreve Brito (2020, p.12) “Nunca se é demasiado belo, ou demasiado perfeito; há uma autopunição sobre as imperfeições do corpo que impedem de atingir um estado ideal, de perfeita felicidade” E essa busca, que pode ser incessante, é também um ato de crueldade e autopunição inconsciente, pois conforme Medeiros (2022) o transtorno dismórfico corporal é um distúrbio da própria imagem corporal, quando a mente domina a visão do próprio corpo e que transforma o comportamento do indivíduo impactando o seu cotidiano e sua vida no todo.

O transtorno dismórfico corporal é um transtorno psicológico e que em muitos casos se transforma ou acontece a soma com o transtorno alimentar, principalmente com o transtorno alimentar anoréxico e bulímico em que a imagem corporal é o principal problema com a aceitação do corpo como aponta Brito (2020, p150), ou seja, ocorre a busca pela perfeição por falta da aceitação. Segundo Brown (2020 p.84) “o perfeccionismo é uma crença que se em nossa vida a aparência e as atitudes forem perfeitas, poderemos minimizar ou evitar a dor da culpa, da crítica e da vergonha”.

A perfeição é uma meta inatingível porque a crítica e o julgamento sempre irão existir, se o indivíduo se apegar a isso ele estará sempre em busca de algo perfeito que não existe o que torna um vício em busca de algo impossível, essa perfeição é altamente incentivada pela indústria da imagem que se beneficia por essa insatisfação e com o aumento das redes sociais e do uso fácil acessível tem se tornado um problema social cada vez maior por isso o transtorno de imagem corporal é um transtorno mental que requer muita atenção, pois tira o indivíduo de seu convívio social e causa o risco de morte tanto em cirurgias, como em decorrência da própria doença ou esses mesmos indivíduos chegam a cometer suicídio (BROWM, 2020; NEFF, 2017, MEDEIROS 2022).

O transtorno dismórfico corporal e os transtornos alimentares são assuntos inerentes à saúde e demandam de atenção da academia, especialmente da psicologia.

1.2. Problematização

Os transtornos alimentares vêm crescendo a cada ano, principalmente com uso das redes sociais portanto o tema “A busca pela perfeição e o transtorno dismórfico corporal: o início dos transtornos alimentares” mostra a preocupação em se descrever o começo dos transtornos alimentares, para que a sociedade veja esse grande problema de saúde coletiva que acomete cada vez mais jovens adolescentes e assim indicar um tratamento adequado.

1.3. Objetivos

1.3.1 Geral

- Identificar através da pesquisa bibliográfica, em artigos científicos em português entre os anos 2020 a 2024 sobre busca por perfeição, transtorno alimentar (anoréxico e bulímico) e transtorno dismórfico corporal para assim observar o possível início do transtorno alimentar.

1.3.2 Específicos

- Discorrer sobre o transtorno dismórfico corporal;
- Apresentar os problemas psicológicos e fisiológicos causados pelo transtorno dismórfico corporal;
- Apresentar os transtornos alimentares que se iniciam com o transtorno dismórfico corporal.

2. REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

2.1. Perfeccionismo

O perfeccionismo cria uma personalidade caracterizada por motivação e esforço na busca pela excelência ou alcance da perfeição (Fernandes, 2022), indivíduos que apresentam maior necessidade de perfeição são mais rígidos e exigentes consigo e com quem os cerca.

O perfeccionismo pode ser aprendido na infância, quando a criança se sente insegura e busca por aceitação (Fernandes, 2022), quando se tornam adultos são na maioria das vezes bem sucedidos porém continuam insatisfeitos, assim como cita (Rocha, 2021) esse vínculo do desempenho com auto valor faz com que o indivíduo não veja seu valor como pessoa.

O perfeccionismo pode ser normal quando existe um esforço para se alcançar seus padrões com prazer e como consequência se sentem realizados porém existe o perfeccionismo neurótico quando os indivíduos não aceitam erros e estão em busca sempre de algo fazendo com que sua própria percepção de vida seja sempre insatisfeita, Rocha (2021) por isso, segundo Neff (2017) indivíduos perfeccionistas tem um maior risco aos distúrbios alimentares, ansiedade, depressão e outros problemas psicológicos.

2.2. Transtorno Dismórfico Corporal

O transtorno dismórfico corporal, é um transtorno psicológico em que o indivíduo tem uma insatisfação corporal muito grande e que acredita que só será aceito e feliz quando seu problema se resolver, o que para ele só ocorre na maioria das vezes com cirurgia plástica, esse transtorno gera um sofrimento intenso e muda todo o comportamento do indivíduo, (Medeiros, 2022).

Esse transtorno, foi descrito pela primeira vez por Enrico Morselli, psiquiatra italiano, no século XIX como uma insatisfação crônica com o corpo, sendo sentido como uma deformidade e desconforto persistente, mesmo sem razões claras (Brito, 2018), a sua causa ainda sendo desconhecida, mas acredita-se ter relação genética, visto que pacientes com histórico familiar apresentam quatro a oito vezes mais chance de desenvolver o transtorno dismórfico corporal, (Medeiros, 2022).

Segundo o DSM-5 para dar o diagnóstico de transtorno dismórfico corporal é necessário que a pessoa tenha a preocupação com um ou mais defeitos ou falhas percebidas na aparência física que não são observáveis ou aparecem leves para os outros, em algum momento durante o curso do transtorno, o indivíduo já apresentou comportamentos repetitivos como se olhar no espelho a todo momento, se arrumar excessivamente, automutilação com o objetivo de se tranquilizar, se comparar com outras pessoas para ter uma resposta sobre sua própria imagem, se essa preocupação causa um sofrimento a ponto de prejudicar sua vida social e profissional, ou em áreas de sua vida que sejam importantes, é considerado transtorno dismórfico corporal também quando a pessoa se preocupa com sua estrutura corporal como a quantidade de gordura ou músculo em seu corpo, a ponto de ele se achar deformado, acreditando que seja um ponto definitivo em sua vida, que essa imagem não vai mudar.

Para Campos (2021) os portadores de TDC (transtorno dismórfico corporal) têm grandes crenças pessoais e para isso os profissionais que trabalham com estética corporal devem estar familiarizados com os critérios para o diagnóstico.

O transtorno dismórfico corporal (TDC) pode se unir a outros transtornos psicológicos como depressão, borderline, transtorno narcisista, histriônica e ansiedade generalizada. Segundo Brito (2020) estudos mostraram que 63,1% dos pacientes com transtorno alimentar desenvolveu o transtorno dismórfico corporal antes e não ao contrário, isso mostra que se o transtorno dismórfico corporal (TDC) for diagnosticado e tratado as chances de se desenvolver um transtorno alimentar é menor.

A ideia de corpo perfeito e ideal surge na mitologia grega e vem aumentando com os anos, sofrendo influência da sociedade e da mídia que vão alterando os padrões de beleza muitas vezes inatingíveis (Medeiros, 2022).

Atualmente a insatisfação pelo corpo e essa busca incessante é movida por uma indústria que ganha bilhões de dólares através de remédios, cirurgias e milagres criados para vender (Deram, 2018) ou seja, essa mesma indústria que faz com que os indivíduos se sintam

insatisfeitos com seus corpos propondo padrões inatingíveis é a mesma indústria que lucra com isso.

Na sociedade atual a beleza é hipervalorizada por isso o centro da autoestima hoje se concentra no corpo e senso de atratividade (Neff, 2017), para mulheres existe uma cobrança ainda maior por corpos extremamente magros sendo que as mulheres possuem mais gordura corporal.

Como cita Aratany et al (2020) a imagem corporal pode ser atribuída a um elemento comportamental da pessoa em relação ao seu corpo e outro elemento de discernimento de como a pessoa vê o seu corpo, ou seja, como a sua imagem cerebral é projetada para si mesma, formando assim um corpo só, e esse corpo é o que o leva a ter uma idéia (muitas vezes errada), sobre o seu corpo.

No quadro abaixo é possível observar distúrbios atitudinais de transtornos de imagem corporal:

Tipo de distúrbio atitudinal	Exemplos de frases representativas do distúrbio
Insatisfação corporal	"Meu corpo é muito diferente daquilo que considero ideal e isso me deixa muito triste."
Depreciação corporal	"Odeio tanto meu corpo que tenho nojo dele, aversão e repulsa a ele"
Evitação corporal	"Odeio tanto meu corpo que não consigo ir à praia ou ensaboar meu corpo no banho."
Preocupação extrema com o corpo	"Preocupo-me tanto em ter um corpo sarado que não viajo de férias com o corpo para não faltar na academia."
Medo mórbido de engordar	"Eu prefiro morrer a ser gordo, portanto não posso engordar nem um miligrama."

Valorização extrema do corpo	"Eu nunca sairia de casa se fosse gorda."
Checagem repetitiva do corpo	"Visto a mesma calça jeans tamanho 34 cinco vezes por dia, para ter certeza que não engordei"
Investimento extremo no corpo	"Perdi meu emprego e estou sem dinheiro, mesmo assim gasto uma fortuna em tratamentos estéticos"

Fonte: ALVARENGA, M. **Nutrição e transtornos alimentares avaliação e tratamento** Barueri, SP: Manole,2011

No quadro que podemos observar, revela que o transtorno de imagem corporal deve ser compreendido por profissionais de diversas áreas para que assim o indivíduo não fique preso aos pensamentos distorcidos de sua própria imagem.

2.3. Transtornos Alimentares

Entre todos os transtornos alimentares conhecidos como: anorexia nervosa (baixa ingestão calórica), bulimia (vômito após um quadro de compulsão alimentar e culpa), compulsão alimentar (ingestão excessiva de alimentos), pica (ingestão de coisas que não são alimentos), ruminação (ingerir, ruminar e ingerir de novo), restritivo evitativo (evitar certos tipos de alimentos), ortorexia (exagero ao se alimentar só por coisas saudáveis), hiperfagia (alta ingestão de alimentos após um trauma) e vigorexia (restrição alimentar para aumento de massa muscular), iremos especificar sobre os transtornos de anorexia nervosa (AN) e bulimia nervosa (BN) pois ambos tem relação com a auto imagem.

Como cita Hiluy (2019) os três transtornos alimentares mais conhecidos são: anorexia nervosa, bulimia nervosa e transtorno de compulsão alimentar.

Nos transtornos alimentares anoréxico e bulímico a queixa mais relevante é que o corpo é visto por esses indivíduos muito maior do que ele aparenta ser (Aratangy et al, 2020), ou seja, a pessoa enxerga que está acima do peso e sofre por estar fora do padrão.

Os transtornos alimentares também são transtornos psicológicos, em específico o transtorno anoréxico e bulímico que estão diretamente relacionados com a preocupação pelo peso e pela preocupação com a imagem (Alvarenga, 2011).

Os transtornos, corporal e alimentar causam transtornos psicológicos e fisiológicos irreversíveis e ambos têm uma alta porcentagem de óbitos (Alvarenga, 2011).

A anorexia do latim “perda de apetite” é uma doença que apresenta grandes dificuldades no tratamento, que pode durar de seis meses a vida inteira (Halse et al, 2013 p.17), este é outro alerta a saúde pública, pois segundo Aratangy et al (2020) a anorexia nervosa pode ser considerada a mais mortal das doenças mentais, tais mortes ocorrem por consequência da desnutrição e pela alta taxa de suicídio, acomete a maioria adolescentes do sexo feminino, estudantes da área da saúde, modelos e bailarinas, pois são profissões que exigem muito do corpo e da aparência.

A bulimia nervosa também acomete um número maior de mulheres jovens, mais frequente que a anorexia (Aratangy et al, 2020 p.19) a diferença de anorexia é que o objetivo principal é não ter o ganho de peso e para isso o indivíduo evita se alimentar, se priva de comer e pratica atividades físicas em excesso para que aconteça o gasto calórico, já na bulimia o objetivo também é não ficar acima do peso mas para isso o indivíduo força o vômito, induz o corpo com remédios para digestão, usa inibidores de apetite, faz atividades físicas em excesso, na maioria dos casos o paciente bulímico apresenta casos de compulsões alimentares seguidas de episódios de comportamentos compensatórios (Aratangy et al, 2020 p. 19).

A bulimia nervosa é uma doença mental quatro vezes mais comum que a anorexia nervosa, é mais difícil sua percepção pois muitas vezes o indivíduo não abaixa tanto seu peso corporal, nesse transtorno os indivíduos têm muitas dificuldades de controlar suas emoções, o quadro bulímico é caracterizado por comer em excesso em pouco tempo seguido de sentimento de culpa e vergonha o que os fazem forçar o vômito ou fazerem uso de laxantes ou praticar exercícios em excesso (Sgarbi et al, 2023 p.1).

Os transtornos alimentares causam complicações clínicas como hipoglicemia, osteoporose, anemia, hipoplasia de medula, lanugo, amenorreia, sinal de Russel, complicações cardiovasculares alterações pulmonares, complicações renais, complicações gastrointestinais, complicações dentárias e também complicações neurológicas como: atrofia cerebral e déficit neuropsicológico (Alvarenga et al 2011).

O transtorno dismórfico corporal e os transtornos alimentares de anorexia e bulimia privam os indivíduos de seu âmbito social e causam problemas físicos e psicológicos ao mesmo tempo afetam aos familiares enxergam o sofrimento causado pela busca da perfeição inalcançável.

3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

A metodologia proposta para a pesquisa sobre o tema “A busca pela perfeição e o transtorno dismórfico corporal: o início dos transtornos alimentares” foi baseado em uma revisão bibliográfica com foco nas publicações entre 2020 e 2024, utilizando fontes do Google Acadêmico. Em seguida estão os procedimentos técnicos detalhados:

3.1. Tipo de Pesquisa

Para (Lunetta, 2023) o professor precisa da prática da pesquisa para ensinar eficientemente, o aluno precisa dela para aprender de forma compreensiva e significativa, a comunidade precisa da pesquisa para evoluir e o meio acadêmico necessita da pesquisa para ser mediadora da educação.

Uma pesquisa científica é um mundo de novas descobertas, através de estudos aprofundados sobre determinado assunto, para (Pereira, 2018) a pesquisa científica é um conjunto de técnicas lógicas e operacionais que aprovam as relações causais entre os estudos, como cita (Severino, 2013) por isso o conhecimento científico é comprovado, não sendo uma certeza definitiva o que fomenta ainda mais a existência de estudos sobre determinado assunto, para que haja mais discussões a respeito e que assim possa ter mais avanços para tratamentos adequados.

Portanto para chegar aos objetivos propostos foi desenvolvida uma pesquisa qualitativa que segundo Assis e Monteiro (2023) as metodologias qualitativas permitem explorar a subjetividade do indivíduo e compreender a complexidade do mundo, ou seja, o método qualitativo conta com a interpretação do pesquisador através de suas opiniões sobre o estudo em questão sendo uma pesquisa bibliográfica que como cita (Pereira, 2018) é uma pesquisa que

se faz a partir do apontamento de pesquisas anteriores, em documentos certificados, assim os textos se tornam fontes de temas futuros.

Este trabalho de revisão bibliográfica foi pesquisado, examinado, estudado e analisado estudos recentes sobre o tema em artigos, desenvolvendo assim um embasamento teórico suficiente para que se possa analisar o transtorno dismórfico corporal e suas implicações para que a sociedade possa ter conhecimento acerca desse assunto de suma importância.

Em busca do tema: “A busca pela perfeição e o transtorno dismórfico corporal: o início dos transtornos alimentares” nas fontes disponíveis no Google Acadêmico usando o mesmo descritor não foi encontrado o mesmo tema, mas sim temas relacionados ao transtorno dismórfico corporal e transtornos alimentares.

O trabalho foi organizado conforme o cronograma a seguir, considerando estimativas de tempo para cada etapa da pesquisa bibliográfica:

Fase 1: Levantamento de Fontes: houve a realização da busca e seleção de fontes no Google Acadêmico relacionadas ao transtorno dismórfico corporal e transtornos alimentares.

Fase 2: Foi realizada a leitura, análise e síntese dos artigos selecionados, identificando conceitos-chave, tendências e lacunas na literatura.

Fase 3: Escrita e Organização do Trabalho: houve a elaboração do texto da pesquisa, incluindo introdução, revisão de literatura, metodologia e conclusão.

Fase 4: Revisão e Formatação, foi feita a revisão do texto, correção de estilo e formatação de acordo com as normas acadêmicas da Fasipe.

Fase 5: Entrega Final: entrega do trabalho final.

3.2. Análises de dados

Adotou-se o método de análise temática para analisar os dados que foram coletados no Google Acadêmico. É importante ressaltar algumas finalidades dessa etapa, é necessário estabelecer uma compreensão dos dados coletados, confirmar ou não os pressupostos da pesquisa e ampliar o conhecimento sobre o assunto pesquisado, articulando-o ao contexto cultural da qual faz parte. Estas finalidades são importantes diante do fato de que quando chegamos à fase de análise de dados, pensamos ter chegado enfim ao final da pesquisa, e isso não é verdade.

Para o procedimento de análise de dados, as palavras-chave, a partir da identificação e seleção de publicações, inicialmente, foram identificadas nas publicações escolhidas para a inclusão no estudo, como critério de exclusão foram retirados aqueles estudos que não tem familiaridade com a psicologia e com a nutrição visto que se trata de um tema relacionado em ambas atividades.

4. ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DE DADOS

Neste tópico serão apresentados os resultados e análises dos resultados. Primeiramente, para a seleção destes artigos houve uma busca textual inicial de identificação usando o filtro de publicações do ano de 2020 a 2024 e em português, na tabela abaixo podemos analisar a quantidade de publicações entre artigos, trabalhos de conclusão de cursos, dissertações de mestrado, etc.

Palavra-chave	Publicações
Busca por perfeição	18.100
Transtorno Dismórfico Corporal	441
Transtorno Alimentar	14.600
Transtorno alimentar anorexia e bulimia	2410
Transtorno dismórfico corporal e alimentar	217

Tabela 1 - Artigos relacionados em bases de dados. **Fonte:** Própria (2024)

Na etapa seguinte de elegibilidade a partir da leitura das palavras-chave e resumos foram selecionados na etapa de inclusão para a apresentação dos resultados e análise deste estudo um total 15 publicações base Google Acadêmico. Os trabalhos que tratavam da temática em estudo com maior relevância e que atendiam aos objetivos propostos neste estudo foram selecionados. Foram excluídos os trabalhos que não respondiam o objetivo desta proposta.

4.1. Resultados e Discussões

Após a seleção dos artigos, houve estudo e análise dos artigos (Tabela 1) para apresentar os resultados e discussões. Nesse sentido, os estudos selecionados abrangem questões teóricas relativas a fenômenos como psicologia, transtorno dismórfico corporal, transtorno alimentar e busca por perfeição.

	Ano	Título	Palavras chaves	Resumo
01	Volpatto e Benetti, 2021.	Imagem corporal e risco para desenvolvimento de transtornos alimentares: uma revisão integrativa da literatura	Transtornos alimentares	Este estudo analisa a associação da imagem corporal
02	Campos, 2021.	Transtorno dimórfico corporal - Insatisfação patológica com autoimagem e a busca por procedimentos estéticos	Transtorno dismórfico corporal	com o risco para desenvolvimento de transtornos alimentares por meio de
03	Medeiros et al, 2022.	Transtorno dismórfico corporal: relação com os padrões de beleza	Transtorno dismórfico corporal	uma revisão integrativa da literatura.
04	Bronzato e Lourenceti, 2024.	A eficácia da terapia cognitivo-comportamental (TCC) no combate aos transtornos alimentares: anorexia nervosa e bulimia nervosa	Transtornos alimentares	Este estudo bibliográfico mostrou que encaminhar o paciente com TDC ao psiquiatra aumenta a eficácia do tratamento estético além de evitar a insatisfação do paciente com cirurgias.
05	Sgarbi et al, 2023.	Uma análise dos transtornos alimentares: anorexia nervosa e bulimia	Transtornos alimentares	Para os autores o TDC impacta negativamente na vida dos seus portadores, impossibilitando uma vida saudável, tanto no âmbito social, profissional, física e mental.

06	Watanabe e Wichoski, 2022.	Dietas da moda e transtornos alimentares: a busca pelo “corpo perfeito”	Transtornos alimentares	Nessa revisão bibliográfica é concluído que a TCC figura como a abordagem
07	Tacca et al, 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	Transtorno dismórfico corporal	mais amplamente reconhecida e respaldada em evidências científicas para o tratamento dos transtornos alimentares.
08	Silva et al, 2020.	Ação educativa com adolescentes do Ensino Médio: Uma reflexão sobre autoimagem e transtornos alimentares	Transtornos alimentares	Nessa revisão bibliográfica evidência que a anorexia e a bulimia tem um alto prejuízo, afetando o funcionamento social, psicológico e ocupacional, indicando o tratamento de primeira linha para ambas as condições é a terapia cognitivo-comportamental
09	Lucena et al, 2020.	Ninguém é tão perfeito que não precise ser editado: fetiche e busca do corpo ideal	Busca por perfeição	Esta pesquisa transversal, quantitativa, descritiva, explicativa e observacional mostra a insatisfação pela imagem corporal e que a adesão às dietas da moda podem estar relacionadas ao surgimento de transtornos alimentares.
10	Cardoso et al, 2023.	Prevalência, ocorrência e variáveis psicológicas associadas ao transtorno dismórfico corporal: uma revisão de escopo	Transtorno dismórfico corporal	Nesse artigo foi demonstrado a predominância da mídia entre os fatores de influência para insatisfação corporal

11	Oliveira e Costa, 2021.	Busca por perfeição estética x saúde: imposição social sobre a beleza	Busca por perfeição	A conclusão desse estudo foi que as escolas devem ser aliadas a saúde para garantir maior suporte e assistência aos jovens e seus familiares, criando assim a atuação da equipe multiprofissional.
12	Queiroga-Yung et al, 2022.	Transtorno dismórfico corporal – a mente que mente: Uma revisão integrativa da literatura	Transtorno dismórfico corporal	Este artigo mostra que o indivíduo se envolve numa busca quase compulsiva pela realização do ideal e perde-se de si.
13	Almeida et al, 2021.	Transtorno dismórfico corporal: uma revisão integrativa	Transtorno dismórfico corporal	Neste estudo concluiu-se que a presença do TDC representa elevado risco para a qualidade de vida da população e discutiu-se a necessidade da elaboração de mais pesquisas sobre o transtorno e variáveis associadas.
14	Silva, Gerar e Fassina, 2023.	Da anorexia à obesidade: relato de caso de transtorno alimentar e distorção de imagem corporal	Transtornos alimentares	Este estudo de revisão integrativa, apresenta a problemática que envolve essa busca pela perfeição e os problemas envolvendo a saúde nesse percurso.

15	Gomes et al, 2021.	O impacto do desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes: uma revisão	Transtornos alimentares	Nesta revisão narrativa da literatura, a influência da mídia aumenta a busca por corpos perfeitos através de cirurgias plásticas.
----	--------------------	--	-------------------------	---

Tabela 1 - Artigos relacionados em bases de dados. **Fonte:** Própria (2023)

Em se tratando de transtorno dismórfico corporal e transtornos alimentares o que podemos afirmar é que em ambos transtornos psicológicos o indivíduo apresenta grande insatisfação corporal, inicialmente a sociedade impõe padrões de beleza através da mídia para que assim aumente o consumo e indiretamente causa a insatisfação corporal, o início do discurso na mídia é de que existe uma busca pela saúde, esse discurso disfarçado faz com que os indivíduos se cobrem cada vez mais por corpos magros e saudáveis.

Segundo Lucena et al (2020) a imagem do corpo ideal assume o papel de uma mercadoria e sendo assim essa mercadoria acaba por se tornar algo de valor para a sociedade, esse valor é o objeto de desejo do indivíduo que acaba adoecido biologicamente também, assim como Oliveira e Costa (2021) afirmam as transformações pelo consumo buscam satisfação mas vem acompanhadas de angústias e rejeições onde quem lucra é apenas a indústria do consumo.

Os autores Lucena et al (2020) e Oliveira e Costa (2021) entendem quando a busca por palavra chave foi: “busca por perfeição” essa busca se dá por ter se criado essa imagem corporal como mercadoria, atrelando a essa imagem pessoas bem sucedidas e felizes, para um melhor entendimento na imagem a seguir podemos perceber que a insatisfação corporal é algo comum em ambos transtornos assim como afirma Tacca et al (2023) nos transtornos alimentares quanto no transtorno dismórfico corporal demonstra-se alteração da percepção da imagem corporal, visto que o que os diferencia é que no transtorno alimentar a preocupação é restrita ao peso e suas posteriores consequências no transtorno dismórfico corporal se concentra em preocupações mais específicas, como pele, rosto e cabelos. Tacca et al traz um dado importante

em que 32,5% de paciente com transtorno dismórfico corporal já apresentou quadro de transtorno alimentar ao longo da vida.



Figura 1 – Correlação entre os transtornos

Fonte: Própria (2024)

Buscando por palavras chave “transtorno dismórfico corporal”, selecionei seis artigos relevantes nos quais evidenciam que o transtorno dismórfico corporal se dá na adolescência época a qual existe maior necessidade de pertencimento a determinados grupos, Medeiros (2022) cita mulheres menores de 18 anos, Campos (2021) com início aos 16 anos e que ainda existem casos subsindrômicos com início aos 12 anos. Para Medeiros (2022) as mudanças físicas e psicológicas da adolescência são dramáticas, podendo ser suficiente para haver manifestação da dismorfia, sendo que a maior incidência são em mulheres pois os homens que apresentam dismorfia de imagem buscam por corpos musculosos o que não requer cirurgia plástica, visto desse ponto de vista, para o indivíduo com transtorno dismórfico corporal existe uma grande busca por cirurgias plásticas e harmonizações faciais, Medeiros (2022) ainda afirma que mesmo após a realização de determinada cirurgia, não há melhora do transtorno dismórfico corporal, sendo adequado o tratamento psicológico e psiquiátrico assim como Queiroga-yung et al (2022) afirma que Brasil é o país que lidera o ranking de cirurgias plásticas em jovens mostrando que essa busca por corpos perfeitos vem aumentando talvez pelo aumento do uso das mídias sociais por crianças e adolescentes.

O maior problema é que o Transtorno Dismórfico Corporal impacta negativamente a vida dos seus portadores, impossibilitando uma vida saudável, tanto no âmbito social, profissional, física e mental (Medeiros 2022), esses pacientes apresentam prejuízo importante na sua qualidade de vida, com isolamento social e tendência ao suicídio (Almeida et al 2021).

Buscando por tratamento para o transtorno dismórfico corporal Almeida et al (2021) afirma que aproximadamente 20% dos pacientes se recuperarão, mas em 40% dos casos, pode ocorrer recaída existindo uma maior probabilidade de recidivas naqueles que a doença se inicia em idade muito precoce ou se os sintomas iniciais são muito graves. Cardoso et al (2023) cita como tratamento farmacológico por meio dos Inibidores Seletivos da Recaptação de Serotonina (ISRS) e o tratamento psicológico com a abordagem da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) tem apresentado grandes resultados.

Analisando os artigos com busca pela palavra-chave transtorno alimentar selecionei aqueles que fizeram correlação com a insatisfação corporal, como explicado anteriormente os transtornos alimentares que apresentam grande insatisfação corporal e de imagem são os transtornos de anorexia e bulimia, nos artigos pude entender que além da insatisfação corporal o transtorno alimentar se correlaciona com o transtorno de imagem com a idade de início que é a adolescência, para Volpato e Benetti (2021) o risco de desenvolver transtornos alimentares se apresenta em ambos os sexos mas em meninas é sete vezes maior para Silva (2020) os principais prejuízos físicos incluem alterações fisiológicas, déficit no crescimento e alterações hormonais.

A adolescência é um período delicado, de saída da infância onde ocorre diversas mudanças de comportamento e fisiológicas, a explosão hormonal transformando os corpos, para as meninas que ocorre a menarca e o ganho de peso se torna mais difícil essa transição e essa cobrança faz com que se torne mais provável a ocorrência de transtornos alimentares Gomes et al (2021).

Os problemas psicossociais mais prevalentes são isolamento social e desenvolvimento de transtorno depressivo e de ansiedade, que elevam o risco de suicídio, outra questão em que ambos os transtornos levam, a morte, tanto por risco a saúde como indica Watanabe e Wichoski (2022) que relatam que os transtornos alimentares anoréxico e bulímico causam grande deficiência nutricional e que assim podem levar a morte e também pelo aumento de suicídio que ambos os transtornos apresentam, podemos ver nas figuras abaixo essa correlação dos transtornos.

Figura 2 – Correlação entre os transtornos



Fonte: Própria (2024)

Figura 3 – Correlação entre os transtornos



Fonte: Própria (2024)

Em se falando do risco a vida que ambos os transtornos apresentam foi selecionado dos artigos que apresentam o tratamento para os transtornos de dismorfia corporal quanto para o transtorno alimentar um acompanhamento psicológico e psiquiátrico Silva et al (2023) e que em se tratando do acompanhamento psicológico Sgarbi et al (2023) indica a terapia cognitivo comportamental como um meio de condução ao tratamento visto que a TCC age diretamente no comportamento do indivíduo.

Bronzatto e Lourenceti (2024) afirmam que a psicoterapia busca elevar a autoestima do paciente para assim melhora suas relações interpessoais, ensinando o indivíduo a lidar melhor com suas emoções e crenças, o apoio familiar é fundamental pois muitas vezes a dinâmica familiar envolve os gatilhos para que esse transtorno seja reforçado por isso as principais abordagens terapêuticas eficazes no tratamento de transtornos alimentares englobam a terapia cognitivo-comportamental (TCC), a terapia comportamental e a terapia familiar.

A TCC aborda não apenas os comportamentos alimentares problemáticos, mas também os padrões de pensamento disfuncionais que contribuem para a manutenção dos transtornos. Isso é possível em virtude da natureza semiestruturada da TCC, que permite uma adaptação flexível às necessidades individuais do paciente nos processos cognitivos frequentes nos casos de TA, como abstração seletiva, supergeneralização, magnificação, pensamento dicotômico, personalização e pensamento supersticioso, são cuidadosamente analisados com o intuito de alterar pensamentos e comportamentos automáticos, Bronzatto e Lourenceti (2024).

Bronzatto e Lourenceti (2024) indicam como técnicas da TCC na anorexia e bulimia o registro de pensamentos que é uma técnica que envolve o paciente em documentar seus pensamentos automáticos, crenças subjacentes e emoções associadas a situações específicas, usar também o questionamento socrático ao auxiliar os pacientes a adquirirem consciência sobre seus pensamentos e comportamentos, e técnicas de psicoeducação para ser alteradas no dia a dia do paciente e também o Mindfulness, para que esse paciente possa ter plena consciência dele mesmo, assim como no transtorno alimentar acredito que a TCC também seja eficaz no tratamento do transtorno dismórfico corporal.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os artigos analisados neste trabalho são muito valiosos pois engrandecem os estudos a respeito sobre transtorno dismórfico corporal e transtornos alimentares.

Essa seleção de artigos trouxe uma perspectiva não analisada anteriormente em conjunto, como a correlação do transtorno dismórfico corporal e o transtorno alimentar.

A percepção dessa correlação se dá na transição da infância para a adolescência onde existe uma certa insegurança principalmente por alterações hormonais, essa mesma fase causa a insegurança por sua imagem que está sendo alterada, essa mesma insegurança geracional faz com que essa busca por aceitação transforme a visão de si mesmo.

Nesse estudo notamos o grande risco a vida que causa esses transtornos psicológicos e por isso a importância de se diagnosticar precocemente.

O tratamento ideal sugerido é multidisciplinar com psicólogos, nutricionistas e psiquiatras ainda em tempo de se lembrar que cirurgiões plásticos, dentistas e esteticistas devem estar atentos aos pacientes que buscam por alterações físicas em seu corpo que são exageradas e sem necessidade.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, M. M. M. et al, Transtorno dismórfico corporal: uma revisão integrativa, **Residência Pediátrica**; v.11 p. 1 -5, 2021.

ALVARENGA, M. **Nutrição e transtornos alimentares avaliação e tratamento** Barueri, SP: Manole, 2011.

ARATANGY, E. W. **Como lidar com os transtornos alimentares: guia prático para familiares e pacientes**, 7. ed, São Paulo: Hogrefe, 2020.

ASSIS, C. F; Monteiro, R. Metodologias qualitativas e quadros de referência para a pesquisa em ciências humana e sociais aplicadas, **Revista JurES** - v.16, n.29, p. 1-28, jun. 2023.

BRITO, Maria J. A. **Como lidar com o transtorno dismórfico corporal: guia prático para pacientes e familiares** 3. ed. São Paulo: Hogrefe, 2020.

Bronzatto, J.A; Lourenceti, M.D. A eficácia da terapia cognitivo-comportamental (TCC) no combate aos transtornos alimentares: anorexia nervosa e bulimia nervosa, **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, v.14 p 1-13, 2024.

BROWN, B. **A arte da imperfeição** Rio de Janeiro: Sextante, 2020.

CAMPOS, J. H. **Transtorno dismórfico corporal: Insatisfação patológico com a autoimagem e a busca por procedimentos estéticos**, AHOF, Vol. 02, p. 1-6, 2021.

CARDOSO, J.N; Nunes, D; Faro, A. Prevalência, ocorrência e variáveis psicológicas associadas ao transtorno dismórfico corporal: uma revisão de escopo, **PsicolArgum**, V.41 p. 3027-3051, 2023.

CARVALHO, A. et al, Fatores de risco para transtornos alimentares em adolescentes do sexo feminino, **Revista Iberoamericana de psicologia**, Vol 2, p.109-119, 2023.

FERNANDES, F.D.F. **Perfeccionismo, Autoestima, Ciúme, Neuroticismo, Conscienciosidade e Vinculação em Adultos: um Estudo Exploratório**, Orientador: Margarida Pedroso de Lima, 2022, 64 f. Dissertação (Mestrado), Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, Portugal.

GOMES, E.L.V. et al, O impacto do desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes: uma revisão, **Research, Society and Development**, v. 10, p.1 -6, 2021.

DERAM, S. **O peso das dietas**, Rio de Janeiro, Sextante, 2018.

HALSE, C. **Dominando Anorexia, Experiências e desafios enfrentados por adolescentes e seus familiares**, 1ed. São Paulo, SP:M.Books do Brasil editora Ltda. 2013.

HILUY, J. C; Nunes, F. T; Pedrosa, M. A; Appolinário, J.C. Os transtornos alimentares nos sistemas classificatórios atuais: DSM-5 e CID – 11, **Revista Debates in psychiatry**, 2019.

LUCENA, B.B. et al. Ninguém é tão perfeito que não precise ser editado: fetiche e busca do corpo ideal, **Psicologia USP**, v.30 p. 1 - 9, 2020.

LUNETTA, A; Guerra, R. Metodologia da pesquisa científica e acadêmica, **Revista OWL**, vol. 1, p. 2, 2023.

Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais [recurso eletrônico] DSM-5 / [American Psychiatric Association ; tradução: Maria Inês Corrêa Nascimento ... et al.] ; revisão técnica: Aristides Volpato Cordioli ... [et al.]. – 5. ed. – Dados eletrônicos. – Porto Alegre: Artmed, 2014.

MEDEIRO, L.P. et al, Transtorno dismórfico corporal: relação com os padrões de beleza, **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 15 p. 1-7, 2022.

NEFF, Kristin. **Autocompaixão: pare de se torturar e deixe a insegurança para trás**, 1. ed, Teresopolis, RJ: Lucida letra, 2020.

OLIVEIRA, M.C; Costa, R.P. Busca por perfeição estética x saúde: imposição social sobre a beleza, **Brazilian Journal of Health Review**, v.4, p. 25398-25406, 2021.

PEREIRA, A. S. **Metodologia da pesquisa científica**. 1ed., Santa Maria: UFSM, 2018.

ROCHA, L.F.D. **O papel mediador da autocompaixão na relação entre o perfeccionismo e a afetividade negativa** Orientador: Eliane Mary de Oliveira Falcone, 2021, Tese (Doutorado) 183 f, Instituto de Psicologia, Universidade do Estado do Rio de Janeiro.

SEVERINO, A. J. **Metodologia do trabalho científico** 1 ed.,= São Paulo: Cortez, 2013.

SGARBI, M.T. et al. Uma análise dos transtornos alimentares: anorexia nervosa e bulimia, **Revista Eletrônica Acervo Médico** v.23 p. 1-6, 2023.

SILVA, A. S. et al. Ação educativa com adolescentes do Ensino Médio: Uma reflexão sobre autoimagem e transtornos alimentares, **Research, Society and Development**, v. 9, p. 1-15, 2020.

SILVA, J.S.da S; Gerhard, N.P; Fassina, P. Da anorexia à obesidade: relato de caso de transtorno alimentar e distorção de imagem corporal, **Univates**, v.1 p.96-103, 2023.

TACCA, A.L. et al. 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**, v.13 p.1-21, 2023.

VOLPATTO, D.P; Benetti, F. **Imagem corporal e risco para desenvolvimento de transtornos alimentares: uma revisão integrativa da literatura perspectiva**, v. 45, p. 115-127, 2021.

WATANABE, K. E; Wichoski, C. Dietas da moda e transtornos alimentares: a busca pelo “corpo perfeito”, **Rev. Terra & Cult**; v. 38, p. 199-228, 2022.

Queiroga-Yung, A.L. et al transtorno dismórfico corporal – a mente que mente: uma revisão integrativa da literatura, **Revista Unisan** v. 41 – p 6-13, 2022.