



**ABORDAGENS DIAGNÓSTICAS E TRATAMENTO DOS TRANSTORNOS ALIMENTARES: UMA  
REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

**DIAGNOSTIC APPROACHES AND TREATMENT OF EATING DISORDERS: A LITERATURE  
REVIEW**

**ENFOQUES DIAGNÓSTICOS Y TRATAMIENTO DE LOS TRASTORNOS ALIMENTARIOS:  
REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA**

Gabrielle Aparecida Alves de Freitas<sup>1</sup>, Lívia Carolina Brum de Souza<sup>2</sup>, Juliana Alves de Oliveira<sup>2</sup>, Júlia Nogueira Holanda<sup>2</sup>, Mateus Sousa Gonçalves<sup>2</sup>

e565319

<https://doi.org/10.47820/recima21.v5i6.5319>

PUBLICADO: 06/2024

**RESUMO**

Os transtornos alimentares (TAs) representam um grupo complexo de distúrbios psicológicos que afetam gravemente a saúde física e mental dos indivíduos, caracterizados por padrões alimentares disfuncionais e preocupações extremas com o peso e a forma corporal. Objetivo: explorar as abordagens diagnósticas e os tratamentos mais recentes para os TAs. Metodologia: Trata-se de uma revisão bibliográfica, utilizando artigos presentes nas seguintes bases de dados: PubMed, Web of Science, Scopus e Scielo. Foram incluídos artigos originais e revisões sistemáticas em inglês, espanhol e português publicadas entre 2013 e 2024, que abordassem sobre o diagnóstico e condutas terapêuticas da TAs. Após a análise, foram selecionados 21 artigos para a confecção dessa revisão bibliográfica. Resultados e Discussão: Os métodos diagnósticos para os TAs têm se aprimorado ao longo dos anos, com avanços significativos na precisão e na rapidez da detecção. A utilização de critérios diagnósticos específicos, como os do DSM-5, é fundamental para assegurar a consistência e a validade dos diagnósticos. As intervenções nutricionais são uma componente crucial no tratamento dos TAs, especialmente para a anorexia nervosa, onde a reabilitação nutricional é vital para a recuperação física e mental. Conclusão: a pesquisa sobre os fatores genéticos, biológicos e socioculturais continua a ser essencial para aprofundar a compreensão dos mecanismos subjacentes aos transtornos alimentares e desenvolver estratégias de tratamento mais eficazes. A inclusão de intervenções nutricionais e o envolvimento da família no tratamento mostram-se fundamentais para a recuperação e o bem-estar dos pacientes.

**PALAVRAS-CHAVE:** Transtornos alimentares. Diagnóstico. Tratamento. Anorexia nervosa. Bulimia nervosa. Compulsão alimentar.

**ABSTRACT**

*Eating disorders (EDs) represent a complex group of psychological disorders that seriously affect the physical and mental health of individuals, characterized by dysfunctional eating patterns and extreme concerns about weight and body shape. Objective: to explore diagnostic approaches and the latest treatments for EDs. Methodology: This is a bibliographical review, using articles present in the following databases: PubMed, Web of Science, Scopus and Scielo. Original articles and systematic reviews in English, Spanish and Portuguese published between 2013 and 2024 were included, which addressed the diagnosis and therapeutic approaches to EDs. After analysis, 21 articles were selected to prepare this bibliographic review. Results and Discussion: Diagnostic methods for EDs have improved over the years, with significant advances in the accuracy and speed of detection. The use of specific diagnostic criteria, such as those from the DSM-5, is essential to ensure the consistency and validity of diagnoses. Nutritional interventions are a crucial component in the treatment of EDs, especially for anorexia nervosa, where nutritional rehabilitation is vital for physical and mental recovery. Conclusion: Research into genetic, biological and sociocultural factors continues to be essential to deepen understanding of the mechanisms underlying eating disorders and develop more effective treatment strategies. The*

<sup>1</sup> Acadêmica de Medicina. Instituto de Educação Superior do Vale do Parnaíba-IESVAP.

<sup>2</sup> Acadêmica (o) de Medicina.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS DIAGNÓSTICAS E TRATAMENTO DOS TRANSTORNOS ALIMENTARES: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA  
Gabrielle Aparecida Alves de Freitas, Lívia Carolina Brum de Souza, Juliana Alves de Oliveira,  
Júlia Nogueira Holanda, Mateus Sousa Gonçalves

*inclusion of nutritional interventions and the involvement of the family in the treatment are fundamental for the recovery and well-being of patients.*

**KEYWORDS:** *Eating disorders. Diagnosis. Treatment. Anorexia nervosa. Nervous bulimia. Binge eating.*

### RESUMEN

Los trastornos alimentarios (TCA) representan un grupo complejo de trastornos psicológicos que afectan gravemente la salud física y mental de las personas, caracterizados por patrones alimentarios disfuncionales y preocupaciones extremas sobre el peso y la forma corporal. **Objetivo:** explorar enfoques de diagnóstico y los tratamientos más recientes para ellos. **TCA.** **Metodología:** Se trata de una revisión bibliográfica, utilizando artículos presentes en las siguientes bases de datos: PubMed, Web of Science, Scopus y Scielo. Se incluyeron artículos originales y revisiones sistemáticas en inglés, español y portugués publicados entre 2013 y 2024, que abordaron el diagnóstico y Aproximaciones terapéuticas a los TCA. Luego del análisis, se seleccionaron 21 artículos para elaborar esta revisión bibliográfica. **Resultados y discusión:** Los métodos de diagnóstico para los TCA han mejorado a lo largo de los años, con avances significativos en la precisión y velocidad de detección. El uso de criterios diagnósticos específicos, como los del DSM-5, es fundamental para asegurar la coherencia y validez de los diagnósticos. Las intervenciones nutricionales son un componente crucial en el tratamiento de los TCA, especialmente para la anorexia nerviosa, donde la rehabilitación nutricional es vital para la recuperación física y mental. **Conclusión:** La investigación de factores genéticos, biológicos y socioculturales sigue siendo esencial para profundizar la comprensión de los mecanismos subyacentes a los trastornos alimentarios y desarrollar estrategias de tratamiento más efectivas. La inclusión de intervenciones nutricionales y la implicación de la familia en el tratamiento son fundamentales para la recuperación y el bienestar de los pacientes.

**PALABRAS CLAVE:** *Trastornos de la alimentación. Diagnóstico. Tratamiento. Anorexia nerviosa. Bulimia nerviosa. Atracones.*

### INTRODUÇÃO

Os transtornos alimentares (TAs) representam um grupo complexo de distúrbios psicológicos que afetam gravemente a saúde física e mental dos indivíduos, caracterizados por padrões alimentares disfuncionais e preocupações extremas com o peso e a forma corporal. Entre os transtornos mais comuns estão a anorexia nervosa, a bulimia nervosa e o transtorno da compulsão alimentar periódica (American Psychiatric Association, 2013). A prevalência e a gravidade dos TAs vêm aumentando globalmente, afetando indivíduos de diferentes idades, gêneros e origens socioeconômicas (Da Silva Gomes *et al.*, 2021). Esta revisão bibliográfica tem como objetivo explorar as abordagens diagnósticas e os tratamentos mais recentes para os TAs, destacando os avanços dos últimos dez anos.

O diagnóstico dos transtornos alimentares baseia-se principalmente nos critérios do *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM-5) da *American Psychiatric Association* (2013). A anorexia nervosa é caracterizada por uma restrição alimentar severa, medo intenso de ganhar peso e uma percepção distorcida do próprio corpo. A bulimia nervosa envolve episódios recorrentes de compulsão alimentar seguidos de comportamentos compensatórios inadequados, como vômito autoinduzido e uso excessivo de laxantes. O transtorno da compulsão alimentar periódica, por sua vez, é marcado por episódios de compulsão alimentar sem comportamentos compensatórios regulares



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS DIAGNÓSTICAS E TRATAMENTO DOS TRANSTORNOS ALIMENTARES: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA  
Gabrielle Aparecida Alves de Freitas, Livia Carolina Brum de Souza, Juliana Alves de Oliveira,  
Júlia Nogueira Holanda, Mateus Sousa Gonçalves

(Dold *et al.*, 2015). A precisão diagnóstica é essencial para o manejo eficaz dos TAs, e estudos recentes têm explorado novos métodos, como a avaliação neuropsicológica e o uso de biomarcadores, para melhorar a detecção precoce e o diagnóstico diferencial (Klatzkin *et al.*, 2018; Trindade *et al.*, 2018).

As abordagens de tratamento para os TAs evoluíram significativamente na última década, com uma ênfase crescente na terapia cognitivo-comportamental (TCC) e intervenções baseadas em evidências (Costa; Melnik. 2016). A TCC é considerada o tratamento de primeira linha para a bulimia nervosa e o transtorno da compulsão alimentar periódica, enquanto a anorexia nervosa requer uma abordagem mais integrada, incluindo intervenções nutricionais, terapias psicodinâmicas e, em casos severos, hospitalização (Hay *et al.*, 2014). Além disso, terapias emergentes como a terapia de aceitação e compromisso (ACT) e a terapia focada na compaixão (CFT) têm mostrado promissoras na redução dos sintomas e na melhoria da qualidade de vida dos pacientes (Kelly; Carter. 2015).

Os avanços tecnológicos também desempenham um papel crucial no tratamento dos TAs. A utilização de aplicativos móveis e plataformas de telemedicina tem facilitado o acesso a intervenções terapêuticas e suporte contínuo, especialmente durante a pandemia de COVID-19 (Austin *et al.*, 2023). Estudos indicam que essas ferramentas podem complementar os tratamentos tradicionais, oferecendo monitoramento em tempo real e intervenções personalizadas, o que é particularmente benéfico para pacientes em áreas remotas ou com dificuldades de acesso a serviços especializados (Berg *et al.*, 2013; Palavras *et al.*, 2013).

Por fim, a pesquisa sobre os TAs continua a expandir nosso entendimento sobre as causas subjacentes e os fatores de risco, incluindo a genética, os traumas de infância e as influências socioculturais (Culbert *et al.*, 2015). A integração dessas descobertas nas práticas clínicas pode aprimorar as estratégias preventivas e terapêuticas, promovendo abordagens mais personalizadas e eficazes no tratamento dos transtornos alimentares (Dold *et al.*, 2015). Portanto, esta revisão bibliográfica visa fornecer uma visão abrangente e atualizada das abordagens diagnósticas e terapêuticas dos TAs, com o intuito de contribuir para a melhoria do cuidado aos pacientes afetados por essas condições complexas.

### MÉTODOS

Esta revisão bibliográfica foi conduzida por meio de uma busca sistemática na literatura científica publicada nos últimos 20 anos, abrangendo o período de 2013 a 2024. As bases de dados consultadas incluíram PubMed, Web of Science, Scopus e Google Scholar. Os critérios de inclusão foram definidos da seguinte maneira: (1) estudos originais e revisões publicados em periódicos científicos revisados por pares; (2) idioma inglês, português ou espanhol; (3) investigação das abordagens diagnósticas e das condutas terapêuticas dos transtornos alimentares; e (4) contribuição para uma compreensão mais abrangente dos mecanismos subjacentes aos transtornos alimentares e das estratégias terapêuticas aplicáveis. Os critérios de exclusão foram aplicados para eliminar estudos que não atendiam aos objetivos específicos desta revisão, incluindo relatórios de caso, editoriais,



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS DIAGNÓSTICAS E TRATAMENTO DOS TRANSTORNOS ALIMENTARES: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA  
Gabrielle Aparecida Alves de Freitas, Lívia Carolina Brum de Souza, Juliana Alves de Oliveira,  
Júlia Nogueira Holanda, Mateus Sousa Gonçalves

comentários e estudos com foco exclusivo em outras condições médicas que não os transtornos alimentares.

A estratégia de busca combinou termos relacionados aos transtornos alimentares, diagnóstico e tratamento, utilizando o operador booleano "AND" para aumentar a sensibilidade da busca. As palavras-chave incluíram "transtornos alimentares", "diagnóstico", "tratamento", "anorexia nervosa", "bulimia nervosa" e "compulsão alimentar". Após a busca inicial, os títulos e resumos foram avaliados de acordo com os critérios de inclusão e exclusão. Dos estudos inicialmente identificados, a distribuição por bases de dados foi a seguinte: PubMed (157 artigos), Web of Science (130 artigos), Scopus (125 artigos) e Google Scholar (170 artigos). Após a triagem dos títulos e resumos, 582 estudos foram selecionados para leitura completa. Dos estudos completos analisados, 21 preencheram todos os critérios de inclusão e foram incluídos na amostra final para análise detalhada e síntese dos resultados.

TÍTULO	ANO
<i>Prevention of eating disorders: 2023 in review</i>	2024
<i>International consensus on patient-centred outcomes in eating disorders.</i>	2023
<i>Disentangling binge eating disorder and food addiction: a systematic review and meta-analysis</i>	2022
O impacto do desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes: uma revisão	2021
<i>Effectiveness of a digital cognitive behavior therapy-guided self-help intervention for eating disorders in college women: A cluster randomized clinical trial.</i>	2020
"Eating disorders."	2020
<i>Psychotherapy for eating disorders: A meta-analysis of direct comparisons.</i>	2019
<i>Family-based treatment: Where are we and where should we be going to improve recovery in child and adolescent eating disorders</i>	2019
<i>Neural correlates of taste reward value across eating disorders.</i>	2019
<i>Stress-induced eating in women with binge-eating disorder and obesity</i>	2018
<i>Eating disorder symptoms in Brazilian university students: a systematic review and meta-analysis</i>	2018
<i>The efficacy of cognitive-behavioral therapy for eating disorders: A systematic review and meta-analysis</i>	2017
<i>Effectiveness of psychosocial interventions in eating disorders: an overview of Cochrane systematic reviews</i>	2016
<i>Second-generation antipsychotic drugs in anorexia nervosa: a meta-analysis of randomized controlled trials</i>	2015
<i>Research Review: What we have learned about the causes of eating disorders—a synthesis of sociocultural, psychological, and biological research.</i>	2015
<i>Self-compassion training for binge eating disorder: A pilot randomized controlled trial.</i>	2015
<i>Royal Australian and New Zealand College of Psychiatrists clinical practice guidelines for the treatment of eating disorders</i>	2014



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS DIAGNÓSTICAS E TRATAMENTO DOS TRANSTORNOS ALIMENTARES: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA  
Gabrielle Aparecida Alves de Freitas, Lívia Carolina Brum de Souza, Juliana Alves de Oliveira,  
Júlia Nogueira Holanda, Mateus Sousa Gonçalves

<i>An evaluation of the impact of introducing compassion focused therapy to a standard treatment programme for people with eating disorders</i>	2014
<i>Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5.</i>	2013
<i>Facets of negative affect prior to and following binge-only, purge-only, and binge/purge events in women with bulimia nervosa</i>	2013
<i>An investigation of objective and subjective types of binge eating episodes in a clinical sample of people with co-morbid obesity</i>	2013

**Quadro 1:** Estudos selecionados

### RESULTADOS E DISCUSSÃO

#### Importância da Revisão dos Transtornos Alimentares

Os transtornos alimentares (TAs) são condições complexas e multifacetadas que afetam significativamente a saúde física e mental dos indivíduos. A relevância de revisar a literatura sobre TAs se deve à crescente prevalência dessas condições e às suas consequências devastadoras, incluindo mortalidade elevada e impacto negativo na qualidade de vida (Austin *et al.*, 2023). Estudos indicam que a compreensão aprofundada dos TAs pode auxiliar no desenvolvimento de intervenções mais eficazes e personalizadas, melhorando os desfechos dos pacientes (Dold *et al.*, 2015; Palavras *et al.*, 2013).

Além disso, a revisão sistemática dos TAs é crucial para identificar lacunas no conhecimento atual e direcionar futuras pesquisas. As abordagens diagnósticas e terapêuticas têm evoluído rapidamente, e é essencial atualizar continuamente a comunidade científica e clínica sobre as melhores práticas e inovações (Fairburn; Patel. 2014). Este processo é vital para a implementação de estratégias baseadas em evidências que possam ser aplicadas em diferentes contextos culturais e socioeconômicos.

A importância desta revisão também reside no seu potencial para influenciar políticas de saúde pública. Ao fornecer uma visão abrangente das abordagens diagnósticas e terapêuticas, esta revisão pode ajudar a informar a criação de programas de prevenção e tratamento mais eficazes, contribuindo para a redução da incidência e prevalência dos TAs (Klatzkin *et al.*, 2018).

#### Abordagens Diagnósticas dos Transtornos Alimentares

Os métodos diagnósticos para os TAs têm se aprimorado ao longo dos anos, com avanços significativos na precisão e na rapidez da detecção (American Psychiatric Association, 2013). A utilização de critérios diagnósticos específicos, como os do DSM-5, é fundamental para assegurar a consistência e a validade dos diagnósticos (Fairburn; Patel. 2014). A aplicação rigorosa desses critérios permite a identificação precoce dos TAs, o que é essencial para o tratamento eficaz.

Estudos recentes têm explorado a integração de ferramentas neuropsicológicas e biomarcadores na avaliação dos TAs, proporcionando uma abordagem mais holística e detalhada do diagnóstico (Klatzkin *et al.*, 2019; Trindade *et al.*, 2018). Essas metodologias não apenas aumentam a



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS DIAGNÓSTICAS E TRATAMENTO DOS TRANSTORNOS ALIMENTARES: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA  
Gabrielle Aparecida Alves de Freitas, Lívia Carolina Brum de Souza, Juliana Alves de Oliveira,  
Júlia Nogueira Holanda, Mateus Sousa Gonçalves

precisão diagnóstica, mas também ajudam a diferenciar entre diferentes tipos de TAs, permitindo um tratamento mais direcionado e eficaz.

A utilização de tecnologias emergentes, como a neuroimagem funcional e a genômica, tem revelado *insights* importantes sobre a fisiopatologia dos TAs. Essas abordagens podem identificar anomalias neurobiológicas específicas associadas aos TAs, oferecendo novas oportunidades para intervenções precoces e personalizadas (Olsavsky *et al.*, 2019). Tais avanços destacam a importância contínua da pesquisa e do desenvolvimento de novos métodos diagnósticos.

### Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) no Tratamento dos TAs

A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) é amplamente reconhecida como uma das abordagens mais eficazes para o tratamento dos TAs, particularmente para a bulimia nervosa e o transtorno da compulsão alimentar periódica (Dold *et al.*, 2015). A TCC visa modificar padrões de pensamento e comportamento desadaptativos, ajudando os pacientes a desenvolverem uma relação mais saudável com a alimentação e o corpo.

Pesquisas demonstram que a TCC pode resultar em melhorias significativas nos sintomas dos TAs, bem como na redução de comportamentos de risco associados (Linardon *et al.*, 2017). A eficácia da TCC é reforçada por sua flexibilidade, permitindo a adaptação das técnicas terapêuticas às necessidades individuais dos pacientes, o que é essencial para o sucesso do tratamento.

Além disso, a TCC tem mostrado ser eficaz em contextos diversos, incluindo intervenções online e em grupo, ampliando o acesso ao tratamento para populações que podem não ter acesso a serviços especializados presencialmente (Fitzsimmons-Craft *et al.*, 2020). Esses avanços demonstram a robustez e a adaptabilidade da TCC como uma ferramenta terapêutica central no manejo dos TAs.

### Terapias Emergentes para Transtornos Alimentares

Nos últimos anos, várias terapias emergentes têm sido exploradas como complementos ou alternativas à TCC. A Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) e a Terapia Focada na Compaixão (CFT) são duas dessas abordagens que têm ganhado destaque (Kelly; Carter, 2015). A ACT foca na aceitação das experiências internas e no compromisso com ações baseadas em valores pessoais, enquanto a CFT visa aumentar a autocompaixão e reduzir a autocrítica.

Estudos indicam que ambas as terapias podem ser eficazes na redução dos sintomas dos TAs e na melhoria da qualidade de vida dos pacientes (Berg *et al.*, 2013; Kelly; Carter, 2015). A ACT, por exemplo, tem sido particularmente útil em ajudar pacientes a lidar com a ansiedade e a depressão frequentemente associadas aos TAs, promovendo uma maior resiliência emocional.

A CFT, por sua vez, tem mostrado benefícios na redução da vergonha e da autocrítica, fatores que são frequentemente exacerbados em indivíduos com TAs (Gale *et al.*, 2014). Essas terapias oferecem abordagens alternativas valiosas que podem ser integradas aos planos de tratamento para proporcionar um cuidado mais abrangente e individualizado.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS DIAGNÓSTICAS E TRATAMENTO DOS TRANSTORNOS ALIMENTARES: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA  
Gabrielle Aparecida Alves de Freitas, Livia Carolina Brum de Souza, Juliana Alves de Oliveira,  
Júlia Nogueira Holanda, Mateus Sousa Gonçalves

### Impacto das Tecnologias Digitais no Tratamento dos TAs

A era digital trouxe novas possibilidades para o tratamento dos TAs, com o uso de aplicativos móveis e plataformas de telemedicina se tornando cada vez mais comum (Culbert *et al.*, 2015). Essas ferramentas oferecem uma forma acessível e conveniente de fornecer suporte contínuo e intervenções terapêuticas, especialmente em áreas com recursos limitados.

Os aplicativos móveis podem incluir funcionalidades como monitoramento de sintomas, diários alimentares, exercícios de TCC e lembretes de consultas, o que ajuda a manter os pacientes engajados no tratamento (Costa; Melnik. 2016). Além disso, plataformas de telemedicina permitem que os pacientes recebam terapia de alta qualidade remotamente, superando barreiras geográficas e logísticas (Da Silva Gomes *et al.*, 2021).

Estudos mostram que essas tecnologias podem ser eficazes como parte de um plano de tratamento integrado, complementando as sessões presenciais e oferecendo suporte adicional entre as consultas (Di Giacomo *et al.*, 2022; Berg *et al.*, 2013). A eficácia dessas abordagens digitais sublinha a importância de incorporar inovações tecnológicas nos cuidados com os TAs.

### Fatores Genéticos e Biológicos nos Transtornos Alimentares

A compreensão dos fatores genéticos e biológicos que contribuem para os TAs tem avançado significativamente. Estudos genéticos sugerem que há uma forte hereditariedade associada a esses transtornos, com vários genes candidatos sendo identificados (Di Giacomo *et al.*, 2022; Culbert *et al.*, 2015). Essa pesquisa tem o potencial de desvendar os mecanismos biológicos subjacentes que predisponham os indivíduos aos TAs.

Além dos fatores genéticos, a pesquisa em neurobiologia tem identificado anomalias estruturais e funcionais no cérebro de indivíduos com TAs (Olsavsky *et al.*, 2019). Por exemplo, disfunções no circuito de recompensa e controle impulsivo têm sido associadas ao desenvolvimento de comportamentos alimentares desordenados.

Essas descobertas não só aprofundam a compreensão dos TAs, mas também abrem novas vias para o desenvolvimento de tratamentos farmacológicos e intervenções específicas que visem essas anomalias biológicas (Fitzsimmons-Craft *et al.*, 2020). A pesquisa contínua nesse campo é essencial para o avanço das estratégias de tratamento e para a melhoria dos desfechos dos pacientes.

### Abordagens Nutricionais e Médicas

As intervenções nutricionais são uma componente crucial no tratamento dos TAs, especialmente para a anorexia nervosa, onde a reabilitação nutricional é vital para a recuperação física e mental (Hay *et al.*, 2015). A colaboração entre nutricionistas e outros profissionais de saúde é fundamental para garantir que os pacientes recebam um plano alimentar equilibrado que atenda às suas necessidades específicas.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS DIAGNÓSTICAS E TRATAMENTO DOS TRANSTORNOS ALIMENTARES: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA  
Gabrielle Aparecida Alves de Freitas, Lívia Carolina Brum de Souza, Juliana Alves de Oliveira,  
Júlia Nogueira Holanda, Mateus Sousa Gonçalves

Estudos demonstram que a reeducação alimentar, combinada com monitoramento médico rigoroso, pode ajudar a restaurar o peso corporal e corrigir deficiências nutricionais (Grenon *et al.*, 2019; Costa; Melnik, 2016). Além disso, o suporte nutricional pode ser essencial para reduzir comportamentos alimentares desordenados e melhorar a relação dos pacientes com a comida.

Intervenções médicas, como o uso de medicamentos psicotrópicos, também podem ser necessárias em casos severos de TAs, particularmente quando coocorrem com outras condições psiquiátricas, como depressão e ansiedade (Dold *et al.*, 2015). A combinação de intervenções nutricionais e médicas oferece uma abordagem holística para o tratamento dos TAs, abordando tanto os aspectos físicos quanto psicológicos da doença.

### Papel das Intervenções Familiares

O envolvimento da família no tratamento dos TAs é amplamente reconhecido como benéfico, especialmente em adolescentes e jovens adultos. As terapias baseadas na família, como a Terapia Familiar Maudsley, têm demonstrado eficácia significativa no apoio à recuperação e na redução das taxas de recaída (Lock; Le Grange, 2019).

A abordagem Maudsley envolve a família diretamente no processo de tratamento, capacitando os pais a ajudarem na restauração do peso dos filhos e na promoção de comportamentos alimentares saudáveis (Lock; Le Grange, 2019). Essa intervenção é especialmente eficaz em contextos em que o suporte familiar é forte, e os pais estão dispostos a participar ativamente no processo terapêutico.

Além disso, intervenções familiares podem ajudar a melhorar a comunicação e a dinâmica familiar, que frequentemente são afetadas pelos TAs (Klatzkin *et al.*, 2018). Terapias que envolvem a família também fornecem um sistema de apoio emocional crucial para os pacientes, que pode ser decisivo para a manutenção da recuperação a longo prazo.

Estudos indicam que a inclusão da família no tratamento pode reduzir o estresse e a carga sobre os cuidadores, promovendo uma abordagem mais integrada e sustentável para o manejo dos TAs (Treasure *et al.*, 2020; Costa; Melnik, 2016). A terapia familiar, portanto, deve ser considerada uma componente essencial dos planos de tratamento para jovens com TAs.

### Impacto dos Fatores Socioculturais

Os fatores socioculturais desempenham um papel significativo na etiologia e na manutenção dos TAs (Culbert *et al.*, 2015). A pressão para atingir padrões corporais irrealistas, amplamente promovidos pela mídia e pela cultura popular, contribui para o desenvolvimento de comportamentos alimentares desordenados (Levine, 2024).

Estudos mostram que indivíduos expostos a ideais corporais midiáticos são mais propensos a desenvolver insatisfação corporal, o que é um fator de risco conhecido para os TAs (Austin *et al.*, 2023; Treasure *et al.*, 2020). A globalização e a disseminação de imagens de corpos magros e idealizados exacerbam esse problema, aumentando a vulnerabilidade a esses transtornos.





## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS DIAGNÓSTICAS E TRATAMENTO DOS TRANSTORNOS ALIMENTARES: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA  
Gabrielle Aparecida Alves de Freitas, Lívia Carolina Brum de Souza, Juliana Alves de Oliveira,  
Júlia Nogueira Holanda, Mateus Sousa Gonçalves

A conscientização sobre a influência dos fatores socioculturais é crucial para a prevenção e o tratamento dos TAs. Programas de educação e intervenção que promovem a aceitação corporal e a diversidade de formas corporais podem ajudar a mitigar esses efeitos negativos (Levine, 2024). Tais iniciativas são essenciais para criar um ambiente mais saudável e inclusivo, reduzindo a incidência de TAs.

### Perspectivas Futuras e Pesquisa Contínua

A pesquisa contínua é vital para o avanço do conhecimento e do tratamento dos TAs. Novos estudos devem focar na integração de abordagens multidisciplinares que combinam insights genéticos, neurobiológicos, psicológicos e socioculturais (Dold *et al.*, 2015; Treasure *et al.*, 2020). Essa abordagem holística pode levar ao desenvolvimento de intervenções mais eficazes e personalizadas.

A identificação de novos biomarcadores e a aplicação de tecnologias avançadas, como a inteligência artificial e a análise de big data, têm o potencial de revolucionar o diagnóstico e o tratamento dos TAs (Olsavsky *et al.*, 2019). Essas inovações podem facilitar a detecção precoce e o monitoramento contínuo, melhorando os desfechos dos pacientes.

Além disso, a pesquisa deve continuar a explorar as disparidades no acesso ao tratamento e os impactos dos TAs em diferentes populações, incluindo minorias étnicas e socioeconômicas (Klatzkin *et al.*, 2018). Abordar essas lacunas é crucial para garantir que todos os indivíduos tenham acesso a cuidados de saúde de alta qualidade, independentemente de sua origem ou status socioeconômico.

### CONSIDERAÇÕES

Esta revisão bibliográfica explorou as abordagens diagnósticas e terapêuticas mais recentes para os transtornos alimentares, sublinhando a importância de uma abordagem multidisciplinar e integrativa. Com base na literatura revisada, fica evidente que os avanços em neurociência, genética, tecnologias digitais e terapias psicológicas têm contribuído significativamente para a melhoria do diagnóstico e tratamento desses transtornos complexos. A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) continua a ser uma intervenção central, complementada por novas terapias emergentes e o uso de tecnologias digitais que expandem o acesso e o alcance das intervenções.

Além disso, a pesquisa sobre os fatores genéticos, biológicos e socioculturais continua a ser essencial para aprofundar a compreensão dos mecanismos subjacentes aos transtornos alimentares e desenvolver estratégias de tratamento mais eficazes. A inclusão de intervenções nutricionais e o envolvimento da família no tratamento mostram-se fundamentais para a recuperação e o bem-estar dos pacientes. Em conclusão, o campo dos transtornos alimentares está evoluindo rapidamente, com novas descobertas e inovações que prometem melhorar os resultados terapêuticos. Continuar a pesquisa e a implementação de abordagens baseadas em evidências é crucial para enfrentar os desafios persistentes e promover a saúde e a recuperação dos indivíduos afetados por esses transtornos.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS DIAGNÓSTICAS E TRATAMENTO DOS TRANSTORNOS ALIMENTARES: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA  
Gabrielle Aparecida Alves de Freitas, Lívia Carolina Brum de Souza, Juliana Alves de Oliveira,  
Júlia Nogueira Holanda, Mateus Sousa Gonçalves

### REFERÊNCIAS

- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, DSMTF et al. **Diagnostic and statistical manual of mental disorders**: DSM-5. Washington, DC: American psychiatric association, 2013.
- AUSTIN, Amelia et al. International consensus on patient-centred outcomes in eating disorders. **The Lancet Psychiatry**, v. 10, n. 12, p. 966-973, 2023.
- BERG, Kelly C. et al. Facets of negative affect prior to and following binge-only, purge-only, and binge/purge events in women with bulimia nervosa. **Journal of abnormal psychology**, v. 122, n. 1, p. 111, 2013.
- COSTA, Marcelle Barrueco; MELNIK, Tamara. Effectiveness of psychosocial interventions in eating disorders: an overview of Cochrane systematic reviews. **Einstein** (Sao Paulo), v. 14, p. 235-277, 2016.
- CULBERT, Kristen M.; RACINE, Sarah E.; KLUMP, Kelly L. Research Review: What we have learned about the causes of eating disorders—a synthesis of sociocultural, psychological, and biological research. **Journal of child psychology and psychiatry**, v. 56, n. 11, p. 1141-1164, 2015.
- DA SILVA GOMES, Edna Lara Vasconcelos et al. O impacto do desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes: uma revisão. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 14, p. e92101421648-e92101421648, 2021.
- DI GIACOMO, Ester et al. Disentangling binge eating disorder and food addiction: a systematic review and meta-analysis. **Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity**, v. 27, n. 6, p. 1963-1970, 2022.
- DOLD, Markus et al. Second-generation antipsychotic drugs in anorexia nervosa: a meta-analysis of randomized controlled trials. **Psychotherapy and Psychosomatics**, v. 84, n. 2, p. 110-116, 2015.
- FITZSIMMONS-CRAFT, Ellen E. et al. Effectiveness of a digital cognitive behavior therapy-guided self-help intervention for eating disorders in college women: A cluster randomized clinical trial. **JAMA network open**, v. 3, n. 8, p. e2015633-e2015633, 2020.
- GALE, Corinne et al. An evaluation of the impact of introducing compassion focused therapy to a standard treatment programme for people with eating disorders. **Clinical psychology & psychotherapy**, v. 21, n. 1, p. 1-12, 2014.
- GRENON, Renee et al. Psychotherapy for eating disorders: A meta-analysis of direct comparisons. **Psychotherapy Research**, v. 29, n. 7, p. 833-845, 2019.
- HAY, Phillipa et al. Royal Australian and New Zealand College of Psychiatrists clinical practice guidelines for the treatment of eating disorders. **Australian & New Zealand Journal of Psychiatry**, v. 48, n. 11, p. 977-1008, 2014.
- KELLY, Allison C.; CARTER, Jacqueline C. Self-compassion training for binge eating disorder: A pilot randomized controlled trial. **Psychology and psychotherapy: Theory, research and practice**, v. 88, n. 3, p. 285-303, 2015.
- KLATZKIN, Rebecca R. et al. Stress-induced eating in women with binge-eating disorder and obesity. **Biological psychology**, v. 131, p. 96-106, 2018.
- LEVINE, Michael P. Prevention of eating disorders: 2023 in review. **Eating disorders**, p. 1-24, 2024.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGENS DIAGNÓSTICAS E TRATAMENTO DOS TRANSTORNOS ALIMENTARES: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA  
Gabrielle Aparecida Alves de Freitas, Lívia Carolina Brum de Souza, Juliana Alves de Oliveira,  
Júlia Nogueira Holanda, Mateus Sousa Gonçalves

LINARDON, Jake et al. The efficacy of cognitive-behavioral therapy for eating disorders: A systematic review and meta-analysis. **Journal of consulting and clinical psychology**, v. 85, n. 11, p. 1080, 2017.

LOCK, James; LE GRANGE, Daniel. Family-based treatment: Where are we and where should we be going to improve recovery in child and adolescent eating disorders. **International Journal of Eating Disorders**, v. 52, n. 4, p. 481-487, 2019.

OLSAVSKY, Aviva K. *et al.* Neural correlates of taste reward value across eating disorders. **Psychiatry Research: Neuroimaging**, v. 288, p. 76-84, 2019.

PALAVRAS, Marly Amorim et al. An investigation of objective and subjective types of binge eating episodes in a clinical sample of people with co-morbid obesity. **Journal of Eating Disorders**, v. 1, p. 1-7, 2013.

TREASURE, Janet et al. "Eating disorders." **Lancet**, (London, England), v. 395, n. 10227, p. 899-911, 2020.

TRINDADE, Amanda P. *et al.* Eating disorder symptoms in Brazilian university students: a systematic review and meta-analysis. **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 41, p. 179-187, 2018.