



UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL
FACULDADE DE MEDICINA
GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO

Osmar Rachor Toledo dos Santos

INVESTIMENTO CORPORAL E SUA RELAÇÃO COM A AUTOESTIMA E
TRANSTORNOS ALIMENTARES: UMA REVISÃO NARRATIVA

Porto Alegre
2025

Osmar Rachor Toledo dos Santos

INVESTIMENTO CORPORAL E SUA RELAÇÃO COM A AUTOESTIMA E
TRANSTORNOS ALIMENTARES: UMA REVISÃO NARRATIVA

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Nutrição da
Faculdade de Medicina da Universidade
Federal do Rio Grande do Sul, como
requisito parcial para a obtenção do grau
de Bacharel em Nutrição.

Orientadora: Profa. Dra. Carolina Guerini de Souza

Porto Alegre
2025

CIP - Catalogação na Publicação

dos Santos, Osmar Rachor Toledo
INVESTIMENTO CORPORAL E SUA RELAÇÃO COM A
AUTOESTIMA E TRANSTORNOS ALIMENTARES: UMA REVISÃO
NARRATIVA / Osmar Rachor Toledo dos Santos. -- 2025.
28 f.
Orientadora: Carolina Guerini de Souza.

Trabalho de conclusão de curso (Graduação) --
Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Faculdade
de Medicina, Curso de Nutrição, Porto Alegre, BR-RS,
2025.

1. Investimento Corporal. 2. Imagem Corporal. 3.
Autoestima. 4. Transtornos Alimentares. I. Guerini de
Souza, Carolina, orient. II. Título.

Osmar Rachor Toledo dos Santos

INVESTIMENTO CORPORAL E SUA RELAÇÃO COM A AUTOESTIMA E
TRANSTORNOS ALIMENTARES: UMA REVISÃO NARRATIVA

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Nutrição da
Faculdade de Medicina da Universidade
Federal do Rio Grande do Sul, como
requisito parcial para a obtenção do grau
de Bacharel em Nutrição.

BANCA EXAMINADORA:

Profa. Dra. Zilda Elizabeth de Albuquerque Santos

Dra. Samanta Catherine Ferreira

Orientadora – Profa Dra. Carolina Guerini de Souza

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, agradeço aos meus pais Osmar Toledo dos Santos e Lenise Rachor, por depositarem em mim todo apoio e amor que eu não tenho como mensurar. Me ensinaram que a humildade é força, que a felicidade é um objetivo e que a empatia é a maior riqueza que se pode ter. Eu amo vocês com todo o meu coração. Agradeço a minha irmã Mariane por todo o zelo e cuidado ao longo da vida e a minha irmã Micheli, hoje companheira de profissão e da vida pela parceria e carinho durante toda a minha jornada e além. Agradeço ao meu noivo Christian Santos, uma das pessoas mais incríveis que tenho o prazer de conhecer e partilhar a vida. Nos momentos mais felizes, nos momentos mais sombrios, tu estive lá para me estender a mão, agarrar forte e dizer que estaria comigo independente do que viesse...e tu estava e ainda está. Hoje, tão nutricionista quanto eu, não há palavras nesse mundo que consigam expressar a pessoa que você é na minha vida. Eu te amo, mais. Agradeço a minha madrinha Angélica Espanhol por sempre acreditar em mim e que inspira a minha vida com força, resiliência e alegria.

Agradeço aos meus amigos Matheus Longaray, Nicolas Tavares (*in memoriam*), Gabriel Bussolotti, Júlio Souza, Juliana Zilio, Larissa Vizzotto, Luciane Longaray e Luciano Medeiros, Tatiane Martins, Cauã Ávila e Cristiano Santos, a família que me escolheu para compartilhar momentos incríveis e inesquecíveis na minha vida, onde quer que estejamos, sempre seguirão no meu coração. Agradeço às minhas irmãs de vida Meryellen Gariggan e Fernanda Cunha, onde 20 anos de amizade enraizaram mais do que uma amizade de infância, a que transcende vidas, vocês são únicas.

Agradeço ao time Redes de Diagnóstico, Franciele Trapp, Karen Lucas, Laysla Pedelhes e Fernanda Pereira, a família que foi formada a partir do desejo de continuar fazendo a diferença na saúde das pessoas com doenças raras e que hoje, fazem a diferença na minha vida, vocês são um enorme presente na minha vida e eu serei eternamente grato por ter vocês comigo.

Agradeço à minha orientadora Carolina Guirini, por todo apoio e paciência para que esse trabalho surgisse. És uma inspiração para mim de profissional e ser humano e jamais vou esquecer cada palavra de apoio que e incentivo que me foi transmitida.

Agradeço a todas as pessoas maravilhosas que o curso de Nutrição UFRGS me permitiu conhecer, conviver e evoluir e todas as pessoas que de alguma forma, fizeram a minha vida se transformar completamente, vocês sabem quem são e eu jamais vou esquecer do quanto fizeram para que esse trabalho fosse possível.

RESUMO

O investimento corporal (IC) é definido como atitudes de cuidado e proteção ao corpo e pode ter relação direta com a depressão, pensamentos suicidas e desenvolvimento de transtornos alimentares. O presente trabalho busca revisar os achados da literatura sobre IC e seus principais aspectos relacionados ao estilo de vida e nas questões relacionadas à alimentação. Dentre os principais aspectos relacionados ao IC, a adolescência aparece como uma fase importante para o seu desenvolvimento devido ao período de intensas mudanças físicas e psicológicas. Ademais, o IC se mostrou um possível fator de proteção de sintomas depressivos. Além disso, a associação do IC com a supervalorização de padrões estéticos aparece como fator de risco para o desenvolvimento de TA's. Conclui-se, baseado nestes achados, a importância do conhecimento sobre IC por profissionais da saúde, como fundamental para prevenção do desenvolvimento de TA's e sintomas depressivos.

Palavras chave: Investimento Corporal , Autoestima, Transtornos Alimentares.

LISTA DE ABREVIATURAS

IC	INVESTIMENTO CORPORAL
TA	TRANSTORNO ALIMENTAR
AN	ANOREXIA NERVOSA
BN	BULIMIA NERVOSA
TCA	TRANSTORNO COMPULSIVO ALIMENTAR

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	9
2. JUSTIFICATIVA	11
3. OBJETIVOS	12
3.1. Objetivo Geral	12
3.2. Objetivos Específicos	12
4. MATERIAIS E MÉTODOS	13
5. RESULTADOS E DISCUSSÃO	14
5.1. FATORES QUE INFLUENCIAM O INVESTIMENTO CORPORAL	14
5.1.1. INVESTIMENTO CORPORAL NA ADOLESCÊNCIA	14
5.2. INVESTIMENTO CORPORAL E AUTOESTIMA	16
5.2.1. A PERCEPÇÃO SOBRE AUTOESTIMA	16
5.2.2. A RELAÇÃO COM A DEPRESSÃO	17
5.3. INVESTIMENTO CORPORAL E TRANSTORNOS ALIMENTARES	19
6. CONSIDERAÇÕES FINAIS	22
REFERÊNCIAS	23

1. INTRODUÇÃO

Atualmente, a percepção da imagem corporal vem tomando cada vez mais espaço nas discussões sobre saúde da população. A imagem corporal possui algumas definições, onde no geral, entende-se como sendo o retrato visual auto-avaliado do corpo do indivíduo, sob olhares estéticos (Leite, 2022). Ainda, autores consideram que a imagem corporal possui uma extensão mais ampliada sobre a personificação do olhar crítico de si mesmo, em comparativo com o que a pessoa enxerga como positiva ou negativa (Kling *et al*, 2019; Altabe & Thompson, 1996).

A insatisfação com essa imagem corporal influencia a saúde do indivíduo, tanto em aspectos físicos como mentais, desde a adolescência à vida adulta (Petruzzelli *et al*, 2022; Walter, 2017; Pinho *et al*, 2019). Estudos que avaliaram as relações entre o bem estar emocional de adolescentes, a imagem corporal e o ambiente familiar mostraram que um ambiente de apoio e acolhimento pelos pais nesse ciclo da vida, se mostra “protetor” de imagem corporal negativa, a qual pode levar a problemas psiquiátricos, como risco de suicídio e transtornos alimentares (TA) (Walker *et al*, 2018; Lamis *et al*, 2010). Além disso, questões ambientais e socioeconômicas devem ser consideradas como fatores de impacto em aspectos relacionados com a imagem corporal (Walter *et al*, 2017). Desta forma, podemos considerar que ao se atingir a vida adulta e maior autonomia do indivíduo, de acordo com sua satisfação ou insatisfação corporal, o investimento corporal (IC) toma forma.

Entende-se por IC o desenvolvimento de cuidados em relação ao corpo, bem como a importância atribuída a questões tanto físicas como sentimentais em relação ao próprio corpo (Orbach & Mikulincer, 1998; Gouveia *et al*, 2008). O IC pode ser descrito de diversas formas, as quais envolvem sentimentos e/ou atitudes de proteção e cuidado com o corpo, conforto ao toque e saúde mental (Orbach & Mikulincer, 1998). Tendo em vista o impacto do IC na vida do indivíduo, desenvolveu-se uma escala objetivando mensurar atitudes de cuidado com o corpo, proteção, sentimentos ao toque, relacionados ao investimento no corpo de indivíduos saudáveis ou suicidas, sendo ela discutida ao longo dos anos procurando

melhores estratégias para a saúde (Orbach & Mikulincer, 1998). A *Body Investment Scale* (BIS) materializa-se em um questionário com 24 tópicos divididos em 4 grandes subgrupos, sendo eles o sentimento e atitudes em relação ao seu corpo, sentimento ao toque físico, os cuidados com o corpo e a proteção do próprio corpo. A escala é dividida em 6 campos com pontuação que varia de 1 à 5, onde 1 indica “Discordo Totalmente” e 5 indica “Concordo Totalmente”. No geral, a escala demonstra que quanto maior a pontuação melhor o sentimento em relação ao seu corpo, cuidados e proteção.

Entretanto o IC pode ter consequências positivas e negativas. Uma das consequências negativas do investimento corporal é a supervalorização do “corpo magro” e ou “com grupos musculares definidos”, as quais refletem uma diminuição da autoestima (Carraça *et al*, 2011), vista com frequência em mulheres (Ip & Jarry, 2008; Forand *et al*, 2010). Outrossim, nota-se que o IC pode-se ter relação direta com a depressão, pensamentos suicidas e desenvolvimento de transtornos alimentares (Palmeroni *et al*, 2020; Mierlo *et al*, 2020; Wang *et al*, 2021). Logo, o IC pode reger uma parte do estilo de vida do indivíduo, que por sua vez busca se sentir bem com seu corpo.

Dessa forma, o objetivo deste trabalho foi revisar os achados referentes ao IC, apresentando os principais aspectos relacionados ao estilo de vida dos indivíduos, considerando seu impacto nas questões relacionadas à alimentação.

2. JUSTIFICATIVA

A relação da imagem corporal com o bem estar físico e mental já é bem estabelecida pela literatura. Sendo o investimento corporal um dos pilares principais desse campo de estudo e podendo determinar o estilo de vida do indivíduo, o seu entendimento e impacto nas questões relacionadas à alimentação apresentam grande importância, constituindo tema relevante para atualização e educação de profissionais da saúde, justificando assim o desenvolvimento deste estudo.

3. OBJETIVOS

3.1 Objetivo Geral

Revisar achados na literatura sobre investimento corporal e investigar a sua relação com a autoestima e transtornos alimentares.

3.2 Objetivos específicos

3.2.1 Identificar os aspectos que influenciam o investimento corporal.

4. MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, realizada entre os meses de Setembro e Novembro de 2024. A busca de artigos foi feita por meio das bases de dados *PubMed* e *Google Scholar*, com uso do termo livre “*body investment*”. Foram incluídos artigos originais, publicados nos idiomas inglês e espanhol, sem limite da data de publicação, cujo objetivo de estudo foram os achados sobre avaliação do investimento corporal no contexto de auto avaliação corporal, autoestima e transtornos alimentares ou que tenham utilizado a ferramenta *Body Investment Scale (BIS)*. Na pesquisa, foram encontrados 30 resultados para revisão, onde 12 se enquadraram nos critérios de seleção para essa revisão.

5. RESULTADOS E DISCUSSÃO

5.1. FATORES QUE INFLUENCIAM O INVESTIMENTO CORPORAL

O investimento corporal (IC) pode ser definido como atitudes em relação a cuidados e proteção com seu corpo, vinculados à saúde física e sentimental (Orbach & Mikulincer, 1998). Ainda, podemos dizer que o IC se refere a um dos variados pilares da construção da imagem corporal dos indivíduos, estando relacionado a questões mediadas pela autoestima. A imagem corporal é definida como a visão crítica que um indivíduo tem em relação ao seu próprio corpo, em aspectos positivos e/ou negativos (Leite *et al* 2022; Kling *et al*, 2019). Logo, uma visão mais atenciosa em relação ao seu corpo pode desencadear o desejo de mudanças no estilo de vida, visando um aumento na satisfação com a imagem corporal.

Dito isso, podemos atrelar a construção do IC a momentos específicos ao longo da vida. Contudo podemos identificar fases em que ocorrem mudanças corporais, tais como o período da infância para a adolescência, especificamente o período de início da puberdade e o início da vida adulta, em que se podem gerar “gatilhos” nas reflexões sobre como o próprio corpo é percebido.

5.1.1 INVESTIMENTO CORPORAL NA ADOLESCÊNCIA

O período da adolescência é caracterizado por mudanças no crescimento e desenvolvimento rápido do corpo. Essas mudanças trazem consigo percepções sobre fatores que aparecem nesse período, como o ganho de peso e a composição corporal, refletindo na imagem corporal (Castro *et al*, 2010; Toselli *et al*, 2021).

Em um estudo qualitativo realizado por *Frisén & Holmqvist* (2010) sobre a imagem corporal em estudantes suecos, com idade de 10 a 13 anos, onde foram realizadas entrevistas individuais para falarem como se sentiam em relação ao próprio corpo, observou-se que pelo menos 50% dos estudantes não tiveram dificuldades ao falar sobre o seu corpo, sendo apresentadas características tanto positivas, como negativas. O estudo identificou que as características estéticas eram mais presentes em relação ao rosto, como a cor e formato dos olhos, cílios, tamanho dos lábios e da pele, como acnes e cicatrizes, que consideravam imperfeições, mas que conseguiam conviver. Além do mais, em relação a

diferenciação por gênero, as estudantes do sexo feminino, em todos os pontos abordados cresceram mais características dos seus corpos, como o tamanho do nariz, formato geométrico do rosto, nas quais apareciam com mais frequência nos relatos do que os do sexo masculino.

Outro aspecto visto, foi em relação a funcionalidade de seus corpos, onde a própria estatura, tamanhos e formas dos seus corpos os deixavam satisfeitos ou insatisfeitos em relação ao que eram capazes de fazer, como o desempenho em atividades relacionadas a exercícios de velocidade ou força. Ao falar sobre aspectos de funcionalidade corporal, referimo-nos à capacidade física do corpo sob diversos contextos, que não estéticos (Alleva & Tylka, 2020). Outro estudo trouxe a funcionalidade do corpo como fator no reflexo da imagem corporal em estudantes australianos e comparou com o que relataram sobre a sua aparência estética (Abbott & Barber, 2010). Revelou-se que para os estudantes de ambos os sexos, as questões de do corpo são mais importantes do que a estética, muito embora esta seja uma percepção limitada aos parâmetros de conhecimento sobre a funcionalidade corporal de cada indivíduo, neste caso crianças.

Por outro lado, há outros fatores que devem ser levados em consideração ao adentrarmos em investimento corporal na adolescência. Ainda tendo como base estudantes, os ambientes escolares são locais onde adolescentes passam a maior parte do seu dia, onde há desenvolvimento da socialização e modelação de personalidade de cada indivíduo, além da influência com a saúde mental e emocional dos adolescentes (Kidger *et al*, 2012). Entretanto, a relação familiar entre adolescentes e seus responsáveis, precisam ser pontuados, quanto a percepções de experiências com o corpo. Desde a infância, comumente há uma percepção de imagem corporal culturalmente estabelecida de que um indivíduo magro representa um corpo mais adequado do que o indivíduo acima do peso, sugerindo que se deve buscar esse padrão corporal. Uma vez cultivado este padrão, pode-se gerar uma percepção mais crítica em relação ao corpo, que acaba desencadeando atitudes tanto físicas quanto sentimentais, como mudanças na alimentação e na prática de atividades físicas. Essas atitudes podem trazer aspectos positivos para a saúde e bem estar, desenvolvendo novos hábitos saudáveis que se perpetuam ao longo da vida. Entretanto, essas mesmas experiências também podem trazer frustrações, uma vez que podem não ocorrer da forma que se era esperado, influenciando de forma negativa a imagem corporal (Walter *et al*, 2017).

Os sentimentos negativos, que são gerados pela frustração, podem ter reflexos ao longo da vida. O estudo de Walter *et al.* (2017), investigou o bem estar subjetivo e o efeito da relação familiar com a imagem corporal, em uma amostra de 107 adolescentes, com idade entre 13 e 18 anos. Foram aplicados questionários de auto relato onde avaliou-se sentimentos em relação ao corpo, IMC, bem-estar subjetivo, relações familiares e situação sociodemográfica. Os resultados do estudo mostraram uma relação negativa na imagem corporal em indivíduos com mais idade e com IMC mais elevado, bem como, a relação dos sentimentos e atitudes relativas à imagem corporal foram significativamente relacionadas ao bem estar subjetivo. Desta forma, a influência de um ambiente familiar pode estar relacionado com sentimentos e atitudes, tanto positivas quanto negativas, em relação ao corpo.

Sendo assim, uma educação acolhedora e inclusiva desde a infância, pode ajudar a prevenir sentimentos e frustrações, bem como gerar estresses emocionais em relação ao corpo e estimular um investimento corporal mais positivo, cultivado ao longo da vida adulta.

5.2. INVESTIMENTO CORPORAL COM A AUTOESTIMA E DEPRESSÃO

5.2.1. A RELAÇÃO DO INVESTIMENTO CORPORAL COM A AUTOESTIMA

A relação com o corpo possui diversas causas e desfechos nos indivíduos. Tais desfechos podem estar associados a uma mudança no estilo de vida, como uma alimentação saudável e atividade física, que por sua vez estão relacionados com uma melhor autoestima (Gaddad *et al.*, 2018). É possível descrever a autoestima como sentimentos e pensamentos em relação a sua própria imagem, enaltecendo características de modo geral (Silber & Tippett, 1965). Logo, sugere-se que autoestima mais elevada leva a uma relação mais positiva consigo mesmo e, conseqüentemente, em um cuidado com o corpo.

As percepções sobre a autoestima são pessoais e subjetivas, onde cada pessoa pode enaltecer uma característica física ou da sua personalidade, as quais podem expressar questões consideráveis sobre a própria imagem. Essas percepções podem promover uma autoestima baixa ou alta, de acordo com a natureza de cada percepção. Considerando seu impacto na imagem corporal, um dos principais contextos em que ela pode ser afetada é o de comparação com os padrões sociais de beleza, onde comumente o corpo magro representar um corpo mais atrativo,

podendo ser impulsionada atualmente pelas mídias sociais (Chang et al, 2019), afetando a autoestima, se mostrando mais presente em mulheres (Carraça *et al*, 2011; Ip & Jarry, 2008; Forand *et al*, 2010). A comparação interpessoal através das mídias sociais é uma realidade na qual já se observou que além de ser frequente, está relacionada a sentimentos negativos e baixa autoestima (Lee, 2014). Nesse contexto, presume-se que os indivíduos, especificadamente mulheres, podem realizar mudanças no seu estilo de vida para, de certa forma, buscar a imagem corporal que se idealiza, construindo um investimento corporal que considere positivo, mas que pode, também, se tornar moderador para um *feedback* mais autocrítico no desenvolvimento dessas mudanças (Wood-barcalow *et al*, 2010).

No entanto, o estudo de Jarry & Kossert (2007) observou de forma mais tangível na comparação com um corpo magro e a autoestima, em mulheres. O estudo realizou uma atividade intelectual com as participantes e às dividiu em 2 grupos, onde receberam um feedback de fracasso em um e de sucesso em outro, sendo apresentadas fotos de modelos magras e propagandas midiáticas também com corpos magros e analisaram os sentimentos das participantes em relação a sua autoestima após as ações. Os resultados encontrados mostram que mulheres com *feedback* de fracasso se mostraram mais satisfeitas com a sua aparência do que as com *feedback* de sucesso. Isso que a exposição da “magreza” oferece uma via que oportuniza melhorias na autoestima não necessariamente estética, que caracterizaria um investimento corporal baixo, uma vez que a autoestima retrata a aparência como um todo dos indivíduos e não apenas a aparência, caracterizando as nuances do investimento corporal em relação aos sentimentos construídos.

5.2.2. A RELAÇÃO COM A DEPRESSÃO

Atualmente, as discussões sobre sentimentos depressivos vem tomando cada vez mais forma em vários campos dos estudos sobre saúde mental dos indivíduos. A Organização Mundial da Saúde (OMS) descreve a depressão ou transtorno depressivo como uma condição de perda de prazer e humor que pode levar um longo período de tempo, cujo fatores complexos são caracterizados em psicológicos, biológicos e/ou sociais, tendo como exemplo sentimentos de culpa ou baixa autoestima, fadiga, sentimentos negativos em relação ao peso e apetite ou até mesmo pensamentos suicidas (WHO, 2023). Outros autores corroboram indicando a

depressão como fator que compromete a saúde em âmbito geral e reduz a qualidade de vida do indivíduo (Barnett, 2019; Stringaris, 2017).

O impacto na qualidade de vida dos indivíduos varia conforme cada caso, sendo alguns dos fatores relacionados à insatisfação corporal e o investimento corporal. Van Mierlo (2021) investigou a relação entre a insatisfação corporal, o investimento corporal e sintomas depressivos em adultos, observando uma relação direta entre eles sem distinção de gênero. Neste estudo, indivíduos mais satisfeitos com seus corpos apresentavam maior investimento corporal e menores sintomas depressivos. Outrossim, o estudo ressalta um papel muito expressivo do investimento corporal, sugerindo que as atitudes de cuidado e proteção corporal se mostram mais efetivos com a redução de sintomas depressivos.

Por outro lado, não se pode afirmar que um alto investimento corporal tenha o mesmo efeito mediador em todos os casos de sintomatologia depressiva. Quando olhamos para questões quanto à composição corporal (peso, altura, tamanhos) vemos um cenário onde um alto investimento corporal pode se tornar um fator estressor para indivíduos com depressão. Estudos trazem discussões sobre o baixo peso, sobrepeso e obesidade agravarem os sintomas depressivos, sendo o cenário de sobrepeso e obesidade, mais expressivos em mulheres, onde se observa, além de uma menor satisfação corporal, um aumento na comparação com padrões estéticos sociais (Farhat *et al*, 2013; Jung *et al*, 2017; Luppino *et al*, 2010; Speed *et al*, 2017). O olhar para a satisfação da composição corporal muda nesse sentido, onde as atitudes e cuidados com o corpo, embora aumentadas, podem ter propósito avesso ao de melhoria da saúde e passa a ser um olhar mais estético que pode levar a sentimentos negativos mais presentes nos indivíduos, o que causa, por consequência um agravando sintomas depressivos.

Nesse contexto, as ações em relação ao corpo podem tomar rumos correlacionados ao grau de sentimentos depressivos, tanto podendo acarretar redução dos sintomas depressivos através de mudanças no estilo de vida, como alimentação e exercício físico (Jacka *et al*, 2012), como podendo gerar fatores ainda mais estressores, levando a comportamentos autolesivos em adultos jovens e adolescentes (Duggan *et al*, 2013; Cipriano *et al*, 2020; Cao *et al*, 2024). Tendo em vista que um investimento corporal teria tal influência nesses agravos, Barroso *et al* (2021) estudou a possibilidade do investimento corporal ser um moderador na predição de pensamentos suicidas em jovens adultos. Foi encontrada uma relação

protetora em parâmetros como sensação de segurança ao toque e atitudes/sentimentos protetores com o corpo, com pensamentos suicidas. Ademais, observou-se que um investimento corporal positivo, teria relação com maior autopreservação do corpo e menos riscos de sentimentos autolesivos.

Esses resultados são de extrema valia para o entendimento do investimento corporal no contexto de avaliação e cuidados com pacientes diagnosticados ou sintomáticos, em relação à depressão. O olhar individual de cada caso evidencia a importância de uma capacitação adequada dos profissionais da área, onde estudos sobre saúde mental necessitam ser revisados e atualizados para que haja um manejo qualitativo e, principalmente, empático.

5.3. INVESTIMENTO CORPORAL E TRANSTORNOS ALIMENTARES

Os Transtornos Alimentares (TAs) são distúrbios mentais que se caracterizam por disfunções em padrões alimentares considerados incomuns e que afetam a saúde física e mental de forma negativa (Grave, 2011). Essas disfunções podem incluir distúrbios com a imagem corporal e alimentação, relação ao peso, ao formato de partes do corpo e podem levar a desfechos clínicos graves, como depressão e desnutrição (Lin *et al*, 2021). Dentre os TAs mais conhecidos, temos a Bulimia Nervosa (BN), Anorexia Nervosa (AN) e o Transtorno de Compulsão Alimentar (TCA). A BN caracteriza-se por episódios frequentes de compulsões alimentares, seguidos de métodos compensatórios para impedir o ganho de peso, como por exemplo a indução da êmese e o uso de laxantes e/ ou diuréticos (Shapiro *et al*, 2007; Erford *et al*, 2013). A AN é caracterizada por medo intenso no ganho de peso a uma distorção da imagem corporal, levando a restrições alimentares severas, que podem ou não serem acompanhadas de purgação (Zipfel *et al*, 2015). Já o TCA se trata de episódios frequentes de compulsão alimentar, caracterizada pela ingestão alimentar maior do que a habitual ou mais rápida em relação a outros indivíduos no mesmo cenário, acompanhada de perda do controle de saciedade, ocorrendo em um período de 3 meses, pelo menos 1 vez por semana (Kober & Boswell, 2018).

Logo, as questões relacionadas à imagem corporal podem estar interligadas ao desenvolvimento de TAs, uma vez que atitudes severas na alimentação, como dietas altamente restritivas, pular refeições ou até mesmo dias sem se alimentar,

visam objetivos muitas vezes mais estéticos. Tais objetivos, muitas vezes não alcançados a curto prazo, podem gerar sentimentos negativos e frustrados, dos quais trazem consigo sintomas depressivos (Farhat *et al*, 2013; Jung *et al*, 2017).

Os TAs podem se desenvolver rápido e muitas vezes de forma silenciosa. Embora não estejam atrelados a uma fase específica da vida, a identificação de seus mediadores podem auxiliar no rastreamento e na possibilidade de intervenção no auxílio dos pacientes. Palmeroni *et al*. (2020) investigaram sobre o papel mediador da insatisfação corporal na relação do desenvolvimento de identidade e sintomas de transtornos alimentares em uma amostra de adolescentes e adultos jovens. Os autores concluíram que uma imagem corporal negativa estava relacionada a um sofrimento de identidade, ou seja, os indivíduos que não estavam satisfeitos com seu corpo, não se sentiam como eles mesmos. Além do mais, viu-se que a conexão da sintomatologia de TAs também pode ser mediada pelo grau de investimento corporal dos indivíduos, uma vez que há um maior investimento na busca pelo objetivo, que no contexto atual em que vivemos, seria a “supervalorização da magreza”, que faz prevalecer o corpo magro como referência em questões estéticas ou saúde.

Os sentimentos quanto à própria identidade, podem desencadear um fator de desregulação emocional no indivíduo (Neacsiu *et al*, 2015), como alto estresse ao não se identificar com o próprio corpo, devido a não aceitação de si mesmo, e podem utilizar de métodos para enfrentamento desses sentimentos, recorrendo a atitudes como mudanças da ingestão alimentar e controle do peso corporal (Farchaus & Corte, 2007).

Haja vista que a relação dos sintomas de TAs com o investimento corporal pode, de certa forma, comprometer a saúde física do indivíduo, uma distorção da imagem corporal associada a sentimentos estressores, podem gerar comportamentos autolesivos nos indivíduos, como automutilação não suicida (Orbach & Mikulincer, 1998). Nesse caso, os sintomas de TAs, levam a um contexto de automutilação, uma vez que há dano à integridade corporal devido às atitudes empregadas, como por exemplo anorexia nervosa, cujo prejudicar a saúde do indivíduo fragilizando o corpo e comprometendo o estado nutricional (Kim, 2012). Sendo assim, sentimentos negativos em relação ao corpo, podem levar a atitudes danosas ao corpo, configurando um baixo cuidado e proteção ao seu corpo, logo um baixo IC (Vieira *et al*, 2020). O IC nesse contexto, positivo ou negativo, pode ser um

dos fatores que pode identificar a sintomatologia de TAs, bem como, pode ser um fator protetor do agravamento dos sintomas.

Outrossim, a saúde física e os TAs também podem ser vistos através de mediações culturais com o corpo, onde a cultura do corpo magro pode influenciar na funcionalidade, ou seja, na definição estrutural do corpo, como musculatura relacionada a resistência e estatura relacionada a alcance ou velocidade, e o desempenho em atividades de maior intensidade, como esportes. Um estudo realizado por Borowiec *et al* (2023), com atletas jovens, avaliou as relações entre o risco de TAs e o tipo de esporte, fatores de vulnerabilidade e ambiente esportivo, em atletas femininas. Os tipos de esporte foram classificados como esportes de resistência estéticos (como ginástica e dança), esportes de resistência não estéticos (natação, atletismo e lutas) e esportes com bola (futebol e voleibol) e atores de vulnerabilidade foram considerados a satisfação corporal e IMC. Os resultados do estudo indicaram que os indivíduos praticantes de esportes não estéticos magros têm mais chances de desenvolver TAs, sendo mais predominante nos indivíduos mais jovens, resultados estes considerados inesperados pelos autores, pois a maior prevalência do desenvolvimento de TAs em atletas seriam em esportes estéticos (Krentz, 2011).

Assim podemos averiguar que os esportes com maiores riscos, são os que se apegam a uma cultura de condicionamento físico com mais massa muscular e menos gordura corporal. Os resultados encontrados em uma amostra mais jovem, pode indicar uma maior vulnerabilidade a insatisfação corporal devido a pressões em relação a esse estigma corporal de melhor desempenho, fazendo com que haja um maior investimento na busca por esses parâmetros e levando a potenciais atitudes em relação a sua alimentação e estilo de vida, podendo trazer os riscos de TAs.

Sendo assim, o investimento corporal trás uma perspectiva das atitudes dos indivíduos com riscos de TAs, podendo ser um mediador entre os sintomas e um importante fator protetor. Ademais, os sentimentos negativos sobre o corpo, estão associados ao agravo dos sintomas de TAs, ou seja, um baixo cuidado e proteção corporal, também podem caracterizar riscos de TAs. Assim, entender mais sobre IC pode auxiliar profissionais da saúde na detecção e manejo no tratamento desses pacientes.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo revisou achados recentes sobre IC e os seus impactos na saúde dos indivíduos. O IC mostra uma relação complexa entre as questões positivas com o corpo, tais como promoção de cuidado e proteção, impactando na elevação da autoestima, e negativas que envolvem a supervalorização de padrões estéticos irreais e que podem trazer riscos à saúde, como TAs e depressão.

Ademais, a construção da imagem corporal e a influência de fatores sociais e ambientais, podem estar relacionados ao IC em adolescentes e adultos jovens. Ambientes familiares inclusivos e acolhedores, podem ter efeitos protetores de uma imagem corporal positiva, favorecendo um IC benéfico. Já no cenário de exposição midiática, há um contexto de “pressão estética” envolvendo esses indivíduos, sendo mais visto com o gênero feminino e que reforçam sentimentos de insatisfação corporal, e um IC prejudicial.

Por fim, esta revisão contribui para ampliar os conhecimentos sobre o IC e estimular a produção de novos estudos, que possibilitem auxiliar na prática clínica, estimulando um olhar ampliado no atendimento em saúde.

REFERÊNCIAS

- ABBOTT, B. D.; BARBER, B. L.** Embodied image: Gender differences in functional and aesthetic body image among Australian adolescents. *Body Image*, v. 7, n. 1, p. 22-31, jan. 2010. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19945925/>. Acesso em: 01 nov. 2024..
- ALLEVA, J. M.; TYLKA, T. L.** Body functionality: A review of the literature. *Body Image*, v. 36, p. 149-171, 1 mar. 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33321273/>. Acesso em: 01 nov. 2024.
- ALTABE, M.; THOMPSON, J. K.** Body image: A cognitive self-schema. *Cognitive Therapy and Research*. [s.l.]: [s.n.], [ano]. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/BF02228033> . Acesso em: 18 out. 2024
- BARNETT, R.** Depression. *The Lancet*, v. 393, n. 10186, p. 2113, 25 maio 2019. Disponível em: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(19\)31151-1/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(19)31151-1/fulltext) . Acesso em: 06 nov. 2024
- BOROWIEC, J. et al.** Eating disorder risk in adolescent and adult female athletes: The role of body satisfaction, sport type, BMI, level of competition, and training background. *BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation*, v. 15, n. 1, 1 dez. 2023. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37491299/> . Acesso em: 22 nov. 2024.
- CAO, P. et al.** Predictors of non-suicidal self-injury in adolescents with depressive disorder: The role of alexithymia, childhood trauma, and body investment. *Frontiers in Psychology*, v. 15, 2024. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38638510/> . Acesso em: 08 nov. 2024.
- CARRAÇA, E. V. et al.** Dysfunctional body investment versus body dissatisfaction: Relations with well-being and controlled motivations for obesity treatment. *Motivation and Emotion*, v. 35, n. 4, p. 423-434, dez. 2011. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/233400837_Dysfunctional_body_investment_versus_body_dissatisfaction_Relations_with_well-being_and_controlled_motivations_for_obesity_treatment . Acesso em: 02 out. 2024
- CHANG, L. et al.** A study of Singapore adolescent girls' selfie practices, peer appearance comparisons, and body esteem on Instagram. *Body Image*, v. 29, p. 90-99, 1 jun. 2019. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30884385/> . Acesso em: 15 nov. 2024.
- CASTRO, I. R. R. de et al.** Imagem corporal, estado nutricional e comportamento com relação ao peso entre adolescentes brasileiros. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 15, p. 3099-3108, out. 2010. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30884385/> . Acesso em: 15 out. 2024.

CIPRIANO, A.; CELLA, S.; COTRUFO, P. Non-suicidal self-injury among Italian adolescents: The role of parental rejection, self-concept, anger expression, and body investment. *Clinical Neuropsychiatry*, v. 17, n. 6, p. 330-338, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34909011/> . Acesso em: 22 set. 2024

DE PINHO, L. et al. Perception of body image and nutritional status in adolescents of public schools. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 72, p. 229-235, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/NcmxvskW4NKTtpcXkLJ5DZz/?lang=pt> . Acesso em: 02 out. 2024

DUGGAN, J. M.; TOSTE, J. R.; HEATH, N. L. An examination of the relationship between body image factors and non-suicidal self-injury in young adults: The mediating influence of emotion dysregulation. *Psychiatry Research*, v. 206, n. 2-3, p. 256-264, 30 abr. 2013. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23219105/> Acesso em: 22 nov. 2024.

ERFORD, B. T. et al. Counseling and guided self-help outcomes for clients with bulimia nervosa: A meta-analysis of clinical trials from 1980 to 2010. *Journal of Counseling and Development*, abr. 2013. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/j.1556-6676.2013.00083.x> . Acesso em: 25 nov. 2024.

FARCHAUS STEIN, K.; CORTE, C. Identity impairment and the eating disorders: Content and organization of the self-concept in women with anorexia nervosa and bulimia nervosa. *European Eating Disorders Review*, v. 15, n. 1, p. 58-69, jan. 2007. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17676674/> . Acesso em: 25 nov. 2024

FARHAT, T.; IANNOTTI, R. J.; CACCAVALE, L. J. Adolescent overweight, obesity and chronic disease-related health practices: Mediation by body image. *Obesity Facts*, v. 7, n. 1, p. 1-14, 2014. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24356530/> . Acesso em: 10 nov. 2024..

FORAND, N. R. et al. Appearance investment and everyday interpersonal functioning: An experience sampling study. *Psychology of Women Quarterly*. [s.l.]: Wiley Periodicals, Inc, 2010. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1471-6402.2010.01583.x> . Acesso em: 20 nov. 2024.

FRISÉN, A.; HOLMQVIST, K. What characterizes early adolescents with a positive body image? A qualitative investigation of Swedish girls and boys. *Body Image*, v. 7, n. 3, p. 205-212, jun. 2010. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20554256/> . Acesso em: 19 out. 2024.

GADDAD, P. et al. Relationship of physical activity with body image, self-esteem, sedentary lifestyle, body mass index and eating attitude in adolescents: A cross-sectional observational study. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, v. 7, n. 4, p. 775, 2018. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30234052/> . Acesso em: 10 nov. 2024.

IP, K.; JARRY, J. L. Investment in body image for self-definition results in greater vulnerability to the thin media than does investment in appearance management. *Body Image*, v. 5, n. 1, p. 59-69, mar. 2008. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18405864/> . Acesso em: 22 set. 2024.

JACKA, F. N.; MYKLETUN, A.; BERK, M. Moving towards a population health approach to the primary prevention of common mental disorders. *BMC Medicine*, v. 10, 27 nov. 2012. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23186355/> . Acesso em: 23 nov. 2024.

JARRY, J. L.; KOSSERT, A. L. Self-esteem threat combined with exposure to thin media images leads to body image compensatory self-enhancement. *Body Image*, v. 4, n. 1, p. 39-50, mar. 2007a. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18089250/> . Acesso em: 26 set. 2024.

JUNG, S. J. et al. Association between body size, weight change and depression: Systematic review and meta-analysis. *British Journal of Psychiatry*, Royal College of Psychiatrists, 1 jul. 2017. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28428339/> . Acesso em: 16 nov. 2024

KIDGER, J. et al. The effect of the school environment on the emotional health of adolescents: A systematic review. *Pediatrics*, v. 129, n. 5, p. 925-949, 1 maio 2012. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28428339/> . Acesso em: 25 out. 2024.

KIM, Y.-R. Eating disorders and adolescent health. *Pediatric Gastroenterology, Hepatology & Nutrition*, v. 15, n. Suppl 1, p. S1, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpp/a/FhGt8KPLRMTDkmKvM4HtQPh/?format=pdf&lang=en> . Acesso em: 28 nov. 2024.

KLING, J. et al. Systematic review of body image measures. *Body Image*, Elsevier Ltd, 1 set. 2019a. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31394462/> . Acesso em: 28 out. 2024.

KOBER, H.; BOSWELL, R. G. Potential psychological & neural mechanisms in binge eating disorder: Implications for treatment. *Clinical Psychology Review*, Elsevier Inc., 1 mar. 2018. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29329692/> . Acesso em: 29 nov. 2024.

KRENTZ, E. M.; WARSCHBURGER, P. Sports-related correlates of disordered eating in aesthetic sports. *Psychology of Sport and Exercise*, v. 12, n. 4, p. 375-382, jul. 2011. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1469029211000306?via%3Dihub> . Acesso em: 29 set. 2024.

LAMIS, D. A. et al. Body investment, depression, and alcohol use as risk factors for suicide proneness in college students. *Crisis*, v. 31, n. 3, p. 118-127, 2010. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20573605/> . Acesso em: 21 set. 2024.

LEE, S. Y. How do people compare themselves with others on social network sites?: The case of Facebook. *Computers in Human Behavior*, v. 32, p. 253-260, mar. 2014. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563213004512?via%3Dihub> . Acesso em: 04 nov. 2024.

LEITE, K. C. C. A percepção da imagem corporal de indivíduos à luz da psicologia positiva. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, v. 8, n. 9, p. 573-586, 30 set. 2022. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/6772> . Acesso em: 29 out. 2024.

LIN, J. A. et al. The association of malnutrition, illness duration, and pre-morbid weight status with anxiety and depression symptoms in adolescents and young adults with restrictive eating disorders: A cross-sectional study. *Journal of Eating Disorders*, v. 9, n. 1, 1 dez. 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34001260/> . Acesso em: 23 nov. 2024.

LUPPINO, F. S. et al. Overweight, obesity, and depression: A systematic review and meta-analysis of longitudinal studies. *Archives of General Psychiatry*, v. 67, n. 3, p. 220-229, 1 mar. 2010. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20194822/> . Acesso em: 23 out. 2024.

NEACSIU, A. D. et al. Identity disturbance and problems with emotion regulation are related constructs across diagnoses. *Journal of Clinical Psychology*, v. 71, n. 4, p. 346-361, 1 abr. 2015. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25534425/> . Acesso em: 30 nov. 2024.

ORBACH, I.; MIKULINCER, M. The Body Investment Scale: Construction and validation of a body experience scale. *Psychological Assessment*. [s.l.]: \W, 1998a. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/232513339_The_Body_Investment_Scale_Construction_and_validation_of_a_body_experience_scale . Acesso em: 15 set. 2024.

PALMERONI, N. et al. Body dissatisfaction as a mediator between identity formation and eating disorder symptomatology in adolescents and emerging adults. *Psychologica Belgica*, v. 60, n. 1, p. 328-346, 29 set. 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33042564/> . Acesso em: 23 set. 2024.

PETRUZZELLI, M. G. et al. Body emotional investment and emotion dysregulation in a sample of adolescents with gender dysphoria seeking sex reassignment. *Journal of Clinical Medicine*, v. 11, n. 12, 1 jun. 2022. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35743384/> . Acesso em: 01 out. 2024.

SHAPIRO, J. R. et al. Bulimia nervosa treatment: A systematic review of randomized controlled trials. *International Journal of Eating Disorders*, maio 2007. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17370288/> . Acesso em: 20 nov. 2024.

SILBER, E.; TIPPETT, J. S. Self-esteem: Clinical assessment and measurement validation. [s.l.]: Southern Universities Press, 1965. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/epdf/10.2466/pr0.1965.16.3c.1017> . Acesso em: 20 out. 2024.

SPEED, M. S. et al. Investigating the association between body fat and depression via Mendelian randomization. *Translational Psychiatry*, v. 9, n. 1, 1 dez. 2019. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31383844/> . Acesso em: 05 nov. 2024.

STRINGARIS, A. Editorial: What is depression? *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, Blackwell Publishing Ltd, 1 dez. 2017. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29148049/> . Acesso em: 20 nov. 2024.

TOSELLI, S. et al. Body image perception and body composition in early adolescents: A longitudinal study of an Italian cohort. *BMC Public Health*, v. 21, n. 1, 1 dez. 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34253209/> . Acesso em: 20 out. 2024.

VAN MIERLO, L. A.; SCHEFFERS, M.; KONING, I. The relative relation between body satisfaction, body investment, and depression among Dutch emerging adults. *Journal of Affective Disorders*, v. 278, p. 252-258, 1 jan. 2021a. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32971318/> . Acesso em: 20 set. 2024.

VIEIRA, A. I. et al. The Portuguese version of the body investment scale: Psychometric properties and relationships with disordered eating and emotion dysregulation. *Journal of Eating Disorders*, v. 8, n. 1, 1 jul. 2020a. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32626578/> . Acesso em: 20 set. 2024.

WALTER, O.; SHENAAR-GOLAN, V. Effect of the parent–adolescent relationship on adolescent boys' body image and subjective well-being. *American Journal of Men's Health*, v. 11, n. 4, p. 920-929, 1 jul. 2017. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28625112/> . Acesso em: 22 set. 2024.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Depressive disorder (depression). Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression>. Acesso em: 03 dez. 2024.

WOOD-BARCALOW, N. L.; TYLKA, T. L.; AUGUSTUS-HORVATH, C. L. "But I like my body": Positive body image characteristics and a holistic model for young-adult women. *Body Image*, v. 7, n. 2, p. 106-116, mar. 2010. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20153990/> . Acesso em: 06 nov. 2024.

ZIPFEL, S. et al. Anorexia nervosa: Aetiology, assessment, and treatment. *The Lancet Psychiatry*, v. 2, n. 12, p. 1099-1111, 2015. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26514083/> . Acesso em: 23 nov. 2024.