



PREVALÊNCIA DE TRANSTORNOS ALIMENTARES E DE IMAGEM EM ATLETAS DE GINÁSTICA RÍTMICA

Yasmin Sayuri de Oliveira Silva
Edilceia Domingues do Amaral Ravazzani

Resumo

Transtornos alimentares e de alimentação (TAEs) são transtornos mentais graves que causam prejuízos à saúde física, desenvolvimento, cognição e função psicossocial, podendo passar despercebidos por meses ou anos. Caracterizam-se por comportamento alimentar perturbado associado a preocupações com o peso, forma física, ou por desinteresse pela comida, evitação fóbica ou evitação devido a aspectos sensoriais da comida. Atletas de alto rendimento estão submetidos a processos de treinamento e competição que geram a necessidade de manipular a alimentação e o peso corporal na tentativa de aperfeiçoar a *performance*, estando presente em todas as modalidades esportivas, mas em especial se evidencia em modalidades que exigem baixo peso corporal e que envolvem atletas do sexo feminino, como a ginástica rítmica. O objetivo do presente foi identificar e sintetizar estudos que abordaram distúrbios de atitudes alimentares e distorção da imagem corporal no contexto competitivo da ginástica rítmica com a intenção de responder a seguinte pergunta norteadora: “Qual a prevalência de transtornos alimentares e distorção de imagem em atletas de ginástica rítmica?”. A pesquisa foi conduzida através de revisão de literatura, por meio de pesquisa nas bases de dados do PubMed, Google Acadêmico e SciELO a partir das palavras chaves “transtornos alimentares”, “ginástica rítmica”, “nutrição em transtornos alimentares”, “distorção de imagem em atletas” e “equipe de saúde”, de forma combinada pelo uso do operador Boleano “AND”. Foram selecionados artigos publicados entre 2013 e 2025, excluídos aqueles que não abordaram o tema proposto, sendo selecionados 5 artigos para análise detalhada. Os resultados indicaram que nenhuma das atletas avaliadas, nos estudos, atingiu o percentual de gordura corporal sendo que a média encontrada também não atingiu o recomendado, além de que em testes relacionados à bulimia, aplicados, mais da metade do grupo apresentou médio risco para o desenvolvimento desta doença e consumo médio de 1467kcal. No teste, relacionado à imagem corporal, apenas uma atleta encontrou-se moderadamente insatisfeita com o corpo, apresentando 11,2% de gordura corporal, acima da média do grupo e reduzido consumo 1172kcal/dia. A conduta nutricional é fundamental para o manejo de tais problemas, sempre prezando pelo respeito às decisões das atletas bem como da família, além de que a atuação em conjunto, nutricionista, psicólogo e familiares, favorece um tratamento de sucesso bem como a identificação de possíveis cenários que possam influenciar negativamente no desenvolvimento desses transtornos. Conclui-se que a prevalência é elevada, no grupo avaliado e que a abordagem multidisciplinar e interdisciplinar, com ênfase na nutrição, é fundamental para o controle adequado dos sintomas e para a promoção da qualidade de vida em atletas com transtornos alimentares e de imagem.

Palavras-chave: transtornos alimentares; ginástica rítmica; nutrição em transtornos alimentares; distorção de imagem em atletas; equipe de saúde.