

A Relação Entre Comportamento Alimentar E Imagem Corporal: Fisiculturistas E Transtornos Alimentares

Autor(res)

Danielle Fernandes Alves
Frederico Ferreira Oliveira Filho
Janaina De Fátima Ávila Amaral

Categoria do Trabalho

TCC

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA

Resumo

O presente artigo tem como propósito analisar a relação entre o comportamento alimentar e a percepção da imagem corporal em atletas de fisiculturismo, com ênfase no desenvolvimento de transtornos alimentares e distúrbios relacionados à autoimagem. Trata-se de uma revisão bibliográfica conduzida em bases de dados como SciELO, Google Scholar e Periódicos CAPES, abrangendo publicações entre os anos de 2013 e 2023. A investigação busca compreender de que modo a busca incessante pelo corpo ideal impacta não apenas o desempenho esportivo, mas também a saúde física e mental desses indivíduos. Os achados indicam que a valorização exacerbada da estética corporal, intensificada por práticas como cutting e bulking, pode favorecer o surgimento de distúrbios alimentares, vigorexia, compulsão alimentar pós-competição e repercussões emocionais, incluindo ansiedade, sentimentos de culpa e baixa autoestima. Ademais, observa-se que a pressão social e midiática desempenha papel relevante na construção de padrões estéticos irreais, reforçando condutas alimentares disfuncionais e prejudiciais. Conclui-se que, embora o fisiculturismo proporciona benefícios físicos e reconhecimento social, a modalidade expõe seus praticantes a riscos psicológicos e nutricionais que demandam acompanhamento interdisciplinar, ressaltando a importância de equipes multiprofissionais na promoção da saúde integral desses atletas.