

A eficácia do tratamento interdisciplinar no manejo de transtornos alimentares

The effectiveness of interdisciplinary treatment in the management of eating disorders

La eficacia del tratamiento interdisciplinario em el manejo de los trastornos alimentarios

DOI: 10.5281/zenodo.14944491

Recebido: 06 fev 2025

Aprovado: 19 fev 2025

Nivia Larice Rodrigues de Freitas

Medicina

Universidade Nilton Lins

Manaus – Amazonas, Brasil

E-mail: nivialaric@gmail.com

Nataline Ferreira Crescencio

Enfermagem

Faculdade de Ciências Médicas e da Saúde de Juiz de Fora

Juiz de Fora – Minas Gerais, Brasil

E-mail: natalinepsf@hotmail.com

Rodrigo Manoel Ferreira Carrapeiro

Medicina

Universidade Federal do Amazonas

Porto Velho – Rondônia, Brasil

E-mail: rcarrapeiro@gmail.com

Paola Zaccaro da Silveira

Nutrição

Centro Universitário UniFunvic

Pindamonhangaba – São Paulo, Brasil

E-mail: zaccaropaola33@gmail.com

Rosane da Silva de Santana

Bacharel em Enfermagem

Universidade Castelo Branco

Rio de Janeiro – Rio de Janeiro, Brasil

E-mail: rosaneenf@hotmail.com

Samantha Sena e Pinto

Fonoaudióloga (UFBA), Especialista em Fonoaudiologia Hospitalar com ênfase em Neonatologia (HGRS)

Universidade Federal da Bahia (UFBA)

Salvador – Bahia, Brasil

E-mail: sam_senna@hotmail.com

José Edilson Gonçalves dos Santos

Doutorado em Química e Biotecnologia – PPGQB
Universidade Federal de Alagoas (UFAL)
Maceió – Alagoas, Brasil
E-mail: joseedilsongoncalves@gmail.com

Vanessa Toscano de Moraes

Enfermagem
Universidade Federal do Rio Grande do Norte
Santa Cruz – Rio Grande do Norte, Brasil
E-mail: vanessa.moraes.706@outlook.com

Maria Eduarda Soares Almeida

Psicologia
Universidade Católica de Brasília
Brasília – Distrito Federal, Brasil
E-mail: mariaeduardasoaes001@gmail.com

Mariana Prado de Souza

Nutrição
Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG)
Belo Horizonte – Minas Gerais, Brasil
E-mail: nutri.marianaprado@gmail.com

Maria Laise dos Santos Pinto

Enfermagem, Mestranda em Ciências da Saúde
Universidade Federal do Oeste do Pará (UFOPA)
Santarém – Pará, Brasil
E-mail: mllaise12@gmail.com

Catherine Grimaldi Marinho

Medicina
Universidade Nilton Lins
Manaus – Amazonas, Brasil
E-mail: grimaldicathe@gmail.com

Evaldo dos Santos Frota Filho

Educação Física
Universidade Federal do Piauí (Graduação), Universidade Federal do Maranhão (Mestrado)
Teresina – Piauí, Brasil
E-mail: frotafilho02@hotmail.com

Gabriel Costa Pereira

Nutricionista
Faculdade de Tecnologia e Ciências (FTC)
Vitória da Conquista – Bahia, Brasil
E-mail: gabriel.costa.etc@gmail.com

Meiryelle Ribeiro Lima

Nutrição
Centro Universitário do Vale do Araguaia (UNIVAR)
Alta Floresta – Mato Grosso, Brasil
E-mail: meiryelle.rl@hotmail.com

RESUMO

Os transtornos alimentares (TAs) impactam profundamente a saúde física, emocional e psicológica, afetando a relação com a alimentação e a percepção do corpo. Esses distúrbios geram sérias consequências, como deficiências nutricionais e problemas psicológicos, como insatisfação com a imagem corporal. A crescente incidência de TAs, especialmente entre os jovens, destaca a necessidade urgente de abordagens eficazes de tratamento. A abordagem interdisciplinar, que integra diferentes áreas da saúde, tem se mostrado promissora para lidar com a complexidade desses transtornos. O presente estudo busca analisar a eficácia do tratamento interdisciplinar no manejo de transtornos alimentares. A pesquisa é uma revisão narrativa qualitativa, realizada entre outubro de 2024 e janeiro de 2025, com análise de estudos publicados entre 2021 e 2025. Foram utilizados descritores como “Restrição Alimentar”, “Compulsão Alimentar” e “Equipe Interdisciplinar”, e as buscas ocorreram em bases de dados acadêmicas como SciELO, PubMed e Google Scholar. Dessa forma, o tratamento interdisciplinar, envolvendo médicos, psicólogos, nutricionistas, dentistas e outros profissionais da saúde, é mais eficaz do que abordagens isoladas. A integração de diferentes abordagens, aliada ao apoio familiar, melhora a recuperação dos pacientes e previne recaídas, promovendo uma maior qualidade de vida. Portanto, a abordagem interdisciplinar apresenta-se como uma estratégia eficaz no tratamento dos transtornos alimentares, oferecendo cuidados completos e sustentáveis.

Palavras-chave: Restrição Alimentar. Compulsão Alimentar. Equipe Interdisciplinar.

ABSTRACT

Eating disorders (Eds) have a profound impact on physical, emotional, and psychological health, affecting the relationship with food and body perception. These disorders generate serious consequences, such as nutritional deficiencies and psychological problems, such as dissatisfaction with body image. The increasing incidence of Eds, especially among young people, highlights the urgent need for effective treatment approaches. The interdisciplinary approach, which integrates different areas of health, has shown promise in dealing with the complexity of these disorders. The present study seeks to analyze the effectiveness of interdisciplinary treatment in the management of eating disorders. The research is a qualitative narrative review, carried out between October 2024 and January 2025, with an analysis of studies published between 2021 and 2025. Descriptors such as “Food Restriction”, “Binge Eating” and “Interdisciplinary Team” were used, and searches were carried out in academic databases such as SciELO, PubMed, and Google Scholar. Only articles published in Portuguese, with rigorous methodologies such as clinical trials and systematic reviews, were included. Thus, interdisciplinary treatment, involving doctors, psychologists, nutritionists, dentists and other health professionals, is more effective than isolated approaches. The integration of different approaches, combined with family support, improves patient recovery and prevents relapses, promoting a better quality of life. Therefore, the interdisciplinary approach presents itself as an effective strategy in the treatment of eating disorders, offering comprehensive and sustainable care.

Keywords: Food Restriction. Binge Eating. Interdisciplinary Team.

RESUMEN

Los trastornos alimentarios (TCA) tienen un profundo impacto en la salud física, emocional y psicológica, afectando la relación con la comida y la percepción del cuerpo. Estos trastornos generan graves consecuencias, como deficiencias nutricionales y problemas psicológicos, como la insatisfacción con la imagen corporal. La creciente incidencia de trastornos alimentarios, especialmente entre los jóvenes, pone de relieve la urgente necesidad de contar con enfoques de tratamiento eficaces. El enfoque interdisciplinario, que integra diferentes áreas de la salud, ha demostrado ser prometedor a la hora de abordar la complejidad de estos trastornos. El presente estudio busca analizar la efectividad del tratamiento interdisciplinario en el manejo de los trastornos alimentarios. La investigación es una revisión narrativa cualitativa, realizada entre octubre de 2024 y enero de 2025, con análisis de estudios publicados entre 2021 y 2025. Se utilizaron descriptores como “Restricción alimentaria”, “Compulsión alimentaria” y “Equipo interdisciplinario”, y se realizaron búsquedas en bases de datos académicas como SciELO, PubMed y Google Scholar. Se incluyeron únicamente artículos publicados en portugués, con metodologías rigurosas como ensayos clínicos y revisiones sistemáticas. Por lo tanto, el tratamiento interdisciplinario, en el que participen médicos,

psicólogos, nutricionistas, dentistas y otros profesionales de la salud, es más eficaz que los enfoques aislados. La integración de diferentes enfoques, combinada con el apoyo familiar, mejora la recuperación del paciente y previene recaídas, promoviendo una mejor calidad de vida. Por tanto, el enfoque interdisciplinario se presenta como una estrategia eficaz en el tratamiento de los trastornos alimentarios, ofreciendo una atención completa y sostenible.

Palabras clave: Restricción alimentaria. Equipo interdisciplinario. Atracones alimentarios.

1. INTRODUÇÃO

Os transtornos alimentares (TAs) são condições psiquiátricas que afetam profundamente a relação do indivíduo com a alimentação e a percepção do corpo, manifestando-se por comportamentos alimentares disfuncionais que geram consequências sérias tanto para a saúde física quanto para a saúde emocional e psicológica (Fagundes et al., 2024; Pessoa et al., 2025; Magalhães et al., 2024; Da Silva Gomes et al., 2021). Esses transtornos englobam uma série de distúrbios que envolvem padrões inadequados de alimentação, como a restrição alimentar extrema, episódios de compulsão alimentar seguidos de purgação, ou a ingestão descontrolada de grandes quantidades de alimentos, sempre com a presença de distorções na imagem corporal e na percepção do peso (Fagundes et al., 2024; Pessoa et al., 2025; Lopes; Trajano, 2021). As consequências desses comportamentos são devastadoras, afetando desde a saúde física, com deficiências nutricionais graves e problemas orgânicos, até o bem-estar psicológico, com o surgimento de sentimentos de vergonha, culpa e uma constante insatisfação com a imagem corporal (Magalhães et al., 2024; Da Silva Gomes et al., 2021; Aquino; Braz; De Oliveira, 2023). Ademais, essa relação disfuncional com a alimentação e a percepção negativa do corpo geram um ciclo de comportamento alimentar prejudicial que compromete a saúde mental e física dos indivíduos (Magalhães et al., 2024; Lopes; Trajano, 2021; Isabel, 2022).

A etiologia dos transtornos alimentares é multifatorial, envolvendo uma combinação complexa de fatores biológicos, psicológicos, sociais e culturais (Fagundes et al., 2024; Da Silva Gomes et al., 2021). Nesse sentido, aspectos genéticos, como a predisposição familiar, podem aumentar a vulnerabilidade do indivíduo a desenvolver esses transtornos, assim como desequilíbrios neuroquímicos e hormonais (Fagundes et al., 2024; Aquino; Braz; De Oliveira, 2023). No entanto, os fatores psicológicos desempenham um papel igualmente importante, com a presença de distúrbios emocionais, como ansiedade, depressão e baixa autoestima, frequentemente associados a esses transtornos (Da Silva Gomes et al., 2021; Lopes; Trajano, 2021). Outrossim, os pacientes com TAs costumam ter uma percepção distorcida do corpo e uma obsessão com o controle da alimentação, frequentemente buscando atingir padrões de beleza muitas vezes irreais e inatingíveis (Lima; Cassoni, 2022; Gois; De Faria, 2021).

Esses transtornos estão profundamente ligados à pressão social e cultural, que impõe padrões estéticos idealizados, frequentemente promovidos pela mídia e pelas redes sociais (Lopes; Trajano, 2021; Magalhães et al., 2024). A busca incessante por um corpo “perfeito”, muitas vezes associado à magreza extrema, é alimentada pela exposição constante a imagens de celebridades e influenciadores, cujos corpos são muitas vezes manipulados digitalmente (Magalhães et al., 2024; Lima; Cassoni, 2022). Esse ambiente cria um ciclo vicioso de insatisfação com a própria imagem e uma busca incessante por emagrecimento, o que, por sua vez, resulta em comportamentos alimentares prejudiciais, como dietas restritivas, jejuns prolongados ou o uso de substâncias para controle de peso (Isabel, 2022; Cruz et al., 2022; Lopes; Trajano, 2021). A pressão para atender a esses padrões estéticos, especialmente durante a adolescência e a juventude, é um fator significativo no desenvolvimento de transtornos alimentares, pois essa fase da vida é marcada por intensas mudanças físicas e psicológicas (Lopes; Trajano, 2021; Da Silva Gomes et al., 2021).

O impacto desses transtornos na saúde física é igualmente grave, uma vez que práticas de restrição alimentar extrema e os episódios de purgação, como o vômito autoinduzido ou o uso excessivo de laxantes, resultam em sérias complicações de saúde, como deficiências nutricionais, desidratação, desequilíbrios eletrolíticos e danos aos órgãos internos, como o coração, rins e fígado (Fagundes et al., 2024; Cruz et al., 2022). O ciclo de alimentação descontrolada e purgação também afeta a saúde bucal, causando erosão dentária, problemas na gengiva e redução do fluxo salivar, o que pode agravar ainda mais o quadro de saúde do paciente (Duarte et al., 2024). Além disso, esses transtornos podem desencadear ou agravar problemas psicológicos, como depressão e transtornos de ansiedade, criando um ciclo de sofrimento que compromete o bem-estar geral e a qualidade de vida do paciente (Cruz et al., 2022; Duarte et al., 2024).

Dado o caráter complexo dos transtornos alimentares, um tratamento eficaz deve ser abrangente e interdisciplinar. Modelos de tratamento tradicionais que se concentram apenas em intervenções nutricionais ou médicas têm mostrado limitações em termos de resultados a longo prazo (Magalhães et al., 2024; Aquino; Braz; De Oliveira, 2023). Por isso, o tratamento interdisciplinar tem se consolidado como a abordagem mais eficaz, reunindo profissionais de diversas áreas da saúde, como médicos, psicólogos, nutricionistas, psiquiatras e educadores físicos, para tratar as múltiplas dimensões dos transtornos alimentares (Magalhães et al., 2024; Aquino; Braz; De Oliveira, 2023). Cada profissional contribui com sua expertise para oferecer um tratamento completo e holístico, que abrange desde a reabilitação alimentar até o suporte médico e psiquiátrico (Da Silva, 2021; Fagundes et al., 2024).

O acompanhamento nutricional visa restaurar a saúde física do paciente, equilibrando a alimentação e tratando deficiências nutricionais (Pereira, 2022; Fagundes et al., 2024). A integração desses diferentes profissionais resulta em uma abordagem mais eficaz, aumentando as chances de sucesso no tratamento e

na prevenção de recaídas (Aquino; Braz; De Oliveira, 2023; Pereira, 2022). Além disso, o tratamento interdisciplinar também favorece a personalização do cuidado, considerando as particularidades de cada paciente e oferecendo intervenções adaptadas ao quadro clínico de cada um (Magalhães et al., 2024). Isso aumenta a adesão ao tratamento e proporciona um acompanhamento contínuo, essencial para garantir a manutenção das melhorias no longo prazo e a prevenção de novos episódios de transtornos alimentares (Aquino; Braz; De Oliveira, 2023). O sucesso desse modelo de tratamento depende da colaboração contínua entre os profissionais e do envolvimento do paciente no processo de recuperação, o que, em muitos casos, é um desafio devido à natureza resistente desses transtornos (Magalhães et al., 2024).

Em suma, o tratamento dos transtornos alimentares requer uma abordagem global que vai além da alimentação e aborda as questões emocionais, psicológicas e sociais envolvidas. A abordagem interdisciplinar, ao integrar diferentes áreas da saúde, se mostra como a mais eficaz para lidar com a complexidade desses transtornos, oferecendo aos pacientes um cuidado completo, adaptável e sustentável (Fagundes et al., 2024; Aquino; Braz; De Oliveira, 2023). O manejo adequado desses transtornos, portanto, depende da colaboração entre os profissionais da saúde e do comprometimento do paciente com o tratamento, sendo fundamental para garantir uma recuperação duradoura e melhorar a qualidade de vida dos indivíduos afetados (Magalhães et al., 2024; Lopes; Trajano, 2021; Isabel, 2022).

Dada a complexidade desses distúrbios, a abordagem interdisciplinar se apresenta como um modelo promissor para garantir um tratamento mais eficaz, oferecendo aos pacientes as melhores condições para a recuperação e prevenção de recaídas. Além disso, o estudo contínuo dessas condições permite não apenas a evolução dos métodos de tratamento, mas também a implementação de estratégias preventivas para reduzir sua incidência, especialmente entre os grupos mais vulneráveis, como os adolescentes. O aumento contínuo dos transtornos alimentares, particularmente entre os jovens, revela a necessidade urgente de compreender as várias influências que moldam essas condições. Diante disso, o presente estudo busca analisar a eficácia do tratamento interdisciplinar no manejo de transtornos alimentares.

2. METODOLOGIA

A presente pesquisa caracteriza-se como uma revisão narrativa qualitativa, conduzida entre outubro de 2024 e janeiro de 2025, com a análise de estudos publicados entre 2021 e 2025. O intervalo temporal foi delimitado com o objetivo de incluir pesquisas recentes sobre a eficácia do tratamento interdisciplinar no manejo de transtornos alimentares, dada a relevância crescente desse tema na saúde mental contemporânea. Os descritores utilizados na busca foram “Restrição Alimentar”, “Compulsão Alimentar” e “Equipe Interdisciplinar”. A escolha desses termos foi realizada de maneira estratégica para abranger as

diferentes dimensões do tratamento interdisciplinar e assegurar que os estudos encontrados fossem relevantes para o objetivo da pesquisa.

As buscas foram realizadas em bases de dados acadêmicas reconhecidas, como SciELO, Google Scholar, PubMed e Lilacs, devido à sua relevância e abrangência na literatura científica, garantindo acesso a estudos de alta qualidade e metodologicamente rigorosos. Essas plataformas foram selecionadas por sua capacidade de fornecer uma ampla gama de artigos pertinentes, essenciais para a construção de uma revisão narrativa de qualidade. Durante o processo de triagem, foram aplicados critérios rigorosos de inclusão, contemplando apenas artigos publicados em português. Os critérios de exclusão eliminaram artigos com metodologias inadequadas, resultados inconsistentes ou que não abordassem a eficácia do tratamento interdisciplinar de forma integrada, além de excluir trabalhos disponíveis em formatos incompletos, garantindo a qualidade e a confiabilidade do material analisado. Ao final do processo de seleção, foram incluídas dezessete referências que atenderam aos critérios estabelecidos. Essas referências forneceram contribuições significativas ao tema, abordando as práticas e desafios do tratamento interdisciplinar no manejo de transtornos alimentares, além de apresentar evidências sobre as melhores estratégias terapêuticas integradas.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O tratamento dos transtornos alimentares é uma tarefa complexa que exige uma abordagem interdisciplinar, envolvendo uma equipe de profissionais com diferentes áreas de especialização (Fagundes et al., 2024; Duarte et al., 2024). Estes distúrbios, como anorexia nervosa, bulimia nervosa e transtorno da compulsão alimentar periódica, não afetam apenas o comportamento alimentar, mas também têm impactos profundos na saúde física, mental e emocional do paciente (Fagundes et al., 2024; Pessoa et al., 2025). Além disso, esses transtornos muitas vezes levam a complicações graves e de longo prazo, como cáries dentárias, doenças gengivais, bruxismo e alterações oclusais, resultantes da combinação de hipossalivação, estresse constante e hábitos alimentares desordenados (Duarte et al., 2024). A alteração no fluxo salivar, que é frequentemente observada em pacientes com bulimia nervosa, também pode resultar em condições como a sialoadenose, que é o aumento doloroso das glândulas salivares, especialmente das parótidas, e que ocorre como uma consequência da indução repetida do vômito (Duarte et al., 2024). Nesse contexto, a detecção precoce dessas complicações e uma abordagem integrada e coordenada entre os profissionais de saúde são essenciais para que o tratamento seja eficaz e sustentável, prevenindo danos irreversíveis à saúde física e psicológica dos pacientes (Pessoa et al., 2025; Duarte et al., 2024).

O primeiro componente crucial do tratamento interdisciplinar é a avaliação médica e o manejo das complicações clínicas associadas aos transtornos alimentares, que muitas vezes envolvem um quadro clínico grave e de difícil controle (Fagundes et al., 2024; Lopes; Trajano, 2021). O médico, especialmente o psiquiatra, desempenha um papel fundamental ao monitorar as condições clínicas do paciente, como arritmias cardíacas, hipotensão, deficiências nutricionais e danos ósseos, que são comuns nesses transtornos alimentares (Fagundes et al., 2024; Pessoa et al., 2025). A sialoadenose, caracterizada pelo aumento das glândulas salivares, é uma consequência direta da indução do vômito e afeta significativamente a saúde do paciente, podendo resultar em dor intensa e desconforto, dificultando ainda mais a recuperação (Duarte et al., 2024). A sobrecarga nas glândulas salivares, frequentemente associada ao comportamento bulímico, é apenas uma das várias complicações que afetam a saúde bucal desses pacientes, que também apresentam uma predisposição a cáries dentárias, doenças gengivais e outras lesões bucais (Duarte et al., 2024). Esses problemas exigem a colaboração de profissionais como dentistas, que são frequentemente os primeiros a identificar sinais de transtornos alimentares devido às alterações bucais evidentes (Duarte et al., 2024; Fagundes et al., 2024).

Além disso, o psiquiatra desempenha um papel vital no manejo dos transtornos alimentares, especialmente nos casos em que há a presença de comorbidades psiquiátricas, como depressão e transtornos de ansiedade, que frequentemente acompanham esses distúrbios (Fagundes et al., 2024; Da Silva Gomes et al., 2021). A prescrição de medicamentos psicotrópicos, como antidepressivos e antipsicóticos, muitas vezes é necessária para tratar esses sintomas associados, ajudando a controlar a ansiedade, a obsessão com o peso e os episódios de compulsão alimentar, que são frequentes entre os pacientes com transtornos alimentares (Da Silva Gomes et al., 2021; Pessoa et al., 2025). O acompanhamento psiquiátrico rigoroso é fundamental, pois esses medicamentos podem ter efeitos colaterais que exigem monitoramento constante, garantindo que o tratamento seja seguro e eficaz (Pessoa et al., 2025; Duarte et al., 2024). Portanto, é essencial que o psiquiatra trabalhe de forma conjunta com outros profissionais da equipe de saúde, promovendo uma abordagem integrada e coordenada que aborde tanto as questões físicas quanto emocionais do paciente (Fagundes et al., 2024; Lopes; Trajano, 2021).

O psicólogo tem um papel essencial no tratamento dos transtornos alimentares, visto que esses distúrbios estão profundamente ligados a questões emocionais e psicológicas (Duarte et al., 2024; Pessoa et al., 2025). A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) é uma das intervenções mais eficazes para tratar esses transtornos, pois ajuda os pacientes a identificar e modificar padrões de pensamento disfuncionais relacionados à alimentação e à imagem corporal, promovendo uma mudança profunda no modo como os pacientes percebem e lidam com os alimentos (Pessoa et al., 2025; Cardoso et al., 2023). A TCC é particularmente eficaz em ajudar os pacientes a superar o medo irracional de ganhar peso e a distorção da imagem corporal, permitindo que desenvolvam uma relação mais saudável e equilibrada com a comida (Da Silva Gomes et al., 2021; Cardoso et al., 2023).

Além disso, a incorporação de técnicas de mindfulness tem se mostrado eficaz na redução da alimentação emocional, que frequentemente está ligada a episódios de compulsão alimentar e à relação disfuncional com a comida (Pessoa et al., 2025; Duarte et al., 2024). Essas técnicas ajudam os pacientes a se tornarem mais conscientes de seus pensamentos, emoções e comportamentos, o que é fundamental para promover mudanças sustentáveis na relação com os alimentos e reduzir os comportamentos alimentares desordenados (Cardoso et al., 2023; Lopes; Trajano, 2021).

A atuação do nutricionista é igualmente fundamental no tratamento dos transtornos alimentares, pois ele é responsável por ajudar os pacientes a restabelecer hábitos alimentares saudáveis e corrigir deficiências nutricionais, como aquelas associadas à anorexia nervosa e bulimia nervosa (Fagundes et al., 2024; Cardoso et al., 2023). O nutricionista adota uma abordagem personalizada, considerando as necessidades específicas de cada paciente, como a história clínica, as preferências alimentares, as crenças culturais e religiosas, além dos hábitos alimentares do paciente (Cardoso et al., 2023; Duarte et al., 2024).

A educação alimentar, quando feita de maneira adequada, não se limita à prescrição de dietas, mas envolve o desenvolvimento de uma relação saudável com a comida, promovendo autorregulação e modificando comportamentos alimentares disfuncionais, como a compulsão alimentar e a restrição excessiva (Cardoso et al., 2023; Duarte et al., 2024). A psicoeducação nutricional também é uma ferramenta poderosa para ajudar o paciente a entender melhor sua condição, promovendo a motivação para o tratamento e reduzindo o estigma associado ao transtorno alimentar (Cardoso et al., 2023). O trabalho conjunto entre nutricionistas e psicólogos, além de garantir a reeducação alimentar, também aborda as questões emocionais e psicológicas que influenciam o comportamento alimentar, o que potencializa o sucesso do tratamento (Cardoso et al., 2023; Pessoa et al., 2025).

O envolvimento da família é outro aspecto crucial no tratamento dos transtornos alimentares (Cardoso et al., 2023; Duarte et al., 2024). A Terapia Familiar, especialmente a Terapia Familiar Maudsley, tem mostrado resultados positivos ao envolver os pais no tratamento, proporcionando um ambiente de apoio emocional que favorece a mudança comportamental e a recuperação (Cardoso et al., 2023). Esta abordagem tem sido particularmente eficaz em adolescentes e jovens adultos, ajudando a reduzir as taxas de recaída e melhorar a dinâmica familiar (Cardoso et al., 2023; Duarte et al., 2024). O apoio familiar também é essencial para incorporar hábitos alimentares saudáveis ao cotidiano do paciente, reforçando os objetivos do tratamento dentro de um contexto familiar mais amplo e criando um ambiente mais favorável à recuperação (Cardoso et al., 2023). A participação ativa da família cria um suporte emocional fundamental para a manutenção dos avanços no tratamento e prevenção de recaídas, sendo parte integrante da estratégia terapêutica global (Cardoso et al., 2023; Duarte et al., 2024).

Além disso, a contribuição de outros profissionais, como fonoaudiólogos, dentistas e educadores físicos, é igualmente importante no tratamento dos transtornos alimentares (Fagundes et al., 2024; Duarte et al., 2024). O fonoaudiólogo tem um papel essencial na reabilitação das funções orais e de deglutição em pacientes com bulimia nervosa, que frequentemente enfrentam dificuldades devido ao vômito repetido (Acacio et al., 2023). As diretrizes da atuação fonoaudiológica nos distúrbios alimentares pediátricos com base na resolução nº659 do Conselho Federal de fonoaudiologia, bem como diversas publicações na área reforçam o papel do fonoaudiólogo nos distúrbios alimentares como seletividade alimentar em crianças, com estratégias para facilitar o processo de aceitação da criança pela comida, bem como casos de disfunções orais em recém-nascidos e lactentes em que atua para melhorar a sucção, assim como na reintrodução alimentar (Dutra et al., 2022). O fonoaudiólogo também atua em casos de distúrbios alimentares por compulsão alimentar em pessoas que fizeram cirurgia bariátrica melhorando o processo de padrão mastigatório, intervindo no ritmo de ingestão do alimento, incentivando através de estratégias uma maior qualidade no processo e tempo de alimentação, no que se refere à mastigação e suas etapas de incisão, trituração e pulverização, promovendo melhora na deglutição, a saciedade e o prazer alimentar (Duarte et al., 2024; Dutra et al., 2022).

O dentista, por sua vez, atua no diagnóstico e tratamento das complicações bucais associadas aos transtornos alimentares, como erosão dentária, redução do fluxo salivar e aumento das glândulas salivares, condições comuns em pacientes com anorexia nervosa e bulimia nervosa (Duarte et al., 2024; Fagundes et al., 2024). O acompanhamento odontológico é fundamental para prevenir danos adicionais e contribuir para a recuperação física e emocional do paciente, sendo um elo crucial para o encaminhamento para um tratamento especializado (Duarte et al., 2024; Pessoa et al., 2025). Já os educadores físicos desempenham um papel importante no controle de comportamentos de exercício excessivo, comuns em pacientes com anorexia nervosa, ajudando a criar um equilíbrio saudável entre atividade física e alimentação (Fagundes et al., 2024; Pessoa et al., 2025).

Além das abordagens tradicionais, o uso de tecnologias emergentes, como aplicativos móveis e plataformas de telemedicina, tem mostrado eficácia para o acompanhamento remoto dos pacientes e para fornecer intervenções terapêuticas contínuas (De Freitas et al., 2024). Essas ferramentas ajudam a monitorar os sintomas e garantem que o paciente continue engajado no tratamento, mesmo quando enfrenta barreiras geográficas ou logísticas (De Freitas et al., 2024; Lopes; Trajano, 2021). O uso dessas tecnologias contribui para a adesão ao tratamento, fornecendo suporte contínuo e personalizado, o que é crucial para a recuperação, considerando que a persistência no tratamento é um fator chave para o sucesso (De Freitas et al., 2024; Duarte et al., 2024).

Em resumo, o tratamento dos transtornos alimentares exige uma abordagem interdisciplinar que envolva médicos, psicólogos, nutricionistas, fonoaudiólogos, dentistas e educadores físicos, trabalhando de forma colaborativa para atender às múltiplas necessidades do paciente (Fagundes et al., 2024; Pessoa et al., 2025; Cardoso et al., 2023; Duarte et al., 2024). A combinação de abordagens psicológicas, nutricionais, farmacológicas e tecnológicas, aliada ao apoio familiar, oferece uma estratégia eficaz para a recuperação do paciente e a prevenção de recaídas, promovendo uma melhoria significativa na qualidade de vida (Cardoso et al., 2023; Lopes; Trajano, 2021).

4. CONCLUSÃO

O tratamento dos transtornos alimentares envolve diversos profissionais, cada um com uma função específica. Os médicos, incluindo psiquiatras, monitoram a saúde física do paciente, tratando das comorbidades e controlando complicações como doenças cardiovasculares e ósseas. O psicólogo, com foco na Terapia Cognitivo-Comportamental e mindfulness, ajuda o paciente a reestruturar padrões de pensamento disfuncionais e melhorar a relação com a comida. O nutricionista prescreve dietas adequadas e promove a reeducação alimentar, ajudando o paciente a restabelecer uma alimentação equilibrada.

Além desses, os dentistas desempenham um papel importante na detecção de problemas bucais, comuns em pacientes com transtornos alimentares, como erosão dentária. Educadores físicos ajudam a manter o equilíbrio na prática de atividades físicas, evitando comportamentos excessivos que possam agravar o quadro. Os fonoaudiólogos, por sua vez, são essenciais no tratamento de problemas relacionados à deglutição e fala, que podem surgir devido aos comportamentos alimentares inadequados.

No entanto, o tratamento não se limita apenas às intervenções diretas dos profissionais. Estratégias como o acompanhamento contínuo e a personalização do tratamento desempenham um papel crucial na recuperação do paciente. O uso de Terapias Complementares, como a Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT), ajuda a integrar novas formas de lidar com emoções e pensamentos relacionados à alimentação. Além disso, o treinamento de habilidades sociais e de enfrentamento pode ser essencial para ajudar o paciente a lidar com gatilhos emocionais sem recorrer a comportamentos alimentares prejudiciais. O apoio constante da família e a implementação de mudanças no ambiente doméstico também são fundamentais, criando uma rede de apoio mais forte.

O uso de tecnologias emergentes, como aplicativos móveis, plataformas de telemedicina e grupos de apoio online, tem se mostrado uma ferramenta eficaz para a manutenção da adesão ao tratamento, permitindo que o paciente continue monitorado, mesmo à distância. Essas tecnologias possibilitam uma interação contínua entre os profissionais e o paciente, garantindo que as estratégias de tratamento sejam ajustadas conforme necessário. O tratamento eficaz requer não apenas uma abordagem multidisciplinar, mas também uma integração contínua das estratégias terapêuticas, o que facilita o caminho para a recuperação e a prevenção de recaídas a longo prazo.

REFERÊNCIAS

ACACIO, Vitoria Marta Gomes et al. **Atuação fonoaudiológica no transtorno alimentar restritivo evitativo (TARE): revisão integrativa.** 2023. Disponível em: <https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/handle/123456789/6331>. Acesso em: 29 jan. 2025.

AQUINO, Mayco Carneiro; BRAZ, Washington Moura; DE OLIVEIRA, Gislene Farias. Avaliação dos transtornos alimentares e seus impactos na qualidade de vida: uma revisão sistemática da literatura. ID on line. **Revista de Psicologia**, v. 17, n. 65, p. 276-296, 2023. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/3529>. Acesso em: 6 fev. 2025.

CARDOSO, D. K. O.; SILVA, C. L. M.; MORAES, C. E. F.; APPOLINÁRIO, J. C. B. Tratamento nutricional no transtorno alimentar restritivo evitativo: uma revisão integrativa. **Debates em Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 13, p. 1-34, 2023. DOI: 10.25118/2763-9037.2023.v13.453. Disponível em: <https://revistardp.org.br/revista/article/view/453>. Acesso em: 29 jan. 2025.

CRUZ, Roberta Cristina Ribeiro et al. Resultados de intervenções direcionadas a transtornos alimentares: revisão sistemática da literatura. **Aletheia**, v. 55, n. 2, 2022. Disponível em: <http://www.periodicos.ulbra.br/index.php/aletheia/article/view/7436>. Acesso em: 6 fev. 2025.

DA SILVA, Marcos Vinícios Ramos. Contribuições terapêuticas da terapia cognitivo comportamental nos transtornos alimentares: revisão narrativa. **Scientia Generalis**, v. 2, n. 1, p. 17-22, 2021. Disponível em: <http://scientiageneralis.com.br/index.php/SG/article/view/142>. Acesso em: 6 fev. 2025.

DA SILVA GOMES, Edna Lara Vasconcelos et al. The impact of the development of eating disorders in adolescents: a review. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 10, n. 14, p. e92101421648, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i14.21648. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/21648>. Acesso em: 6 fev. 2025.

DE FREITAS, Gabrielle Aparecida Alves et al. Abordagens diagnósticas e tratamento dos transtornos alimentares: uma revisão bibliográfica. **RECIMA21-Revista Científica Multidisciplinar**-ISSN 2675-6218, v. 5, n. 6, p. e565319-e565319, 2024.

DUARTE, Renata Cristina Silva et al. Transtornos alimentares e suas manifestações orais: Revisão Integrativa. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 6, n. 4, p. 1621-1633, 2024. Disponível em: <https://bjih.s.emnuvens.com.br/bjih/article/view/1951>. Acesso em: 6 fev. 2025.

DUTRA, Ana Karoline Furtado et al. Diretrizes sobre a Atuação Fonoaudiológica dos Distúrbios Alimentares Pediátricos. **DOU**, Seção 1, 2022. Disponível em: <https://www.studocu.com/pt-br/document/universidade-federal-de-sao-paulo/nutricao-materno-infantil/diretrizes-a-atuacao-fonoaudiologica-nos-disturbios-alimentares-pediatricos/63882908>. Acesso em: 6 fev. 2025.

FAGUNDES, L. M.; JÚNIOR, C. de B. e S.; SILVA, G. C. de B. e; CAMPIGOTTO, R. S. Desafios e avanços no entendimento e tratamento dos transtornos alimentares: uma revisão atualizada. **Brazilian Journal of Health Review**, [S. l.], v. 7, n. 5, p. e73530, 2024. DOI: 10.34119/bjhrv7n5-423. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/73530>. Acesso em: 29 jan. 2025.

GOIS, Ísis; DE FARIA, Aline Liz. A cultura da magreza como fator social na etiologia de transtornos alimentares em mulheres: uma revisão narrativa da literatura. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 7, n. 1, p. 18-18, 2021. DOI: 10.29327/217514.7.1-12. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/440>. Acesso em: 6 fev. 2025.

ISABEL, Aline de Souza. **Transtorno alimentar: uma revisão sistemática**. 2022. Disponível em: <https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/123456789/26612>. Acesso em: 29 jan. 2025.

LIMA, Larissa Pontes Roque; CASSONI, Cynthia. Transtorno alimentar e a influência da mídia: revisão sistemática integrativa. **Revista Contemplação**, n. 28, 2022. Disponível em: <https://revista.fajopa.com/index.php/contemplacao/article/view/345>. Acesso em: 6 fev. 2025.

LOPES, Paula Alvim; TRAJANO, Larissa Alexsandra da Silva Neto. Influência da mídia nos transtornos alimentares em adolescentes: revisão de literatura. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 1, p. e20910111649-e20910111649, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i1.11649. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/11649>. Acesso em: 6 fev. 2025.

MAGALHÃES, Gabriela Vasques et al. Transtornos alimentares em gestantes, fatores de risco, impactos na saúde e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, [S. l.], v. 10, n. 12, p. 2409–2426, 2024. DOI: 10.51891/rease.v10i12.17546. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/17546>. Acesso em: 6 fev. 2025.

PESSOA, F. S.; FABRI, A. N.; DOURADO, G. A. da S.; PIRES, J. de C.; LIMA, K. H. R.; SOUSA FILHO, J. I. P.; SERVIN, B. T. N.; SANTOS, D. F. dos; CAMPOS FILHO, M. S.; PAIN, L. H. de L. Abordagens terapêuticas em transtornos alimentares: avanços e desafios no tratamento da obesidade. **Caderno Pedagógico**, [S. l.], v. 22, n. 1, p. e13313, 2025. DOI: 10.54033/cadpedv22n1-114. Disponível em: <https://ojs.studiespublicacoes.com.br/ojs/index.php/cadped/article/view/13313>. Acesso em: 29 jan. 2025.

PEREIRA, Thaiany de Sena Alves. Contribuições do nutricionista em casos de transtornos alimentares: revisão de literatura. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 14, p. e591111436878-e591111436878, 2022. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/36878>. Acesso em: 6 fev. 2025.