



PERSPECTIVA DE ATUAÇÃO DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NOS TRANSTORNOS ALIMENTARES

Palavras-Chave: Transtornos Alimentares; Educação Física; Psicologia do Exercício Físico

ANDRESSA DE NARDI GEROLAMO, FEF-UNICAMP, GEPEN

PAULA TEIXEIRA FERNANDES (orientadora), FEF-UNICAMP, GEPEN

INTRODUÇÃO

Os padrões corporais e os ideais de saúde instituídos pela sociedade estão em constante modificações (Figueiredo et al., 2022). No mundo contemporâneo, a imagem corporal ganha destaque com a supervalorização do corpo magro. Seguindo esse contexto, o modelo teórico biopsicossocial aponta o uso das mídias sociais como fator determinante na internalização dos ideais corporais (Domingues Junior et al., 2024). Nesse ambiente, celebridades e influenciadores compartilham suas experiências, como dietas e exercícios físicos considerados “milagrosos”, reduzindo-os a meras estratégias para atingir corpos puramente estéticos (Domingues Junior et al., 2024; Figueiredo et al., 2022). Esses relatos exercem forte influência social, motivando muitas pessoas a adotarem tais práticas, independentemente de sua fundamentação científica, o que pode acarretar o aumento da insatisfação corporal, adoção de comportamentos de restrição alimentar e práticas inadequadas de exercícios físicos (Domingues Junior et al., 2024). Os autores ressaltam que esses resultados são considerados preditores de comportamentos alimentares disfuncionais e de transtornos alimentares (TAs). Além disso, a ansiedade, também, torna-se evidente, em função das dificuldades em processar e se relacionar com a grande quantidade de informações, frequentemente contraditórias, presentes nesse contexto (Proença, 2010).

Dados epidemiológicos, coletados pela Associação Brasileira de Psiquiatria e pela Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022), revelam que mais de 15 milhões de brasileiros e aproximadamente 70 milhões de indivíduos em escala global são afetados por algum tipo de transtorno alimentar (TA). Esse cenário evidencia a magnitude deste problema de saúde pública em expansão, cuja prevalência crescente é frequentemente subestimada, o que ressalta a necessidade premente de maior atenção e conscientização acerca da temática.

Por se tratar de uma condição complexa e multifatorial, os TAs demandam abordagens terapêuticas integradas, que envolvam a colaboração de equipes multi e interdisciplinares, compostas por profissionais de distintas áreas do conhecimento. Dentre os integrantes dessas equipes, destaca-se, de forma crescente, a atuação do Profissional de Educação Física (PEF). Tradicionalmente associado à prescrição de exercícios voltados à melhoria do condicionamento físico, esse profissional tem adquirido relevância no contexto do tratamento dos TAs. Sua atuação transcende a orientação de práticas corporais, e contribui para a reestruturação da imagem

corporal dos pacientes, oferecendo um suporte físico e psicológico durante o processo de recuperação (Cumming, Tavares, Campana, Garcia Júnior, 2009). Assim, este estudo teve o objetivo de identificar o conhecimento dos Profissionais de Educação Física sobre os TAs.

MÉTODOS

Participaram deste estudo profissionais graduados em Educação Física, provenientes de instituições públicas e privadas, voluntários, de ambos os sexos, com idade compreendida entre 20 e 60 anos, com atuação em distintas áreas da Educação Física (academias, centros de treinamento, instituições de ensino, saúde, recreação, lazer e reabilitação). Foram excluídos os participantes com limitações que impediam a adequada aplicação dos questionários.

Para a condução deste estudo, empregaram-se três instrumentos:

- **Ficha de identificação:** formulário com dados pessoais do profissional, composto por 5 perguntas abertas (sexo, idade, ano da Graduação, faculdade, tempo de atuação).
- **Questionário com perguntas gerais sobre a área de Educação Física e TAs:** elaborado pelas pesquisadoras, com base na literatura científica e na experiência prática, teve o objetivo de entender o conhecimento e o entendimento dos PEFs sobre TAs. Composto por 1 pergunta fechada e 7 abertas.
- **Questionário de Autopercepção de Competências Profissional da Educação Física e TAs (QAPC):** elaborado a partir da “Escala de autopercepção de competência profissional em Educação Física e desportos” de Juarez Nascimento (1999). Contém 25 perguntas que reportam diretamente ao nível de conhecimento do participante relacionado às competências, com cinco alternativas passíveis de resposta - nenhum conhecimento, conhecimento insuficiente, suficiente, quase total e total. Quanto mais próximo do conhecimento total, maior o domínio sobre aquela competência.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Análise Descritiva e Perfil dos Participantes

A amostra final foi composta por 106 profissionais de Educação Física, com distribuição equilibrada entre os sexos e predominância de egressos da UNICAMP. A proporção de formados em instituições públicas foi superior à formação em faculdades privadas (quase 2 para 1). A análise das variáveis idade, tempo de formação e tempo de atuação revelou distribuições assimétricas, com concentração de participantes mais jovens e com menos tempo de atuação, altamente correlacionados entre si.

Conhecimento sobre TAs

Ao serem questionados sobre o conhecimento prévio em TAs, a expressiva maioria dos respondentes (95,3%) relatou conhecer ao menos um tipo de TA, sendo a Anorexia Nervosa e a Bulimia Nervosa os mais frequentemente mencionados (92,5% e 91,5% respectivamente), seguidos de compulsão alimentar (51,9%) e vigorexia (28,3%).

Quanto à prática de atividades físicas por pessoas com TAs, 79,2% dos profissionais acreditam que é possível e recomendada, desde que realizada sob acompanhamento adequado. Os principais benefícios mencionados estão relacionados à saúde mental e emocional (77,4%), seguidos por aspectos fisiológicos e metabólicos (57,5%), mudanças comportamentais (23,6%), melhora nas relações interpessoais e ganhos em qualidade de vida e bem-estar geral (22,6%).

No que diz respeito ao conhecimento sobre a possibilidade de atuação do profissional de Educação Física na prevenção e recuperação de indivíduos com TAs, 90,6% dos respondentes indicaram estar cientes desse papel, enquanto 9,4% afirmaram desconhecê-lo.

Ao serem convidados a descrever de que maneira o profissional de Educação Física pode contribuir para a recuperação de pessoas com TAs, a maioria das respostas concentrou-se em aspectos relacionados à promoção da saúde, como a prescrição adequada de exercícios físicos (41,5%), e melhora da saúde mental e bem-estar (16%). No entanto, mais de 30% das respostas foram vagas ou classificadas como “não se aplica”, o que pode indicar lacunas de conhecimento ou insegurança frente ao tema.

Na pergunta que investigava como os profissionais acreditam poder auxiliar na ressignificação das atividades físicas para esse público, destacamos a valorização do papel do PEF na promoção da saúde física e mental (35,8%), na conscientização sobre os TAs (30,2%), como também na transformação da prática corporal em uma experiência positiva e acolhedora (16%). Ainda assim, 18,9% das respostas foram consideradas inválidas, sugerindo possível incompreensão da pergunta, ausência de conhecimento específico ou falta de reflexão prévia sobre o tema.

Por fim, apenas 28,3% dos profissionais relataram já ter atuado com indivíduos diagnosticados com TAs, evidenciando um possível descompasso entre o conhecimento teórico e a prática cotidiana. Esse dado também pode refletir a dificuldade de identificação desses casos, uma vez que os sintomas são frequentemente ocultados pelos próprios indivíduos diagnosticados com TAs.

Análise das Competências Profissionais

A Escala de Autopercepção de Competência, composta por 25 itens organizados em formato Likert, revelou, por meio de análise fatorial, a existência de duas dimensões principais:

- 1. Competência Geral em Educação Física.**
- 2. Capacitação para Atendimento de TAs.**

Ambos os fatores apresentaram elevada consistência interna ($\alpha \approx 0,94$ e $0,95$, respectivamente), indicando que os itens agrupados avaliam de maneira coerente os construtos propostos. As respostas à escala concentraram-se, predominantemente, nos níveis intermediários da escala *likert* (valores 3 e 4, conhecimento suficiente e quase total), sugerindo a autopercepção moderada de competência por parte dos participantes, especialmente no que se refere ao manejo de demandas específicas relacionadas aos TAs. Tal distribuição indica que os PEFs se consideram, em geral, “parcialmente preparados”, com conhecimento satisfatório ou

próximo do total, embora ainda reconheçam a necessidade de aprofundamento em determinadas competências (Figura 1).

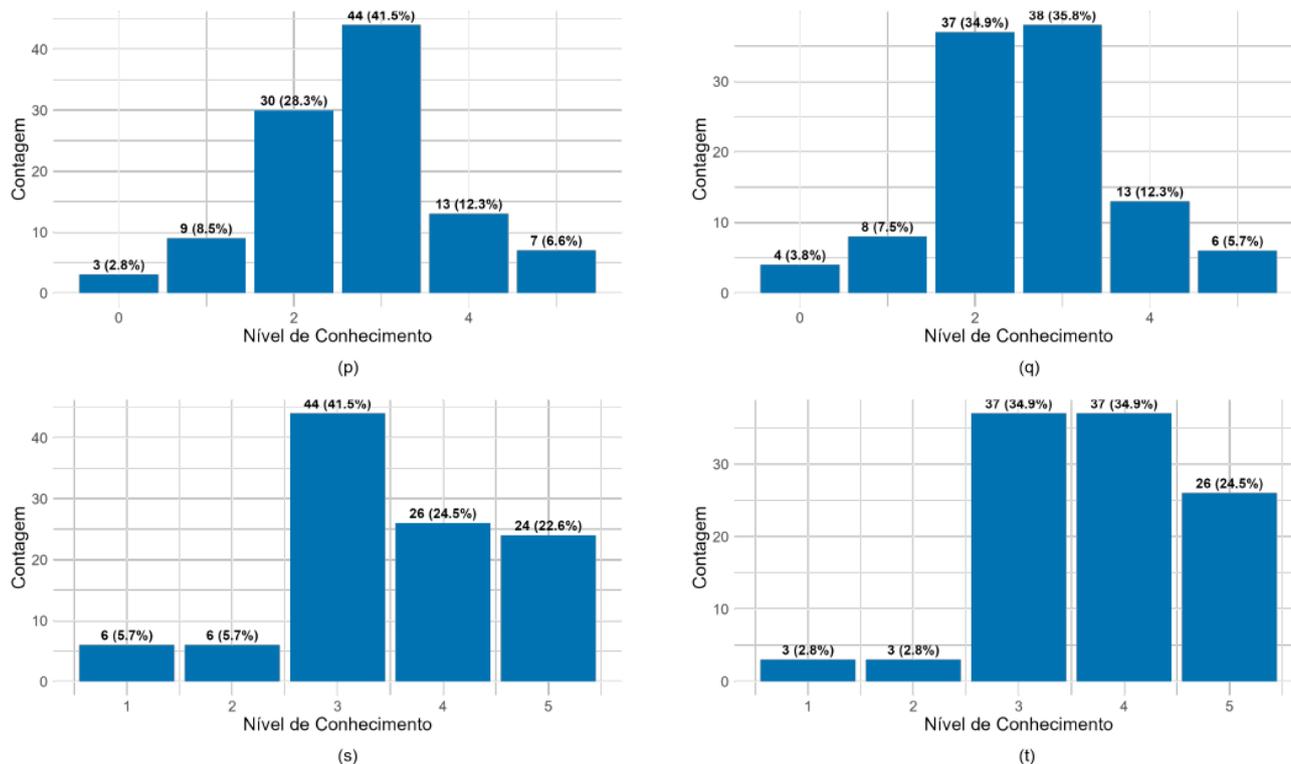


Figura 1. Distribuição das respostas dos participantes às perguntas da QAPC.

Legenda: P = dominar conhecimentos sobre as necessidades, expectativas e interesses dos indivíduos com TAs para intervenção adequada; Q= dominar conhecimentos sobre técnicas que facilitem o desenvolvimento de atitudes, valores e comportamentos que minimizem os danos causados pelos TAs; S = ser capaz de compreender os indivíduos, não os generalizando devido aos TAs; T = trazer o EF com espaço de suporte, servindo de alívio e promovendo sensação de bem-estar.

As análises inferenciais demonstraram que a formação em instituições públicas impacta positivamente a percepção de competência profissional, sobretudo no reconhecimento de sintomas, domínio técnico e entendimento do papel do PEF no contexto interdisciplinar de tratamento dos TAs. A variável sexo teve impacto mais restrito, sugerindo nível de conhecimento semelhante entre homens e mulheres. Ainda assim, mulheres relataram maior percepção de preparo em dimensões psicossociais e motivacionais, áreas diretamente relacionadas à interface com a Psicologia.

CONCLUSÕES

O presente estudo teve como objetivo investigar as competências percebidas por profissionais de Educação Física no contexto do atendimento a pessoas com TAs.

A análise descritiva evidenciou um cenário de percepções intermediárias a positivas, com certa polarização, o que sugere uma formação ainda desigual. A análise fatorial exploratória

revelou dois fatores com excelente consistência interna: 1. Competência Geral em Educação Física e 2. Capacitação Específica para o Atendimento de TAs, indicando que os PEFs conseguem distinguir entre conhecimentos técnicos amplos e saberes mais específicos voltados à saúde mental e ao manejo de TAs.

Esses achados reforçam a urgência de incorporar, de forma mais sistemática e equitativa, conteúdos relacionados aos TAs nos currículos de graduação em Educação Física. Mais do que o domínio técnico, o manejo adequado de indivíduos com TAs exige competências relacionais, comunicacionais e sensibilidade às dimensões emocionais, aspectos que historicamente pertencem ao campo da Psicologia e que devem ser integrados à formação dos PEFs.

O estudo aponta, ainda, a necessidade de fortalecimento das práticas interdisciplinares, com ênfase na articulação entre Educação Física, Psicologia e Nutrição, promovendo um cuidado mais humanizado, ético e eficaz. A atuação do PEF não pode ser dissociada das complexidades emocionais que permeiam os TAs, sendo fundamental que esse profissional esteja preparado não apenas para prescrever exercícios, mas para contribuir ativamente em ambientes de acolhimento, prevenção e promoção de saúde integral.

Portanto, ao evidenciar lacunas formativas e propor caminhos para sua superação, esta pesquisa contribui para o avanço da qualificação profissional e para a consolidação de uma atuação ética, sensível e comprometida com o bem-estar biopsicossocial de pessoas em situação de vulnerabilidade alimentar.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CUMMING, Gisele Cerqueira; TAVARES, Maria da Consolação Gomes Cunha Fernandes.; CAMPANA, Angela Nogueira Neves Betanho.; GARCIA JÚNIOR, Celso. **Experiências e expectativas em práticas de atividades físicas de pessoas com anorexia nervosa**. Movimento, [S. l.], v. 15, n. 2, p. 69–85, 2009. DOI: <https://doi.org/10.22456/1982-8918.3056>

DOMINGUES JUNIOR, Jediael Barbosa; SILVEIRA JUNIOR, Joel Silveira; ASSUNÇÃO, Elida Lucia Ferreira; SOARES, Wellington Danilo; BEZERRA JÚNIOR, Maximino Alencar. **Dietas da moda: um risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares**. RECIMA21 - Revista Científica Multidisciplinar, v. 5, n. 12, p. e5126036-e5126036, 2024. DOI: <https://doi.org/10.47820/recima21.v5i12.6036>

FIGUEIREDO, Bárbara Queiroz de; MENDES, Gabriel Antunes Ribeiro; CUNHA, Ítalo Íris Boiba Rodrigues da; DIAS, Joab Nascimento; CUNHA, Lara Lima Pereira da; SANTOS, Livia Maysa da Silva; SILVEIRA, Maitê Bonfim Nogueira; OLIVEIRA, Marco Aurélio Marques de; GOMES, Symonne Araújo; ARAÚJO, Paulo da Costa. **Eating disorders: etiologies, triggering factors, management challenges, and screening methods**. Research, Society and Development, v. 11, n. 12, p. e161111234476, 2022. DOI: <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i12.34476>

PROENÇA, Rossana Pacheco da Costa. **Alimentação e globalização: algumas reflexões**. Cienc. Cult., São Paulo, v. 62, n. 4, p. 43-47, Oct. 2010. Disponível em: http://cienciaecultura.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0009-67252010000400014&lng=en&nrm=iso