

ATITUDES ALIMENTARES DESORDENADAS EM ATLETAS ADOLESCENTES

Ana Tamires Jardim¹, João Henrique Fabiano Mortarelli²

RESUMO

Introdução: A alimentação desordenada é um fator de risco significativo para o desenvolvimento de transtornos alimentares em atletas adolescentes. Objetivo: Avaliar os fatores etiológicos e de risco para atitudes alimentares desordenadas em atletas adolescentes. Materiais e Métodos: Realizou-se uma revisão integrativa da literatura nos bancos de dados Pubmed e Lilacs estudos elegíveis publicados de 2015 a 2020, utilizando os descritores indexados Decs/Mesh, nas suas versões em português e em inglês a partir dos descritores: “adolescente/” “comportamento alimentar”. E descritores não indexados, mas que se relacionam diretamente ao tema, sendo eles: “atleta”, “desordens alimentares” e “atitudes alimentares desordenadas”. Resultados: Identificamos sete estudos que atenderam aos critérios de inclusão e que compuseram a síntese final. A idade da população variou de 11 a 19 anos, surgiram 15 fatores etiológicos relacionados a atitudes de alimentação desordenada. Os estudos tiveram distintas avaliações em relação ao tipo de esporte, modalidades de participação e ainda a característica por tipo de sensibilidade do peso em relação ao esporte praticado. Conclusão: A presente revisão revela que atitudes alimentares desordenadas possuem como fatores etiológicos a insatisfação corporal, ser do sexo feminino e envolvidos em esportes que enfatizam o controle do peso corporal. Mais estudos prospectivos são necessários para averiguar as direções na relação entre alimentação desordenada em adolescentes e o âmbito esportivo.

Palavras-chave: Adolescente. Atleta. Desordens alimentares.

1 - Nutricionista, Mestre pela UFMA, Programa Saúde do Adulto e da Criança; Pós-graduada em Nutrição, Metabolismo e Fisiologia do Exercício, FMRP-USP, Brasil.

2 - Nutricionista, Mestrando em Ciências da Cardiologia (Escola Paulista de Medicina - UNIFESP), Pós-graduado em Nutrição Esportiva (FAPES) e em Mindfulness (UNIFESP), Brasil.

ABSTRACT

Disordered eating attitudes in adolescent athletes

Introduction: Disordered eating is a significant risk factor for the development of eating disorders in athletes. Aim: Evaluate the etiological and risk factors for disordered eating attitudes in adolescent athletes. Methods: A literature review of the English and Portuguese language was performed using the Pubmed and Lilacs databases to retrieve eligible studies published from 2015 to 2020. Using the Decs / Mesh indexed descriptors, in their Portuguese and English versions based on the descriptors: “adolescent /” “eating behavior”. And descriptors that are not indexed, but that are directly related to the theme, namely: “athlete”, “eating disorders” and “disordered eating attitudes”. Results: We identified seven studies that met the inclusion criteria and that made up the final synthesis. The age of the population ranged from 11 to 19 years, 15 etiological factors related to attitudes of disordered eating emerged. The studies had different assessments in relation to the type of sport, modalities of participation and also the characteristic by type of weight sensitivity in relation to the sport practiced. Conclusion: The present review reveals that disordered eating attitudes have body dissatisfaction, being female and involved in sports that emphasize body weight control as etiological factors. Further prospective studies are needed to ascertain the directions in the relationship between disordered eating in adolescents and the sports environment.

Key words: Adolescent. Athlete. Eating disorders.

E-mail dos autores:
a-tamires@hotmail.com
nutricionista@joaomotarelli.com

Autor para correspondência:
 Ana Tamires Jardim.
a-tamires@hotmail.com
 Avenida dos Portugueses, 1966.
 Cidade Universitária Dom Delgado, Campus Bacanga. São Luís-MA, Brasil.
 CEP: 65080-805.

INTRODUÇÃO

A adolescência é um período marcado por rápidas transformações físicas e psicossociais. Observa-se que o início desta fase, pressões sociais e até mesmo a escola possam exercer um papel no desenvolvimento da insatisfação corporal e distúrbios alimentares (DA) (Helfert e Warschburger, 2013; WHO, 2014).

Neste período é comum que adolescentes se engajem em treinamentos e modalidades esportivas, que estão associadas a benefícios a saúde física, mental e prevenção de doenças (Rapetti, Santos, Gomes, 2011; Gomez-Baya e colaboradores, 2019).

Apesar de amplos benefícios à saúde, a participação em esportes competitivos tem o potencial de elevar o risco de desenvolvimento de transtornos alimentares (TA) e DA em atletas (Parker, Labotz, 2020; Stoyel e colaboradores, 2020).

Quando se trata de prevalência de transtornos alimentares, esta se mostra mais prevalente em atletas do sexo feminino e em modalidades que são sensíveis ao peso, especialmente nos esportes que enfatizam a magreza (Bratland-Sanda e Sundgot-Borgen, 2013).

Isso pode ser explicado pelo âmbito esportivo geral que encoraja a preocupação com o peso e a busca corporais ideais (Arthur-Cameselle e Quatromoni, 2011; Kong e Harris, 2015; Pinto e colaboradores, 2020).

Esta pressão para alcançar um físico mais magro se associa ainda com um maior controle da alimentação naqueles atletas envolvidos em esportes individuais (Lanfranchini e colaboradores, 2015).

Entre o público adolescente que se exercita por lazer ou praticam esportes por motivos relacionados ao corpo, estes tendem a apresentar maiores níveis de atitudes e comportamentos alimentares desordenados (Maiano e colaboradores, 2015).

A alimentação desordenada é um espectro sub clínico de transtornos alimentares, que pode progredir para inúmeras complicações de saúde (Kennedy e colaboradores, 2021). Estas atitudes englobam crenças, pensamentos, sentimentos, comportamentos e relações com os alimentos (Alvarenga, Scagliusi, Philippi, 2010; Kennedy e colaboradores, 2021).

Ainda pouco se sabe sobre as crenças dos jovens e as razões para se engajarem

nesses comportamentos, carecendo de dados relacionados à prevalência ao longo do tempo da alimentação desordenada nesta população (Sundgot-Borgen e Torstveit, 2010; Maiano e colaboradores, 2015).

Deste modo, identificar atitudes alimentares desordenadas em atletas adolescentes bem como o risco para distúrbios alimentares se faz de grande relevância para que seja possível ações de prevenção em atletas adolescentes para que exerçam suas práticas esportivas em seu maior nível de performance enquanto mantém sua saúde.

Portanto o objetivo desta revisão é avaliar os fatores etiológicos e de risco para atitudes alimentares desordenadas em atletas adolescentes presentes na literatura científica.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo amplo de revisão de literatura, de forma integrativa e caráter descritivo, que se utilizou do levantamento de publicações realizado bases de dados Pubmed e Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs) utilizando os descritores indexados segundo a padronização do Decs/MeSh, nas suas versões em português e em inglês a partir dos descritores: “adolescente/adolescent” “comportamento alimentar/Feeding Behavior”.

Foram utilizados outros descritores não indexados, mas que se relacionam diretamente ao tema, sendo eles: “atleta/athlete” “distúrbios alimentares/eating disorders” “atitudes alimentares desordenadas/disordered eating attitudes” e suas combinações, com resgate de publicações dos últimos 5 anos.

Os critérios de inclusão estabelecidos foram (a) artigos publicados entre janeiro de 2015 a janeiro de 2020; (b) estudos que abordassem diretamente a temática atitudes alimentares desordenadas na população adolescente; (c) estudos empíricos; (d) que estivessem disponíveis gratuitamente para leitura na íntegra e (e) publicados nos idiomas português e inglês.

Foram excluídos: (a) estudos com outras populações (adultos, crianças, grávidas e idosos) (b) materiais como monografias, editoriais, livros, capítulos de livros, resenhas e resumos em anais de congressos; (b) artigos de revisão de literatura, revisão sistemática e metanálise e (c) estudos sobre elaboração e

validação de instrumentos científicos. Os estudos que se repetiram em mais de uma

base de dados foram computados apenas uma vez, conforme fluxograma (Figura 1).

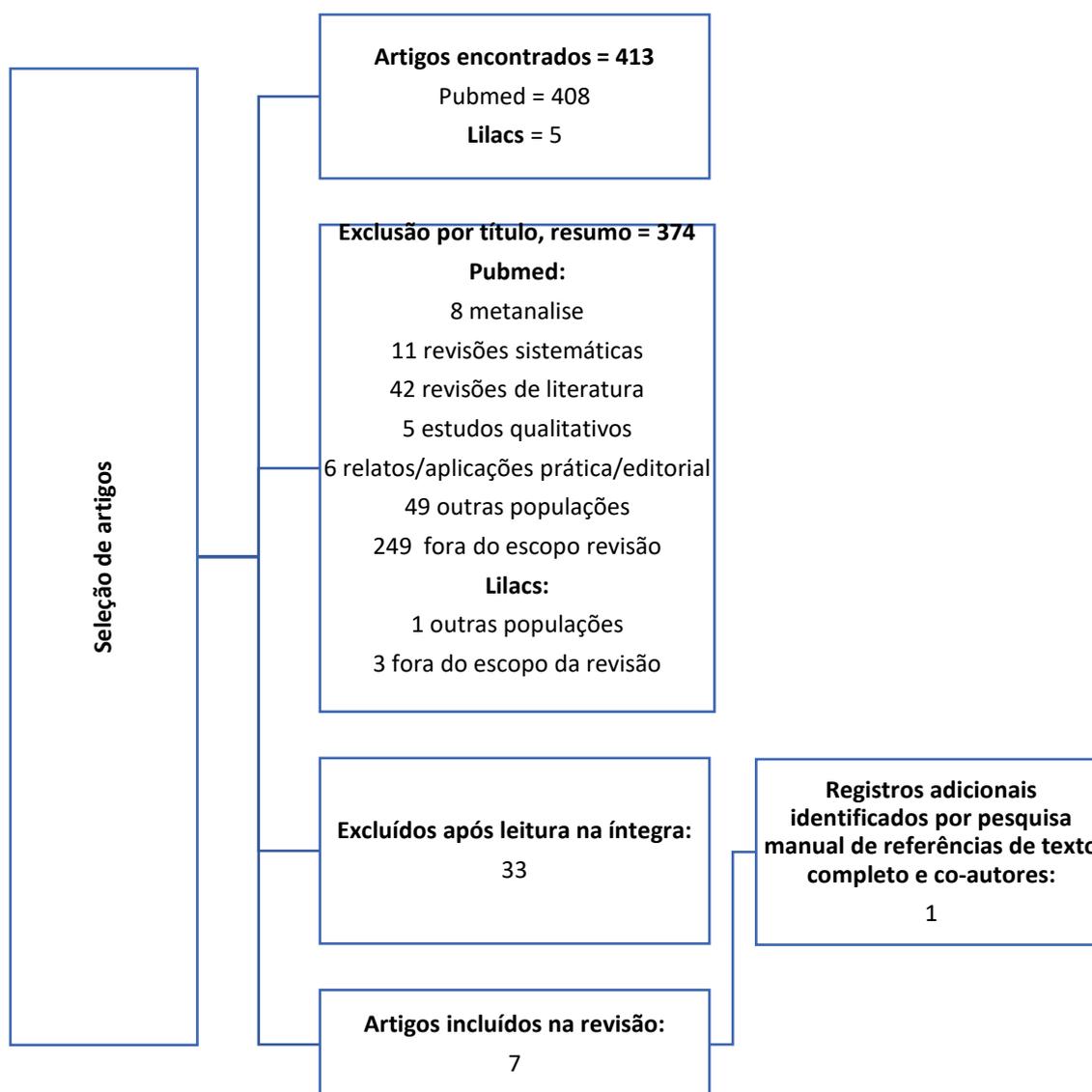


Figura 1- Fluxograma de seleção dos artigos incluídos na revisão integrativa.

RESULTADOS

Trinta e nove artigos foram identificados relevantes após a leitura pelo título e resumo.

Ao proceder a leitura na íntegra dos artigos, apenas seis atenderam os critérios de elegibilidade, incluídos nesta revisão.

Além disso foi consultada as referências dos artigos selecionados, afim de incluir trabalhos relevantes, após a busca

manual foi incluído 1 (um) artigo, e como amostra final sete artigos compuseram esta revisão (figura 1).

Destes estudos 1 foi publicado no Brasil, 1 na Espanha, 1 Noruega, 2 Lituânia, 1 Estados Unidos e 1 França. A idade da população amostral variou de 11 a 19 anos. Os estudos em sua maioria (n=4) foram realizados em populações de ambos os sexos. O tamanho amostral dos estudos variou de 33 a 1412 adolescentes avaliados.

Os estudos tiveram distintas avaliações em relação ao tipo de esporte, modalidades de participação e ainda a característica por tipo de sensibilidade do peso em relação ao esporte praticado.

Em relação a modalidade esportiva, os estudos contabilizaram 46 tipos diferentes de esportes específicos (Atletismo, ginástica rítmica, natação, arco e flecha, badminton, equitação, vela, ciclismo, artes marciais, dança, esqui cross-country, futebol, handebol, basquete, hóquei no gelo, karatê, boxe, fisiculturismo, judô, tae-kwon-do, kung fu, patinação artística, treinamento com pesos na academia, atividades de fitness em grupo, corrida de média e longa distância, salto em distância, salto triplo, salto em altura, orientação, remo, ciclismo, equitação, pentatlo, vôlei, tênis, handebol, polo aquático, hóquei em campo, técnico, esgrima, tiro, tênis de mesa, boliche, esportes de motor, xadrez). E 6 modalidades esportivas sem a caracterização do tipo de esporte (categoria de peso, estética e gravitacional/resistência, modalidades com bolas, técnico e alta massa).

A ginástica artística foi o esporte de maior avaliação presente em 5 publicações, seguido de 3 publicações com nadadores e 2 publicações com participantes de atletismo. Quanto à categorização entre esportes de participação individual e em equipe, 4 publicações analisaram ambos os tipos de participação e 3 somente avaliaram esportes de participação individual. 3 artigos, ainda incluíram uma terceira classificação, subdividindo as análises em modalidades sensíveis e não sensíveis ao peso corporal.

Surgiram 15 fatores relacionados as atitudes alimentares desordenadas: comportamento perfeccionista, insatisfação corporal, percentual de gordura corporal, consumo de drogas ilícitas, pressões socioculturais, baixo IMC, vômito intencional, uso de laxativos/supositórios, uso de diuréticos, jejum ou dietas restritivas, exercícios para queimar calorias, compulsão alimentar, modalidade esportiva sensível ao peso, controle da alimentação e motivação de envolvimento no esporte pelo gerenciamento de peso e aparência como descrito no quadro 1.

Quadro 1 - Características dos estudos incluídos, avaliações de atitudes alimentares em atletas adolescentes.

Autor	Título	Amostra	Tipo de modalidade	Fatores Etiológicos
Maiano e colaboradores, 2015	Motivações de esporte e exercício relacionados ao corpo e atitudes e comportamentos alimentares desordenados em adolescentes	355 ambos os sexos 11-18 anos França	Esportes que enfatizavam magreza (exemplo, dança, patinação artística, ginástica, boxe) Não enfatizavam a magreza (por exemplo, arco e flecha, badminton, basquete, equitação e vela), e categorizados por esportes individual e de equipe	- Vômitos purgação -Prática esportiva que enfatizam a magreza - controle da alimentação -Motivação de envolvimento no esporte pelo gerenciamento de peso e aparência
Ferreira e colaboradores, 2016	Comportamentos de risco para os transtornos alimentares e traços perfeccionistas em atletas de atletismo	52 atletas sexo feminino 12-17 anos Brasil	atletismo	-Comportamento perfeccionista - Insatisfação corporal -Percentual gordura corporal
Thompson, Petrie e Anderson, 2017	Os transtornos alimentares e os comportamentos de controle de peso mudam ao longo de uma temporada de esportes universitários	325 sexo feminino média de idade 19,2 anos Estados Unidos	Ginastica e natação	- Vômito intencional -Uso de laxativos/supositórios - Uso de diuréticos -Jejum ou dietas restritivas - Exercícios para queimar calorias -Frequência de compulsão alimentar
Heradstveit e colaboradores, 2020	Sintomas de alimentação desordenada e participação individual e em equipes esportes: um estudo de base populacional de adolescentes	10,172 atletas ambos os sexos 16-19 anos Noruega	esporte individual (natação, ciclismo, artes marciais, atletismo, ginástica, dança ou esqui cross-country) e esporte equipe (futebol, handebol, basquete ou hóquei no gelo)	- Baixo IMC
Jankauskiene, Baceviciene e Trinkuniene, 2020	Examinando a apreciação do corpo e a alimentação desordenada em adolescentes de diferentes práticas esportivas: Estudo Transversal	1412 ambos os sexos 15-18 anos Lituânia	Participantes de esportes de lazer e competitivo, divididos por sensibilidade de peso (modalidade por categoria de peso, estética e gravitacional / resistência) e não sensibilidade de peso (modalidades com bolas, técnico e alta massa)	- Pressões socioculturais - Insatisfação corporal

Jankauskiene e Baceviciene, 2019	Imagem corporal e atitudes e comportamentos alimentares perturbados em adolescentes envolvidos com esportes: o papel do gênero e as características do esporte.	732 ambos os sexos 16-19 anos Lituânia	participantes de esportes de lazer e competitivo, divididos por sensibilidade de peso (modalidades de categoria de peso, estética, ginástica, karatê, boxe, dança competitiva, fisiculturismo, judô, tae-kwon-do, kung fu, patinação artística, treinamento com pesos na academia, artes marciais não específicas, danças, atividades de fitness em grupo, corrida de média e longa distância, natação, salto em distância, salto triplo, salto em altura, orientação, remo, ciclismo, equitação, pentatlo e gravitacional / resistência. Modalidades não sensíveis ao peso (jogos de bola, basquete, futebol, vôlei, tênis, handebol, polo aquático, hóquei em campo, técnico, esgrima, tiro, tiro com arco e flecha, tênis de mesa, badminton, boliche, esportes de motor, xadrez e esqui de estilo livre	- Insatisfação corporal
Martinez-Rodriguez, 2020	Avaliação do estado nutricional-dietético, composição corporal, comportamento alimentar e imagem percebida em atletas de ginástica rítmica	33 atletas sexo feminino 11-18 anos Espanha	ginástica rítmica	-Consumo de drogas ilícitas -Preocupação com a imagem corporal

Fatores etiológicos e de risco para atitudes alimentares desordenadas

O perfeccionismo influenciou ainda a restrição alimentar e o controle sobre os tipos e as quantidades ingeridas.

Outro ponto observado nos levantamentos foi o estado nutricional, os sintomas de desordens alimentares foram associados a uma maior participação individual em esportes entre adolescentes com baixo IMC.

Pressões socioculturais surgiram como fator de maior risco de disfunção alimentação de independente da prática esportiva de ambos os sexos.

Ao acompanharem atletas durante uma temporada de 5 meses, observaram que 94.8% realizavam dieta 2-3x ao ano, 99.1% relataram pelo menos 1 vez ao mês vômitos intencionais, 99.4% utilizavam laxantes/supositórios pelo menos 2 vezes na semana e recorriam também ao uso de diuréticos 2 a 3 vezes ao mês e 96.6% relatavam pelo menos um episódio de compulsão alimentar. Observaram ainda que durante a temporada os exercícios e fazer dieta são provavelmente métodos preferidos de controle de peso, em comparação com medidas mais "extremas" (por exemplo, laxantes, vômitos), porque eles são vistos como potencialmente úteis para o desempenho atlético e aprovado (ou mesmo estimulado) por alguns treinadores.

Maiano e colaboradores (2015) identificaram que adolescentes com altos níveis de atitudes alimentares desordenados genérico (combinação de medo de engordar, preocupação alimentar e culpa relacionada à alimentação) tendem a relatar níveis significativamente mais altos de controle relacionado à alimentação e comportamentos de vômito - purgação.

Em relação as práticas, motivações e tipo de esporte, os autores encontraram ainda que adolescentes envolvidos em esportes e exercícios por motivos relacionados ao corpo (gerenciamento de peso e pela aparência), quando comparados com aqueles envolvidos em esportes e exercícios por outros motivos como engajamento social e diversão apresentam níveis mais elevados de atitudes e desordens alimentares.

Diferença entre sexo e Modalidade

As meninas, os comportamentos alimentares desordenados foram maiores comparados aos meninos tanto aquelas que participavam de esportes de lazer quanto em nível competitivo.

Além disso, estas meninas se exercitavam por principal motivo de gerenciamento de peso e pela aparência. Em contrapartida não encontraram diferenças ou efeitos de gênero para o ACADs em adolescentes que participam de esportes

competitivos sensíveis ao peso e menos sensíveis ao peso.

No tocante ao tipo de modalidade esportiva, encontraram diferenças entre participantes por tipo de sensibilidade de peso, as participantes em esportes de lazer sensíveis ao peso relataram maior transtorno alimentar e comportamentos alimentares comprometedores da saúde em comparação com as participavam de esportes de lazer menos sensíveis ao peso.

As análises evidenciaram que os adolescentes que se engajam em esportes que enfatizam a magreza apresentam atitudes e comportamentos transtornados em maiores escalas. Revelaram ainda que a relação entre os motivos corporais e a alimentação desordenada pode ser ampliada quando os adolescentes praticam esportes e exercícios individuais e competitivos.

Impacto de tais desvios do comportamento alimentar na performance esportiva

A avaliação direta sobre performance esportiva não foi identificada diretamente em nenhum estudo. Apenas fadiga e horas de sono foram identificadas como fator de risco para TA.

Em relação às horas de sono das ginastas, médias inferiores foram observadas em termos de horas de sono entre as ginastas com TA quando comparado com aqueles sem risco de transtornos alimentares.

DISCUSSÃO

O objetivo era revisar de maneira integrativa a literatura disponível e sintetizar as descobertas sobre atitudes alimentares desordenadas na população de adolescentes atletas.

No geral, esta revisão encontrou evidências que sugerem que atitudes desordenadas em relação à alimentação apresentam uma ampla gama de fatores etiológicos.

A insatisfação corporal, foi o fator etiológico de maior expressividade nos artigos da presente revisão, além disso, a insatisfação, se mostrou relacionado a outros fatores como comportamento perfeccionista, pressões socioculturais e consumo de drogas ilícitas.

Podendo estes achados serem explicados pelo fato da insatisfação corporal deter representações multidimensionais, que

engloba auto percepções relacionadas ao corpo e atitudes pessoais, incluindo pensamentos, crenças, sentimentos e comportamentos (Cash, 2012).

Tort-Nasarre, Pollina e Artigues-Barberà (2021) reforçam essa ideia, onde demonstraram que os problemas de distorção da imagem corporal facilitam comportamentos negativos voltados para a perda de peso em adolescentes, e que estes expressam emoções negativas, como raiva, tristeza, culpa ou frustração.

A insatisfação com a forma corporal e a percepção distorcida do peso, foram associados 5,08 e 4,67 vezes a chance respectivamente de apresentar o comer transtornado em adolescentes de 15-18 anos (Al-Kloub e colaboradores, 2018).

A presente revisão destaca ainda a presença do sexo feminino como de maior risco de comportamentos e atitudes alimentares desordenadas. Os resultados do estudo estão de acordo com estudos anteriores em que meninas apresentam maior prevalência para alimentação desordenada comparado aos meninos, tanto naquelas não atletas (Rosendahl e colaboradores, 2009; Al-Kloub e colaboradores, 2018; Harrison e colaboradores, 2019) quanto nas que se engajam em esportes, tais como com característica estéticade força (Rosendahl e colaboradores, 2009) e judô (Rouveix e colaboradores, 2007).

Essas diferenças de sexo ficam explícitas, dado que meninas são mais susceptíveis a sofrerem mais pressão sociocultural, advindos de pais, amigos e a mídia, o que pode influenciar nas diferenças de valores e percepções (White e Halliwell, 2010).

Além que as meninas experimentam diferenças na maturação sexual, onde a fase em que se inicia a puberdade é percebida de maneira peculiar nas meninas que se refletem no seu comportamento.

Ao abordarmos a diferença do impacto da modalidade esportiva identificamos que modalidades sensíveis ao peso possuem maior risco de atitudes alimentares transtornados, que corroboram com estudos prévios que demonstraram que em esportes estéticos e que dependem do peso são preditores de alimentação desordenadas mediadas pela pressão social do ambiente esportivo, relação entre treinador e atletas e colegas de equipe que facilitam a "transmissão" de atitudes e práticas

problemáticas em termos de peso e forma (Bloodworth, Mcnamee, Tan, 2017).

Ao se investigar se tais atitudes poderiam afetar o desempenho esportivo de maneira direta foi observado apenas um estudo que abordou o fator quantidade de horas de sono com risco para TAs.

Sabe-se que o sono é fator importante na recuperação dos atletas (Hrozanova, Firing, Moen, 2021), e estar em uma condição de pior qualidade de sono está associado a redução o desempenho em atletas de elite (Lim e colaboradores, 2021).

Porém são necessárias mais pesquisas para melhor compreender a relação prospectiva ou temporal entre alimentação desordenada e desempenho esportivo nestes atletas.

CONCLUSÃO

Evidenciou-se uma pluralidade de fatores, onde o fator etiológico de maior risco para atitudes alimentares desordenadas foi a insatisfação corporal.

Verificou-se que modalidades que enfatizam a magreza e o sexo feminino foram mais sensíveis ao risco para tais atitudes nesta população.

Não foi possível identificar de forma direta o impacto de tais atitudes no desempenho esportivo.

REFERENCIAS

1-AL-Kloub, M.I.; Al-Khawaldeh, O.A; ALBashtawy, M.; Batiha, A.M; Al-Haliq, M. Disordered eating in Jordanian adolescents. *International journal of nursing practice*. Vol. 25. Num. 1. 2018. p. e12694.

2-Alvarenga, M.S.; Scagliusi, F.B.; Philippi, S.T. Development and validity of the disordered eating attitude scale (DEAS). *Perceptual and motor skills*. Vol. 110. Num. 2. 2010. p. 379-395.

3-Arthur-Cameselle, J. N.; Quatromoni, P.A. Factors related to the onset of eating disorders reported by female collegiate athletes. *The Sport Psychologist*. Vol. 25. Núm. 1. 2011. p. 1-17.

4-Bloodworth, A.; Mcnamee, M.; Tan, J. Autonomy, eating disorders and elite gymnastics: ethical and conceptual issues.

Sport, Education and Society. Vol. 22. Num. 8. 2017. p. 878-889.

5-Bratland-Sanda, S.; Sundgot-Borgen, J. Eating disorders in athletes: overview of prevalence, risk factors and recommendations for prevention and treatment. *European journal of sport Science*. Vol. 13. Num. 5. 2013. p. 499-508.

6-Cash, T. F. *Encyclopedia of body image and human appearance*. Londres. Academic Press. 2012. p. 334-342.

7-Gomez-Baya, D.; Mendonza, R.; Matos, M.G.; Tomico, A. Sport participation, body satisfaction and depressive symptoms in adolescence: A moderated-mediation analysis of gender differences. *European Journal of Developmental Psychology*. Vol. 16. Num. 2. 2019. p. 183-197.

8-Helfert, S.; Warschburger, P. The face of appearance-related social pressure: gender, age and body mass variations in peer and parental pressure during adolescence. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*. Vol. 7. Num. 1. 2013. p. 16.

9-Harrison, A.N.; James B.C.C.B.; Younger-Coleman N.O.M; Williams M.C.; Rocke, K.D.; Clato-Day S.S.C.; Chang S.M. Disordered eating behaviours and attitudes among adolescents in a middle-income country. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*. 2019. p. 1-11.

10-Hrozanova, M.; Firing, K.; Moen, F. When I Sleep Poorly, It Impacts Everything: An Exploratory Qualitative Investigation of Stress and Sleep in Junior Endurance Athletes. *Frontiers in Psychology*. Vol. 12. 2021. p. 259.

11-Kennedy, S.F.; Kovan, J.; Werner, E.; Mancine, R.; Gusfa, D.; Kleiman, H. Initial validation of a screening tool for disordered eating in adolescent athletes. *Journal of eating disorders*. Vol. 9. Num. 1. 2021. p. 1-11.

12-Kong, P; Harris, L.M. The sporting body: body image and eating disorder symptomatology among female athletes from leanness focused and nonleanness focused sports. *The Journal of psychology*. Vol. 149. Núm. 2. 2015. p. 141-160.

13-Lanfranchi, M.C.; Maïano C.; Morin A.J.; Therme P. Social physique anxiety and disturbed eating attitudes and behaviors in adolescents: Moderating effects of sport, sport-related characteristics, and gender. *International journal of behavioral medicine*. Vol. 22. Num. 1. 2015. p. 149-160.

14-Lim, S.T.; Kim D.Y; Kwon, H.T.; Lee, E. Sleep quality and athletic performance according to chronotype. *BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation*. Vol. 13. Num. 1. 2021. p. 1-7.

14-Maïano, C.; Morin AJ.; Lanfranchi M.C.; Therme P. Body-related Sport and Exercise Motives and Disturbed Eating Attitudes and Behaviours in Adolescents. *European Eating Disorders Review*. Vol. 23. Num. 4. 2015. p. 277-286.

16-Parker, L. T.; Labotz, M. Sport specialization in young athletes. *Journal of the American Academy of Physician Assistants*. Vol.33. Num.1. 2020. p. 47-50.

17-Pinto, A.J.; Dolan E.; Baldissera G.; Gonçalves L.S.; Jardim F.G.A.; Mazzolani B.C.; Smaira F.I.; Sato P.M.; Scagliusi F.B.; Gualano B. Despite being an athlete, I am also a human-being: Male elite gymnasts' reflections on food and body image. *European journal of sport Science*. Vol. 20. Num. 7. 2020. p. 964-972.

18-Rapetti, L.; Santos, M.; Gomes, R. A atividade física como prevenção de algumas enfermidades. *Revista Digital*. Vol. 16. Num. 155. 2011.

19-Rosendahl, J.; Bormann, B.; Aschenbrenner, K.; Aschenbrenner, F.; Strauss, B. Dieting and disordered eating in German high school athletes and non-athletes. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*. Vol. 19. Núm. 5. 2009. p. 731-739.

20-Rouveix, M.; Bouget, M.; Pannafieux, C.; Champely, S.; Filaire, E. Eating attitudes, body esteem, perfectionism and anxiety of judo athletes and nonathletes. *International journal of sports medicine*. Vol. 28. Num. 04. 2007. p. 340-345.

21-Stoyel, H.; Shanmuganathan-Felton V.; Shanmuganathan-Felton, V.; Serpell, L. Psychological risk indicators of disordered

eating in athletes. *PloS one*, Vol. 15. Num. 5. 2020. p. e0232979.

22-Sundgot-Borgen, J.; Torstveit, M. K. Aspects of disordered eating continuum in elite high-intensity sports. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*. Vol. 20. 2010. p. 112-121.

23-Tort-Nasarre, G.; Pollina, P.M.; Artigues-Barberà, E. The Meaning and Factors That Influence the Concept of Body Image: Systematic Review and Meta-Ethnography from the Perspectives of Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. Vol. 18. Num. 3. 2021. p. 1140.

24-White, J.; Halliwell, E. Examination of a sociocultural model of excessive exercise among male and female adolescents. *Body Image*. Vol. 7. Num. 3. 2010. p. 227-233.

25-WHO. World Health Organization. Health for the world's adolescents: a second chance in the second decade: summary. Geneva: World Health Organization. 2014.

Recebido para publicação em 14/08/2021
 Aceito em 29/12/2021