

**PRÁTICA DE BALLET CLÁSSICO AUMENTA A PREVALÊNCIA DE TRANSTORNOS ALIMENTARES EM MULHERES**

Nathalia Eloisa Varasquim da Silva<sup>1</sup>, Heloisa Deola Confortim<sup>2</sup>

**RESUMO**

Introdução: A anorexia e a bulimia nervosa são transtornos alimentares que estão presentes na nossa sociedade, atingindo principalmente o gênero feminino. Esses transtornos estão fortemente ligados ao ballet clássico, onde se tem uma cobrança excessiva para um biotipo corporal magro. Esse estudo teve como objetivo avaliar a presença de transtornos alimentares em mulheres profissionais de ballet clássico no Brasil. Materiais e métodos: a amostra foi composta por 28 mulheres profissionais de ballet clássico com idades entre 18 e 50 anos, onde foi analisado os comportamentos alimentares que geram esses transtornos e a aceitação da imagem corporal por meio dos formulários autoaplicáveis EAT-26 e da BSQ enviados de maneira eletrônica. Resultados: foi possível observar que os indicativos para transtornos e insatisfação corporal estão presentes na maioria das entrevistadas (64,3%), apesar da amostra apresentar média de eutrofia através do IMC. Se faz necessário cada vez mais estudos para darmos visibilidade a esse assunto importante que acomete tantos indivíduos, onde concluímos que é indispensável o acompanhamento de profissionais capacitados para o tratamento e prevenção desses transtornos.

**Palavras-chave:** Anorexia nervosa. Bulimia nervosa. Imagem corporal.

**ABSTRACT**

Classic ballet practice increases eating disorders prevalence in women

Introduction: Anorexia and bulimia nervosa are eating disorders that are present in our society, affecting mainly women. These disorders are strongly linked to classical ballet practice, where there is an excessive demand for a thin body biotype. The aim of this study was to evaluate eating disorders' prevalence in classical ballet professional women in Brazil. Materials and methods: the sample consisted of 28 classical ballet professional women, aged between 18 and 50 years. Where measured the dietary habits that can generate eating disorders and the perception of body image acceptance using the self-administered forms EAT-26 and BSQ sent electronically. Results: Results show the indicators for eating disorders and body dissatisfaction are present in most of the interviewees (64.3%), despite the majority of the sample showing eutrophic. More studies are needed to give visibility to this very important issue that affects so many individuals, where we conclude that it is essential to monitor trained professionals for the treatment and prevention of these disorders.

**Key words:** Nervous anorexia. Nervous bulimia. Body image.

1 - Curso de Nutrição do Centro Universitário Univel, Cascavel-PR, Brasil.

2 - Bióloga, Doutora em Neurociências, Professora do Centro Universitário Univel, Cascavel-PR, Brasil.

E-mail dos autores:  
nathaliaev@hotmail.com  
heloisa.confortim@univel.br

## INTRODUÇÃO

Os transtornos alimentares sempre estiveram presentes no nosso meio, sendo caracterizados por comportamentos alimentares errôneos que podem gerar doenças psíquicas, acarretando problemas biológicos, psicológicos e fisiológicos (Gomez-Candela e colaboradores, 2018; Borges e colaboradores, 2006).

Entre os transtornos alimentares, existem dois que se destacam, a anorexia nervosa e a bulimia nervosa (Silva, 2018; Dias, 2020; Borges e colaboradores, 2006).

A anorexia nervosa é caracterizada pela grave perda de peso intencional, onde há métodos intensos para que não ocorra o ganho de peso, como dietas extremamente rigorosas e até mesmo jejum prolongado (Oliveira-Cardoso e colaboradores, 2018; Cordás, 2004).

Já a bulimia nervosa ocorre a partir da grande ingestão alimentar, juntamente com a preocupação excessiva no ganho de peso, com isso, leva-se a métodos compensatórios, como: dietas, jejum prolongado, exercícios físicos intensos, purgação, onde ocorre vômitos induzidos, uso de laxantes, inibidores de apetite e medicamentos diuréticos (Silva, 2018; Córdoba, 2004).

Os transtornos alimentares podem levar a problemas graves em todo o organismo, afetando o sistema gastrointestinal, hormonal, cardiovascular, renal, metabólico, onde pode se desenvolver a pancreatite, esofagite, carcinomas, constipação, infertilidade, amenorreia, hipotermia, arritmias, dentre outras complicações preocupantes (Borges e colaboradores, 2006; Dias, 2020).

Esses transtornos são frequentes no mundo do ballet clássico, visto que por sua vez, existe uma grande cobrança sobre determinado biotipo corporal, onde a magreza é definida como sinônimo de melhor desempenho, fazendo com que muitos bailarinos se arrisquem utilizando métodos rigorosos para alcançar certa meta profissional (Maciel Hartman e colaboradores, 2017; Zuccolotto e colaboradores, 2016; Ferreira, 2017).

Com isso, esse grupo específico se encontra em grande risco a desenvolver comportamentos alimentares errôneos (Araújo e colaboradores, 2016; Oliveira, 2018).

Em um estudo de Araújo e colaboradores, (2016), foi comprovado que no ballet, os transtornos alimentares são mais frequentes em mulheres, onde ocorre maior

cobrança da sociedade, da mídia e do próprio esporte para determinado fenótipo.

Além disso, apesar do ballet clássico se evidenciar por sua beleza, se faz necessário destacar que segundo a Associação Brasileira de Nutrição Esportiva, o ballet é classificado como um exercício físico de média intensidade, onde se tem um grande gasto energético durante a prática dele.

Com a alimentação inadequada, os profissionais de ballet clássico acabam ficando mais vulneráveis a lesões e a fadiga muscular, visto que a ingestão alimentar está fortemente ligada à manutenção e recuperação do metabolismo corporal (Peric e colaboradores, 2016).

Ademais, sintomas como sonolência, déficit de atenção e projeções corporais estão correlacionados aos transtornos alimentares, podendo apresentar piora gradativa no decorrer da doença e podendo aparecer nestes profissionais da dança (Rodrigues e colaboradores, 2017).

Em uma pesquisa de Nascimento (2021), constatou-se que a insatisfação corporal nesse grupo de profissionais é elevada e preocupante, sendo necessário estudos mais aprofundados para compreender esses casos, e assim possibilitar a criação de medidas preventivas eficazes.

Com isso, esse estudo tem como objetivo avaliar comportamentos alimentares e distúrbios de imagem corporal em mulheres brasileiras profissionais de ballet clássico.

## MATERIAIS E MÉTODOS

O presente trabalho trata-se de um estudo clínico diagnóstico, transversal, qualitativo, de caráter intervencionista, realizado em mulheres profissionais de ballet clássico de diferentes regiões do Sul do Brasil.

A amostra foi constituída por 28 mulheres que se dispuseram a participar voluntariamente respondendo os questionários de forma online. Os questionários foram aplicados após a autorização do Comitê de Ética da Univel (sob parecer nº 055/2021), permitindo assim a realização do estudo.

A pesquisa ocorreu por meio da plataforma "formulário" do Google, onde foi anexado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, no qual a voluntária aceitava a sua participação na pesquisa.

Além disso foi necessário sua identificação e dados básicos, como idade,

altura e gênero. Nem todos os participantes que responderam aos formulários foram incluídos na amostra, pois não se enquadravam nos critérios de inclusão (gênero feminino com idade entre 18 e 50 anos).

Após o aceite a voluntária era direcionada para as perguntas retiradas de dois questionários já validados: o Eating Attitudes Test (EAT-26) e o Body Shape Questionare (BSQ).

No EAT-26, foi possível analisar comportamentos alimentares que levam a transtornos alimentares, onde indivíduos apresentam grande preocupação entre o peso e a alimentação. A ferramenta é composta por 26 perguntas, onde a pontuação varia de 0 a 3 pontos, para as respostas como nunca, raramente ou às vezes, a pontuação é 0, para frequentemente considera-se 1 ponto, muito frequentemente classifica-se 2 pontos, e sempre se dá a 3 pontos. A somatória dos resultados obtidos das 26 perguntas caracteriza-se a indicação ou não para transtornos alimentares, sendo um indicador a partir de 20 pontos (Silva, 2018).

O BSQ tem como objetivo avaliar a aceitação da imagem corporal de cada indivíduo, analisando a preocupação com o fato de estar acima do peso. Esse questionário é composto por 34 perguntas, podendo ser respondidas por nunca, raramente, às vezes, frequentemente, muito frequentemente e

sempre, onde cada resposta apresenta pontuação de 1 a 6 (em ordem citada), na qual as somatórias das pontuações leva-se à resultados variáveis. É considerado normal pontuação menor que 70, entre 70 e 90 se dá a leve distorção de imagem corporal, entre 91 e 110 pontos é caracterizado pela moderada distorção, e superior a 110 é classificado como grave distorção de imagem corporal.

A partir do feedback do formulário devidamente respondido, foram analisados os seguintes parâmetros: IMC, idade das participantes e pontuações obtidas em cada questionário. Os dados da pesquisa foram tabulados no programa Graph Pad Prism 5.0, e foram utilizados os testes de Kruskal-Wallis para avaliação do IMC e dos resultados encontrados no BSQ, e o teste t para avaliar os resultados encontrados no EAT-26. Os resultados obtidos foram apresentados através de porcentagem, frequências, médias e desvios padrão.

Todos os testes de hipóteses desenvolvidos nesse trabalho consideraram uma significância de 5% ( $p < 0,05$ ).

## RESULTADOS

A amostra foi composta por 28 mulheres profissionais de ballet clássico do sul do Brasil, com idade entre 18 e 50 anos (Tabela 1).

**Tabela 1 - Porcentagem e frequência de idade da amostra.**

Idade	Frequência	Porcentagem (%)
18 a 28	13	46,4
29 a 38	2	7,2
39 a 50	13	46,4
Total	28	100%

A média geral do índice de massa corporal das participantes foi de  $22,3\text{kg/m}^2 \pm 5,151$  caracterizando eutrofia na maioria das entrevistadas (60,7%) (Tabelas 2 e 3). Foi

encontrada ainda diferença em relação ao peso quando comparamos os grupos obesos e com sobrepeso ao grupo que apresentou baixo peso ( $p < 0,05$ ).

**Tabela 2 - Massa corporal registrada.**

Massa Corporal	Frequência	Porcentagem (%)	Média e DP
Baixo peso	5	17,1	$16,90 \pm 1,125$
Eutrófica	17	60,7	$21,19 \pm 1,135$
Sobrepeso	4	14,1	$26,00 \pm 1,299^*$
Obesidade	2	7,1	$37,25 \pm 4,172^*$
Total	28	100%	

**Legenda:** \* indica diferença em relação ao grupo com baixo peso ( $p < 0,05$ ).

**Tabela 3** - Média, desvio padrão, maior e menor peso, altura, e IMC registrados na avaliação.

	Peso	Estatura	IMC
Média e DP	58,5kg ± 13,25	1,62m ± 0,04039	22,3kg/m <sup>2</sup> ± 5,151
Maior Número	105,6kg	1,73m	40,2kg/m <sup>2</sup>
Menor Número	43kg	1,54m	15,0kg/m <sup>2</sup>

Apesar da maioria das entrevistas estarem eutróficas, com as ferramentas aplicadas podemos analisar que a média dos resultados obtidos apresentaram riscos para transtornos alimentares, pela EAT-26 foi obtido

uma média total de 22 ± 11,72 pontos, e no BSQ a média geral foi 93,6 ± 40,24 pontos caracterizando presença de distorção de imagem moderada na maior parte das voluntárias avaliadas (Tabela 4).

**Tabela 4** - Média, desvio padrão, maior e menor pontuação registrada nos questionários EAT-26 e BSQ.

	EAT-26	BSQ
Média e DP	22 ± 11,72	93,6 ± 40,24
Maior Pontuação	49	155
Menor Pontuação	2	44

Na tabela 4, podemos analisar que pelo BSQ, 10 mulheres (35,7%) não apresentaram riscos para transtornos alimentares. O restante das participantes foram subdivididas em 3 graus:

leve (21,4%), moderado (10,7%) e grave (32,2%), onde foi visto que a maioria das entrevistadas estão em risco para distúrbios corporais.

**Tabela 5** - Porcentagem e frequência de distúrbios corporal pela BSQ.

BSQ	Frequência	Porcentagem (%)	Média e DP
Ausente	10	35,7	53,50 ± 7,962
Leve	6	21,4	79,83 ± 6,432
Moderado	3	10,7	98,00 ± 4,583
Grave	9	32,2	145,9 ± 11,24 *
Total	28	100%	

**Legenda:** \* indica diferença em relação ao grupo que não apresentou risco (p<0,05).

Quando analisamos os dados obtidos pelo EAT-26, pode-se observar que 60,7% das

entrevistadas (n=17) apresentam indicação para transtornos alimentares (Tabela 6).

**Tabela 6** - Porcentagem e frequência indicando risco para desenvolvimento de TA.

EAT-26	Frequência	Porcentagem (%)	Média e DP
Presente	17	60,7	28,76 ± 9,257
Ausente	11	39,3	11,55 ± 5,989 *
Total	28	100%	

**Legenda:** \* indica diferença (p<0,05).

Em especial, dois casos foram sinalizados como os mais preocupantes. Uma das entrevistadas, apresentou pontuação de 45 na EAT-26, e 163 na BSQ, com IMC de 17,3kg/m<sup>2</sup>, assim apresentando baixo peso corporal, grande risco de distúrbio alimentar e de transtornos alimentares.

No outro extremo, a entrevistada apresentou pontuação 30 na EAT-26, e 144 na BSQ, com IMC de 40,2kg/m<sup>2</sup>, classificada como

obesidade grau III, também apresentando grande risco de transtornos alimentares e distúrbios corporais.

## DISCUSSÃO

A partir dos resultados obtidos, pôde ser analisado que 64,3% da amostra apresenta distúrbios de imagem corporal mesmo a maioria apresentando peso eutrófico.

Resultados semelhantes foram vistos na pesquisa de Maciel-Hartmann e colaboradores, (2017), onde 75% da amostra exclusivamente feminina apresentaram relação com transtornos alimentares, sendo ainda divididos em três graus de gravidade.

Já no estudo de Abduch e Fernandes (2018), apenas 18,5% das bailarinas apresentaram risco para transtornos alimentares. Mesmo havendo diferenças nas porcentagens, a literatura mostra uma prevalência em relação a presença de distúrbios alimentares em bailarinos, quando comparados a outras profissões onde a magreza não é tão valorizada para um bom desempenho (Oliveira e colaboradores, 2017).

Em relação a presença de insatisfação corporal, 60,8% das bailarinas participantes de um estudo realizado por Simas e colaboradores, (2019) demonstraram estar insatisfeitas com o corpo, independente do peso.

Assim como no estudo de Leal e colaboradores, (2020), onde 97,6% das profissionais de ballet relataram baixa autoestima e 43,9% das bailarinas também apresentam insatisfação corporal.

Quando comparamos o grau de satisfação corporal de dançarinos e não dançarinos, 38,8% dos bailarinos estão descontentes com a própria imagem, e apenas 16,9% dos não bailarinos estão insatisfeitos (Torales e colaboradores, 2017).

É possível observar que praticantes de ballet clássico estão mais propensos aos transtornos alimentares quando comparamos com estudos que avaliam os mesmos critérios em outros grupos, como o estudo de Oliveira e colaboradores, (2017), que demonstrou-se que não há índices significativos de acadêmicos do curso da saúde que apresentam comportamentos inadequados ou distúrbios de imagem corporal.

Já em um estudo recente de Araújo e colaboradores, (2020), foi visto que, bailarinas ainda jovens com faixa etária de 13 a 17 anos, também estão expostas a esses transtornos, onde 51,5% apresentam distorção de imagem corporal. Comprovando mais uma vez a relação da prática com os resultados vistos em nosso estudo.

Em relação aos dois casos extremos citados nos resultados, podemos observar que a distorção de imagem corporal não está relacionada ao peso, já que nas duas situações houve resultados preocupantes de distúrbios

de imagem corporal, e indicativo grave para transtornos alimentares.

Analisando o estudo de Cunha e Machado (2019), podemos observar que 88,9% das praticantes de ballet também apresentam insatisfação corporal, onde a maioria se encontram eutróficas em relação altura e peso corporal, assim como nesse estudo.

A literatura comprova ainda que a maior incidência de anorexia e bulimia nervosa ocorrem em mulheres, público-alvo desta pesquisa (Araújo e colaboradores, 2016).

Esses resultados ocorrem principalmente pela influência da mídia e do próprio esporte, visto que cada vez mais a idealização de um corpo perfeito é cobrado e imposto como sinal de bom desempenho e beleza (Copetti, Quiroga, 2018; Maciel Hartman e colaboradores, 2017).

Diante da gravidade dos resultados encontrados, mesmo aceitando as limitações deste estudo em relação ao (n) amostral, é possível observar que os questionários EAT-26 e BSQ, se mostraram como ferramentas importantes para investigar a prevalência destes transtornos, que afetam de maneira preocupante principalmente as mulheres, sendo responsáveis pelo desenvolvimento de doenças graves concomitantes.

## CONCLUSÃO

Foi possível analisar a presença de insatisfação corporal e de comportamentos alimentares inadequados nas profissionais de ballet clássico apesar da maioria das participantes estarem eutróficas.

Com isso pode-se concluir que os transtornos não estão sempre relacionados ao peso, e sim com o psicológico, visto que a mídia e o esporte em si exigem o extremo dessas profissionais.

Dessa forma, se faz necessário a intervenção de profissionais capacitados, como psicólogos e nutricionistas, para auxiliar esse grupo específico sobre comportamentos alimentares adequados e valorização corporal para que não ocorra complicações maiores a eles.

## REFERÊNCIAS

1-Abduch, J. M.; Fernandes, P. T. Imagem corporal e transtornos alimentares em bailarinas profissionais. Rev. trab. Iniciaç. Cient. UNICAMP. Núm. 26. 2018.

- 2-Araújo, M.; Silva, A. G.; Silva, J. J.; Silva, M. C. E. Avaliação de transtornos alimentares em praticantes de ballet. *Revista Saúde*. Vol. 10. Núm.1-2. 2016.
- 3-Araújo, I. I. R.; Sampaio, L. H. F.; Bittar, A. J.; Hamu, T. C. D. S.; Rezende, L. A.; Formiga, C. K. M. R. Distorção da imagem corporal em bailarinas jovens. *Revista Pensar a Prática*. 2020.
- 4-Borges, N. J. B. G.; Sicchieri, J. M. F.; Ribeiro, R. P. P.; Marchini, J. S.; Santos, J. E. Transtornos alimentares - quadro clínico. *Ribeirão Preto*. Vol. 39. Núm. 3. p. 340-8. 2006.
- 5-Copetti, A. V. S.; Quiroga, C. V. A influência da mídia nos transtornos alimentares e na autoimagem em adolescentes. *Revista de Psicologia da IMED*. Vol. 10. Núm. 2. p.161-177. 2018.
- 6-Cordás, T. A. Transtornos alimentares: classificação e diagnóstico. *Rev. Psiqu. Clin.* Vol. 31. Núm. 4. p. 154-157. 2004.
- 7-Cunha, P. R. F.; Machado, L. M. M. Avaliação do estado nutricional, satisfação com a imagem corporal, consumo e comportamento alimentar de discentes de ballet clássico em uma escola de dança em Belém-PA. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*. São Paulo. Vol. 13. Núm. 78. p.219-230. 2019.
- 8-Dias, M. D. P. Anorexia e bulimia nervosa, perturbações alimentares para a vida. *Universidade do Porto*. Porto. 2020.
- 9-Ferreira, R. L. U. Imagem corporal e comportamentos sugestivos para transtornos alimentares em mulheres praticantes de ballet clássico. *Rio Grande do Norte*. 2017.
- 10-Gomez-Candela, C.; Milla, S. P.; Miján-De-La-Torre, A.; Ortega, P. R.; Martín, P. M.; Kohen, V. L.; Portillo, R. C.; Casas, M. N. V.; Olmos, M. Á. M.; Álvarez, M. T. M.; Alija, M. J. C.; Martínpalmero Á. Consenso sobre avaliação nutricional e tratamento dos transtornos alimentares: anorexia nervosa. *Nutr Hosp*. Vol. 35. p.11- 48. 2018.
- 11-Leal, R. K. P.; Silva, N. S. S.; Silva, R. R. V. Autoestima e satisfação corporal de bailarinas. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*. São Paulo. Vol. 14. 2020.
- 12-Maciel Hartmann, L.; Yumi Uchimura, K.; Maria dos Santos, S.; Mezzomo, T. R. Sintomas de transtornos alimentares em bailarinos profissionais. *Nutr. clín. diet. hosp*. Vol. 37. Núm. 3. p.151-157. 2017.
- 13-Nascimento, S. C. V. B. A insatisfação com a imagem corporal e os possíveis distúrbios alimentares entre os praticantes de balé clássico. *Brazilian Journal of Health Review*. Vol. 4. Núm. 4. 2021.
- 14-Oliveira, P. L.; Ferreira, M. E. C.; Neves, C. M.; Meireles, J. F. F.; Carvalho, P. H. B. Insatisfação, checagem corporal e comportamentos de risco para transtornos alimentares em estudantes de cursos da saúde. *J Bras Psiquiatr*. 2017.
- 15-Oliveira, L. X. Imagem corporal de estudantes de balé clássico: um estudo qualitativo. *Fortaleza, Universidade Federal do Ceará*. 2018.
- 16-Oliveira-Cardoso, É. A.; Coimbra, A. C.; Santos, M. A. Qualidade de vida em pacientes com anorexia e bulimia nervosa. *Psic.: Teor. e Pesq*. Vol. 34. 2018.
- 17-Peric, M.; Zenic, N.; Sekulic, D.; Kondric, M.; Zaletel, P. Disordered eating, amenorrhea, and substance use and misuse among professional ballet dancers: preliminary analysis. *Medycyna Pracy*. Vol. 67. Núm. 1. p. 21-27. 2016.
- 18-Rodrigues, Y. C. F.; Reis, N. M.; Vieira, M. C. S.; Machado, Z.; Guimarães, A. C. A. Fatigue and symptoms of eating disorders in professional dancers. *State University of Santa Catarina. Florianópolis-SC*. 2017.
- 19-Silva, F. B. Transtornos alimentares, imagem corporal e estado nutricional de adolescentes. *Universidade do Extremo Sul Catarinense-UNESC. Criciúma*. 2018.
- 20-Simas, J. P. N.; Macara, A.; Melo, S. I. L.; Pelegrini, A. Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em bailarinos profissionais. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*. São Paulo. Vol. 13. Núm. 80. p.581-590. 2019.
- 21-Torales, J.; Barrios, I.; Amadeo, G.; Ebner, B.; Figueredo, V.; Garbett, M.; García, Ó.; Vittale, F.; Gonzáles, I.; Samudio, M.

Satisfacción corporal en bailarinas y no bailarinas. Mem. Inst. Investig. Cienc. Salud. Paraguay. 2017.

22-Zuccolotto, A. P.; Bellini, M. A. B. C.; Rech, A.; Sonda, F. C.; Melo, M. O. Efeito do treinamento de força com resistência elástica sobre o desempenho da flexão de quadril em bailarinas clássicas. Rev Bras Educ Fís Esporte. São Paulo. 2016.

Recebido para publicação em 02/11/2021  
Aceito em 22/12/2021