

# O COMER DESORDENADO ORIENTADO PARA A MUSCULATURA: UMA REVISÃO

*Data de aceite: 02/10/2023*

### **João Luiz Coelho Ferro**

Pós-Graduado em Comportamento Alimentar, IPGS – Ensino Superior em Saúde, Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil

### **Gabriela Rocha dos Santos**

Programa de Pós-Graduação em Cardiologia e Ciências Cardiovasculares, Faculdade de Medicina – Campus Saúde, Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil

**RESUMO:** **INTRODUÇÃO:** Parece haver uma escassez de estudos sobre comportamentos alimentares desordenados entre homens praticantes de musculação e outros grupos, como o comer desordenado orientado para a musculatura, cuja principal característica é a mudança do padrão dietético para reduzir gordura corporal e ganhar massa muscular, simultaneamente. **OBJETIVO:** Verificar a frequência desses comportamentos em populações masculinas distintas, considerando idade e orientação sexual. **MÉTODOS:** Este trabalho é uma revisão integrativa de artigos originais publicados entre 2018 e 2022, consultados na BVS, na PubMed e na Scielo em janeiro de 2023. Foram incluídos

trabalhos relacionados ao tema após leitura minuciosa dos títulos e resumos. Foram excluídos trabalhos repetidos e revisões. **RESULTADOS:** Observou-se maior frequência de episódios de compulsão alimentar em atletas não-competidores (35% vs. 27%). Entre homens de 18 a 24 anos, 32,4% relataram fazer dieta para aumentar a musculatura e 11,2% tinham preocupação com peso e “*shape*”. O ideal de corpo masculino musculoso e magro teve forte relação com o comer desordenado, mais frequente em homens adultos jovens do que em mulheres (27,5% vs. 4,9%). Meninos gays e bissexuais participantes de uma coorte tiveram 2,67 vezes mais chances de fazerem dietas restritivas, e 12,5 vezes mais chances de compulsão alimentar. **CONCLUSÃO:** Há uma necessidade de se conduzir mais estudos sobre o tema, além de ser importante capacitar profissionais de saúde, como nutricionistas, a respeito desses comportamentos bastante frequentes na prática clínica, e que podem resultar no desenvolvimento de transtornos alimentares. **PALAVRAS-CHAVE:** transtorno alimentar; compulsão alimentar; dietas restritivas; insatisfação corporal

**ABSTRACT: INTRODUCTION:** There seems to be a paucity of studies on disordered eating behaviors (DEB's) among bodybuilders and other groups of men, such as muscularity-oriented disordered eating, whose main characteristic is the change in dietary pattern to reduce body fat and gain muscle mass, simultaneously. **OBJECTIVE:** To verify the frequency of these behaviors in different male populations, considering age and sexual orientation. **METHODS:** This work is an integrative review of original articles published between 2018 and 2022, consulted in BVS, PubMed and Scielo in January 2023. Works related to the theme were included after a thorough reading of titles and abstracts. Duplicate works and reviews were excluded. **RESULTS:** a higher frequency of binge eating episodes was observed in non-competitive athletes (35% vs. 27%). Among men aged 18 to 24 years, 32.4% reported dieting to build muscle and 11.2% were concerned about weight and shape. The ideal of a muscular and thin male body was strongly related to disordered eating, more frequent in young adult men than in women (27.5% vs. 4.9%). Gay and bisexual boys participating in a cohort were 2.67 times more likely to follow restrictive diets, and 12.5 times more likely to be binge eaters. **CONCLUSION:** There is a need to conduct more studies on the subject, in addition to being important to train health professionals, such as nutritionists, regarding DEB's that are quite common in clinical practice and can result in the development of eating disorders.

## INTRODUÇÃO

De acordo com a 5ª Edição de 2013 do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5), os principais diagnósticos de TA incluem: Anorexia Nervosa (AN), Bulimia Nervosa (BN), Transtorno de Compulsão Alimentar Periódica (TCAP) e Transtorno Alimentar Restritivo/Evitativo (TARE) (APA, 2013). Segundo a literatura acredita-se que esses transtornos de saúde mental são mais frequentes em mulheres (Weber, Cislighi & Meausoone, 2019; Murray, Griffiths & Nagata, 2018; Smith et al., 2017) e, portanto, há uma escassez de estudos que investigam a prevalência de TA's entre homens devido a sua baixa prevalência. No entanto, além de outros subtipos de TA, sabe-se que diversos comportamentos alimentares disfuncionais (muitos deles critérios para fechar um diagnóstico de um TA específico) são bastante frequentes atualmente entre praticantes de musculação, como por exemplo o comer desordenado orientado para a musculatura (Fabris et al., 2017; Calzo et al., 2016).

Esse tipo de comportamento alimentar desordenado se caracteriza, principalmente, por mudança do padrão dietético na tentativa de reduzir gordura corporal e ganhar massa muscular, como, por exemplo: estratégias do tipo *“cheat meals”* ou *“cheat days”*, termos em inglês para designar uma refeição ou dia quando se come sem restrições para aumentar a taxa metabólica (Murray et al., 2017; Pila et al., 2017); a prática de dietas de *“bulking”* e *“cutting”*, sendo na primeira, maior o consumo de proteína, com recomendações rígidas quanto à quantidade, horário e tipo de proteína consumida, e na segunda, maior restrição alimentar visando diminuir a gordura corporal e melhorar a definição muscular (Murray et al., 2018; Griffiths, Murray & Touyz, 2013). São comuns também episódios esporádicos

de compulsão alimentar e estratégias não-saudáveis de controle de peso, como fazer jejum, pular refeições e abusar do uso de laxantes e diuréticos, esses últimos considerados comportamentos de purgação, típicos entre indivíduos com BN, assim como outros comportamentos disfuncionais que incluem exercício compulsivo e exercitar-se como forma de compensação ou purgação (Lavender, Brown, & Murray, 2017; Klimek et al., 2018).

Apesar de uma baixa prevalência de TA em homens em comparação com mulheres, vem se observando com maior frequência, nos últimos anos, um aumento nos percentuais de comer desordenado orientado para a musculatura, antes mais comum entre atletas de esportes como luta, basquete e futebol americano, que demandam um corpo maior e mais forte (Gorrell et al., 2019). Atribui-se essa busca por musculatura ao fato de que a imagem corporal masculina idealizada pela mídia, pelas redes sociais e até mesmo por personagens de filmes de super-heróis tornou-se cada vez mais musculosa (Pope, Khalsa, & Bhasin, 2017). Um estudo epidemiológico recente conduzido nos Estados Unidos indicou que 30% dos meninos adolescentes estão tentando ganhar peso (Nagata et al., 2019), o que pode estar associado ao desejo por musculatura. Além disso, esse tipo de comportamento pode ser tão frequente entre homens praticantes de musculação como são alguns transtornos alimentares em mulheres (Compte, Sepulveda & Torrente, 2015). No entanto, apesar da escassez de trabalhos nacionais sobre esse tema, são bastante numerosos os estudos que vêm sendo conduzidos fora do Brasil sobre esses comportamentos disfuncionais, que podem resultar em um desfecho mais grave, como a dismorfia muscular (Lavender, Brown & Murray, 2017; Badenez-Ribeira et al., 2019).

Outros estudos mostram que a busca por um corpo com baixo percentual de gordura e mais musculoso pode ser mais prevalente entre homens gays, que são mais influenciados pela pressão estética para um corpo magro e musculoso, do que entre homens heterossexuais (Losiak, 2009). Além disso, membros de minorias sexuais do sexo masculino estão mais propensos ao desenvolvimento de um TA, sofrer com insatisfação corporal, se preocupar mais com peso e forma, fazer uso de anabolizantes esteróides e apresentar maior prevalência de comer desordenado (Blashill & Safren, 2014; Calzo et al., 2015).

Portanto, o objetivo dessa revisão foi investigar comportamentos alimentares desordenados presentes entre homens durante a adolescência até a vida adulta jovem, levando em consideração grupos populacionais distintos, como atletas profissionais, semi-profissionais e praticantes de exercício físico para ganho de massa muscular e orientação sexual.

## MÉTODOS

Esse trabalho é uma revisão integrativa cujo objetivo foi apresentar a frequência do comer desordenado orientado para a musculatura entre homens de diferentes idades e

de grupos populacionais distintos, considerando orientação sexual com base em artigos originais que foram publicados a respeito desse tema entre 2018 e 2022, consultados nas bases de dados: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), *National Library of Medicine* (PubMed) e *Scientific Eletronic Library Online* (Scielo) no mês de Janeiro de 2023. Além da escassez de estudos sobre esse tema conduzidos no Brasil, há também poucos trabalhos internacionais que deem ênfase à orientação sexual dos participantes, o que tornou a busca mais trabalhosa.

Assim, para a realização das buscas nas bases de dados mencionadas acima, foram utilizados os seguintes descritores em saúde coordenados com o operador booleano AND da seguinte forma: na PubMed, “*disordered eating AND muscularity*”, “*disordered eating AND men*” e “*disordered eating AND young males*”; na BVS e na Scielo, “comer desordenado AND homens”. Como critério de inclusão foi adotado uma leitura atenta dos títulos e resumos dos estudos encontrados apenas em inglês e português, e tipo de trabalho, sendo excluídas revisões e outros que não estavam de acordo com o tema deste trabalho e trabalhos repetidos. Dessa maneira, foram encontrados 5 artigos na PubMed, 3 na BVS e 2 na Scielo, resultando em um total de 10 estudos. Outros trabalhos encontrados nas referências desses artigos serviram de embasamento teórico, e estão listados nas referências.

## RESULTADOS

O quadro 1 a seguir apresenta os principais dados e informações a respeito dos artigos revisados neste trabalho.

| Título/Ano  | Autores              | População/País                                  | Tipo de Estudo                              | Métodos  | Resultados  |
|---|----------------------|---|---|--|---|
| 1. DSM-5 full syndrome, other specified, and unspecified eating disorders in Australian adolescents: prevalence and clinical significance. 2019 | Mitichson, D. et al. | Adolescentes dos dois sexos/ Austrália          | Longitudinal (1 mês)                        | 5.191 adolescentes responderam um questionário medindo a prevalência de sintomas de TA's, qualidade de vida relacionada à saúde e sofrimento psicológico causado durante 1 mês.                          | A prevalência de sintomas de TA foi de 12,8% em meninos. Adolescentes mais velhos apresentaram maior risco para BN e TCAP e aqueles com peso alto para a idade tinham mais riscos para sintomas de TA.                          |
| 2. Eating behavior and reasons for exercise among competitive collegiate male athletes, 2019.   | Gorrell, S. et al.   | Atletas universitários do sexo masculino/ EUA   | Transversal                                 | 611 atletas universitários de elite do sexo masculino completaram uma pesquisa on-line relatando comportamentos alimentares e de controle extremo de peso, e razões para o exercício.                    | Atletas competidores demonstraram um perfil de exercício excessivo e mesmo quando doentes, com altas pontuações no EDE-Q, indicando maior risco de compulsão alimentar e de comportamentos disfuncionais de exercício físico.   |
| 3. Predictors of Muscularity-Oriented Disordered Eating Behaviors in U.S. Young Adults: A Prospective Cohort Study, 2019                        | Nagata, J. M. et al. | Jovens adultos de ambos os sexos/ EUA           | Coorte                                      | Foram utilizados dados coletados de duas fases de uma coorte iniciada em 1994/1995. Além de dados demográficos, avaliou-se também o comer desordenado (CD) orientado para na segunda fase, em 2001/2002. | Dos 14.891 participantes incluídos, 22% dos homens relataram adotar comportamentos alimentares desordenados orientados para a musculatura na idade adulta jovem.  |
| 4. Prevalence and Correlates of Disordered Eating Behaviors Among Young Adults with Overweight or Obesity, 2018                                 | Nagata, J. M. et al  | Jovens adultos entre 18 e 24 anos de idade/ EUA | Transversal (dados coletados de uma coorte) | Foram utilizados dados da amostra composta por 14.322 adolescentes entre 18 e 24 anos de uma coorte, incluindo dados sobre diagnóstico de TA e comer desordenado.  | Os que foram classificados com sobrepeso ou obesidade (48,6%) apresentaram maior percentual de CD. Um resultado relevante foi que homossexuais e bissexuais tinham 1,62 vezes mais chances que heterossexuais de apresentar CD. |

|   |                       |  |   |  |   |
|---|-----------------------|--|---|--|---|
| 5. Prospective health associations of drive for muscularity in young adult males, 2018  | Eik-Nes, T. T. et al  | Homens jovens entre 18 e 32 anos de idade/ EUA               | Transversal (dados coletados de uma coorte) | Foram coletados dados de uma coorte com 2.460 homens com idades entre 18 e 32 anos. A preocupação com a musculatura foi avaliada com a <i>Drive for Muscularity Scale</i> , que mede o grau de preocupação dos entrevistados em aumentar a musculatura.                              | Homens gays e bissexuais apresentaram maior desejo por musculatura em comparação com os heterossexuais. Uma maior pontuação na escala estava associada com um aumento da chance de apresentar sintomas depressivos significativos, abuso de álcool, prática de dietas restritivas e uso de produtos para ganho de massa muscular. |
| 6. Sexual orientation disparities in eating disorder symptoms among adolescent boys and girls in the UK, 2018.                | Calzo, J. P. et al    | Adolescentes de ambos os sexos / The UK                      | Coorte                                      | Do total de 5.048 participantes, 12% eram de minorias de gênero. A orientação sexual foi avaliada aos 16 anos e sintomas de TA, aos 14 e 16 anos. Foram associados orientação sexual e purgação, compulsão alimentar e insatisfação corporal nos meninos em relação à muscularidade. | Aos 14 anos, meninos gays e bissexuais relataram maior insatisfação corporal e maior frequência de comportamentos alimentares disfuncionais do que os heterossexuais. Aos 16 anos, meninos gays e bissexuais tinham 12,5 vezes mais chances que os heterossexuais de ter compulsão alimentar.                                     |
| 7. Sintomas de Transtorno Alimentar e Satisfação com Imagem Corporal em Bailarinos Profissionais de Dança Contemporânea, 2020 | Simas, J. P. N. et al | Bailarinos de dança contemporânea de ambos os sexos / Brasil | Transversal descritivo                      | Participaram do estudo 76 bailarinos com média de idade 26,72 anos de diversas companhias de dança. Foram coletadas informações sobre imagem corporal e sintomas de TA.  | Os bailarinos estavam mais satisfeitos com a imagem corporal do que as bailarinas. Encontrou-se uma prevalência de 14,5% de sintomas de TA, e os bailarinos demonstraram sintomas de DM.  |
| 8. "There's nothing there for guys". Do men with eating disorders want treatment adaptations? A qualitative study, 2019       | Kinnaird, E. et al.   | Homens adultos acima de 18 anos / Inglaterra                 | Transversal                                 | Foram selecionados 14 homens que passaram por tratamento de TA no setor público, que foram responderam entrevistas semiestruturadas sobre suas experiências durante o tratamento e a necessidade de adaptações para homens.  | Três problemas principais foram identificados: uma necessidade por programas mais individualizados, um sentimento de "estranheza" como homem em ambientes de predominantes femininos, e sugestão de adaptação dos tratamentos para populações masculinas.   |

|   |                        |  |             |   |   |
|---|------------------------|--|-------------|---|---|
| 9. Thinness and muscularity internalization: Associations with disordered eating and muscle dysmorphia in men, 2018 | Klimek, P. et al.      | Homens jovens entre 18 e 33 anos de idade/ EUA                               | Transversal | 180 participantes preencheram uma pesquisa online e foi realizada uma associação entre os efeitos da internalização da magreza e da musculatura com sintomas de DM e CD.  | A internalização da musculatura e da magreza apresentaram uma associação positiva com sintomas de DM e CD, porém separadamente. Além disso, a internalização da musculatura foi cada vez mais relacionada a sintomas de DM conforme a internalização da magreza diminuía.   |
| 10. Disordered eating behaviors among CrossFit athletes, 2022   | Cunha, M. C. F. et al. | Homens e mulheres entre 18 e 40 anos praticantes de <i>Crossfit</i> / Brasil | Transversal | 103 mulheres e 91 homens responderam um questionário sociodemográfico, o <i>Eating Attitudes Test-26</i> , que mede sintomas de TA, o <i>Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire-3</i> , que avalia a internalização do ideal de corpo e o <i>Drive for Muscularity Scale</i> , que avalia a busca pela musculatura. | Nos homens, o comportamento orientado para a musculatura foi o único fator de risco para CD e TA. Nas mulheres, foram mais frequentes os sintomas de TA, como maiores níveis de restrição alimentar e preocupação excessiva com a magreza; e naquelas com IMC mais alto, observou-se uma maior probabilidade de desenvolver TA, uma maior busca pela musculatura e maior internalização de padrões de corpo socialmente estabelecidos, fatores associados com o CD. |

Quadro 1: síntese das principais informações e dados dos artigos revisados.

Fonte: o próprio autor

## DISCUSSÃO

Conforme mostrado no quadro acima, do total de dez artigos revisados neste trabalho, apenas quatro investigam comportamentos alimentares disfuncionais em populações exclusivamente masculinas (Gorrell et al., 2019; Eik-Nes et al., 2018; Kinnaird et al., 2019; Klimek et al., 2019), enquanto os demais investigaram grupos de participantes formados por homens e mulheres, porém diferenciando resultados com base no gênero dos participantes (Mitchison et al., 2019; Nagata et al., 2018; Nagata et al., 2019; Calzo et al., 2018; Simas et al., 2020; Cunha et al., 2020). Para avaliar a presença de sintomas de TA, a ferramenta mais comum utilizada nesses trabalhos foi o *Eating Disorder Examination-*

*Questionnaire* (EDE-Q), um questionário de autopreenchimento em sua versão de 28 itens que avalia atitudes e comportamentos alimentares desordenados com pontuações em quatro subescalas: restrição, preocupação com a alimentação, preocupação com a forma, e preocupação com o peso (Berg et al., 2012). Em relação a comportamentos que refletem o grau de preocupação dos entrevistados em aumentar sua musculatura, a ferramenta mais utilizada nos estudos revisados foi a *Drive for Muscularity Scale* (DMS), composta por 15 itens em sua versão original (McCreary et al., 2004) que é bastante utilizada em muitos estudos e possui alto grau de confiabilidade. Essa escala foi utilizada no estudo de Cunha et al (2022) em sua versão validada para brasileiros e é composta por 12 questões na versão para homens e 14 na versão para mulheres (Campana et al., 2013; De Carvalho et al., 2019).

De modo geral, um dado bastante comum entre os estudos que incluíram grupos de participantes formados por ambos os sexos foi que a prevalência de sintomas de TA foi maior em participantes do sexo feminino, 32,9% em meninas e 12,8% em meninos no estudo de Mitchison et al (2019); 25,3% em mulheres e 11,9% em homens entre os trinta e cinco participantes que obtiveram pontuação acima do ponto de corte do Eating Attitudes Test – 26 (EAT-26) no estudo de Cunha et al (2022). Nagata et al (2018) conduziram um estudo relacionando o sexo dos participantes e seus status de peso com comportamentos alimentares disfuncionais e demonstraram que as mulheres jovens tinham 2,93 vezes mais chances de apresentar comportamentos de controle de peso não-saudáveis, conhecido pela sigla em inglês UWCB (Unhealthy Weight Control Behaviors); 1,62 vezes mais chances de episódios de compulsão alimentar; e 2,32 vezes mais chances de apresentar comer desordenado. Além disso, Simas et al (2020), ao investigarem a satisfação com a imagem corporal (SIC) em um estudo com bailarinos de dança contemporânea brasileiros, demonstrou que quanto menor a SIC, maior a presença de sintomas de TA nas mulheres participantes. Cunha et al (2022) também encontraram, nas mulheres, uma associação positiva entre excesso de preocupação com a magreza e maiores níveis de restrição alimentar. Pode-se, portanto, fazer uma analogia entre SIC e excesso de preocupação com a magreza dessas mulheres e concluir que esses fatores podem alterar seus hábitos alimentares com a intenção de perda de peso, através de dietas restritivas, por exemplo, e que a longo prazo podem resultar em um comportamento alimentar desordenado.

Enquanto entre muitos grupos de mulheres há uma maior preocupação com a magreza e perda de peso, entre alguns homens, um fenômeno antagônico, designado pela expressão *Drive for Muscularity* (DFM), pode ser observado, e cuja principal característica é uma busca por um corpo maior, mais forte e musculoso. Diversos estudos internacionais conduzidos com populações masculinas relacionam DFM com um comportamento alimentar desordenado. Assim, em grupos específicos, como atletas e praticantes de exercício físico para ganho de massa muscular, observa-se uma maior influência do ideal de corpo masculino mais veiculado pela mídia de massa. O trabalho de Gorrell et al (2019), conduzido com

atletas competidores, em sua maioria de luta, basquete, beisebol e futebol americano, e atletas não-competidores, mostrou que episódios de compulsão alimentar no mês anterior ao estudo foram relatados por 35% dos não-competidores e 27% dos competidores. Outros dados desse estudo incluem exercício compulsivo em 73% dos não-competidores e 80% dos competidores; e a prática de exercício físico mesmo quando doentes em 31% dos não-competidores e 43% dos competidores. Dados de outro estudo conduzido com atletas de *Crossfit* demonstraram que 11,9% dos participantes que tiveram escore positivo no questionário adotado, o *Eating Attitudes Test – 26* (EAT-26), eram homens, indicando risco para o desenvolvimento de TA. Ainda, houve correlações significativas entre a pontuação total com a internalização do corpo atlético, e comportamentos e imagem corporal orientados para a musculatura entre os homens (Cunha et al., 2022). Apesar desses estudos terem utilizado questionários diferentes, os resultados encontrados são bastante expressivos nos grupos investigados.

Já com grupos de não-atletas, como foi o estudo de Eik-Nes et al (2018) realizado somente com homens, observou-se dados menos expressivos quanto a comportamentos alimentares disfuncionais ou de risco para TA. Apesar de mais de 32% dos participantes relatarem ter feito dieta no ano anterior, comportamentos típicos de um TA foram pouco frequentes, com 8,8% relatando comer excessivo, 3,3% relatando episódios de compulsão alimentar e 1,2% relatando comportamentos purgativos. Contudo, 11,2% relataram que tinham altos níveis de preocupação com peso e formato do corpo e 22% relataram o uso de suplementos para ganho de massa muscular, como creatina, hidroximetilbutirato (HMB), DHEA (um esteróide similar à testosterona) ou hormônios de crescimento. Esses dois últimos dados parecem estar de acordo com os resultados encontrados nos demais estudos. Nagata et al (2019) demonstraram que, contra 4,9% das mulheres da mesma idade, 27,5% dos homens jovens adotavam estratégias de ganho de massa muscular, que incluíam o comer desordenado orientado para a musculatura, usar suplementos para ganhar peso ou aumentar massa muscular e usar anabolizantes esteróides. Cunha et al (2022) também apontaram que, nos homens, os resultados foram significativos na seção “comportamento orientado para a musculatura” da DMS, indicando maior prevalência de comer desordenado para esse fim. Klimek et al (2018) avaliaram o efeito da internalização do ideal de musculatura e encontraram uma associação positiva com o comer desordenado. Esses estudos indicam que, no geral, homens foram o grupo mais fortemente associado a maiores chances de apresentar um comer desordenado orientado para a musculatura, especialmente na idade adulta jovem.

Um aspecto relevante para esse estudo foi que em dois trabalhos, a orientação sexual dos homens que participaram desses estudos parece exercer efeito positivo em relação à DFM e, conseqüentemente, com o comer desordenado para esse fim. O estudo de Calzo et al (2018) conduzido com uma coorte de adolescentes apontou que meninos que se consideram gays e bissexuais aos catorze anos tiveram mais que o dobro de chance

de fazer dietas restritivas para perder peso, maior média de insatisfação corporal, e maior desejo para aumentar a musculatura do corpo em comparação aos que se consideram heterossexuais; e dois anos depois, as chances de apresentar episódios de compulsão alimentar foi mais de doze vezes maior entre os que se consideram gays e bissexuais. Nagata et al (2018) também demonstraram que homossexuais ou bissexuais apresentaram maiores chances de comportamentos de compulsão alimentar nas análises realizadas em seu estudo; porém não apresentaram diferenças quanto ao gênero desses participantes.

Por fim, o estudo qualitativo de Kinnaird et al (2019), um dos quais os participantes eram exclusivamente homens diagnosticados com um TA, mostrou a insatisfação dos participantes quanto ao tratamento recebido, que na maioria das vezes é baseado em populações femininas. Dessa forma, os participantes relataram que sentiam a necessidade de serem tratados de maneira mais individualizada, principalmente aqueles que relataram um comer desordenado orientado para musculatura. Outro dado relevante relatado por pacientes com AN foi que eles se sentiriam mais acolhidos em ambientes com maior presença masculina, inclusive nos casos de internação, pois como a ala do hospital era exclusivamente feminina, eles eram obrigados a voltar para casa à noite. Outros pacientes relataram que sentiam falta de protocolos e técnicas utilizados no tratamento menos gênero-específicos, de grupos de apoio formados exclusivamente por homens e até mesmo a necessidade de aumentar a presença de homens nas equipes de funcionários nesses ambientes de tratamento. No entanto, essas queixas não foram unânimes entre os participantes.

Destacam-se entre as limitações deste presente trabalho as populações investigadas, que eram quase em sua totalidade caucasianas, de classe média a alta, heterossexuais e de nacionalidade estrangeira de países desenvolvidos, principalmente americanos e europeus. Outra limitação diz respeito aos métodos utilizados por esses estudos, que apesar de utilizarem questionários investigativos confiáveis e validados para as populações específicas, eram diferentes entre alguns trabalhos, causando discrepância na comparação dos resultados. Um fator que pode ser considerado um ponto forte é a diferença entre os grupos de participantes quanto à idade e perfil de estilo de vida, pois demonstra que o comer desordenado orientado para a musculatura pode ser encontrado em diversas populações masculinas. Entretanto, é preciso ter cautela ao se comparar resultados encontrados em grupos distintos, para não correr o risco de uma extrapolação. Um outro ponto forte deste presente trabalho é que foi baseado exclusivamente em estudos originais, com muitos deles realizados em grupos numerosos de participantes.

## **CONCLUSÃO**

Com base nos resultados encontrados nos artigos revisados neste presente trabalho, é possível apontar uma forte associação entre o comer desordenado e o DFM

em populações masculinas, um tema pouco explorado até recentemente, principalmente, no Brasil, onde os padrões de beleza são bastante irreais, mas exercem forte influência no comportamento alimentar, até mesmo, da população geral. Sendo assim, fica evidente a necessidade de mais estudos investigando o comportamento alimentar disfuncional de homens que almejam esses padrões, e associando tais comportamentos com o risco de TA. Outra necessidade é a desconstrução social da noção de que esses transtornos, e outros de natureza mental, não afetam somente mulheres através de mais pesquisas e campanhas realizadas por instituições que se dedicam ao estudo da psicopatologia dos TA's. Além disso, seria bastante útil, também, a elaboração de políticas públicas que eduquem a população geral quanto a esses transtornos e com isso, possivelmente, demonstrar que a prevalência deles entre homens pode ser maior do que é veiculado na literatura.

Ademais, há uma necessidade de se adaptar cada vez mais desde os ambientes até os protocolos de tratamento de TA's e seus subtipos para grupos de indivíduos do sexo masculino levando em consideração suas peculiaridades, assim como pensar na necessidade de mais capacitação dos diversos profissionais de saúde envolvidos no tratamento desses transtornos, como psicólogos, psiquiatras e, principalmente, nutricionistas, uma vez que muitas dessas psicopatologias se iniciam a partir de comportamentos alimentares disfuncionais que se apresentam no dia a dia da prática clínica e que são, na maioria das vezes, incentivados por esses profissionais, aumentando o risco para o desenvolvimento de um TA e todo o sofrimento psicossocial trazido por esses transtornos.

## REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. 5th Ed. edition Arlington, VA: American Psychiatric Publishing; 2013.

BADENES-RIBERA, L.; RUBIO-APARICIO, M.; SÁNCHEZ-MECA, J.; FABRIS, M. A.; LONGOBARDI, C. The association between muscle dysmorphia and eating disorder symptomatology: A systematic review and meta-analysis. **Journal of Behavioral Addictions**. DOI: 10.1556/2006.8.2019.44. 2019

BERG, K. C.; PETERSON, C. B.; FRAZIER, P.; CROW, S. J. Psychometric evaluation of the Eating Disorder Examination and Eating Disorder Examination-Questionnaire: a systematic review of the literature. *International Journal of Eating Disorders*. 45(3):428–438. 2012.

BLASHILL, A. J.; SAFREN, S. A. Sexual orientation and anabolic-androgenic steroids in US adolescent boys. **Pediatrics**, 133(3), 469–475. 2014.

CALZO, J. P.; AUSTIN, S. B; MICALI, N. Sexual orientation disparities in eating disorder symptoms among adolescent boys and girls in the UK. *European Child & Adolescent Psychiatry*. <https://doi.org/10.1007/s00787-018-1145-9>. 2018.

CALZO, J. P.; HORTON, N. J.; SONNEVILLE, K. R.; SWANSON, S. A.; CROSBY, R. D.; MICALI, N.; EDDY, K. T.; FIELD, A. E. Male eating disorder symptom patterns and health correlates from 13 to 26 years of age. **Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry**. 55:693–700. 2016.

- CALZO, J. P.; MASYN, K. E.; CORLISS, H. L.; SCHERER, E. A.; FIELD, A. E.; AUSTIN, S. B. Patterns of body image concerns and disordered weight- and shape-related behaviors in heterosexual and sexual minority adolescent males. **Developmental Psychology**, 51(9), 1216–1225. 2015.
- CAMPANA, A. N.; TAVARES, M. D.; SWAMI, V.; SILVA, D. An examination of the psychometric properties of Brazilian Portuguese translations of the Drive for Muscularity Scale, the Swansea Muscularity Attitudes Questionnaire, and the Masculine Body Ideal Distress Scale. **Psychology of Men & Masculinities**. 14(4):376-88. 2013.
- COMPTE, E. J.; SEPULVEDA, A. R.; TORRENTE, F. A two-stage epidemiological study of eating disorders and muscle dysmorphia in male university students in Buenos Aires. **International Journal of Eating Disorders**, 48, 1092–1101. 2015.
- CUNHA, M. C. F.; JUNQUEIRA, A. C. P.; De CARVALHO, P. B.; LAUS, M. F. Disordered eating behaviors among CrossFit athletes. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**. 71(4):280-7. 2022.
- De CARVALHO, P. H. B.; OLIVEIRA, F. C.; NEVES, C. M.; MEIRELES, J. F. F.; FERREIRA, M. E. C. Is the Drive for Muscularity Scale a valid and reliable instrument for young adult women? **Body Image**.29:1-5. 2019.
- EIK-NES, T. T.; AUSTIN, S. B.; BLASHILL, A. J.; MURRAY, S. B.; CALZO, J. P. Prospective health associations of drive for muscularity in young adult males. *International Journal of Eating Disorders*. DOI: 10.1002/eat.22943. 2018.
- FABRIS, M. A.; LONGOBARDI, C.; PRINO, L. E.; SETTANI, M. Attachment style and risk of muscle dysmorphia in a sample of male bodybuilders. **Psychology of Men & Masculinity**. 19(2), 273–281. 2017.
- GRIFFITHS, S.; MURRAY, S. B.; TOUYZ, S. W. Disordered eating and the muscular ideal. *Journal of Eating Disorders*. 1:15. 2013.
- GORRELL, S.; NAGATA, J. M.; HILL, K. B.; CARLSON, J. L.; SHAIN, A. F.; WILSON, J.; ALIX-TIMKO, C.; HARDY, K. K.; LOCK, J.; PEEBLES, R. Eating behavior and reasons for exercise among competitive collegiate male athletes. **Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity**, 1, 75-83. 2019.
- KINNAIRD, E.; NORTON, C.; PIMBLET, C.; STEWART, C.; TCHANTURIA, K. “There’s nothing there for guys”. Do men with eating disorders want treatment adaptations? A qualitative study. **Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity**. 24:845–852. 2019.
- KLIMEK, P.; MURRAY, S. B.; BROWN, T.; GONZALES, M.; BLASHILL, A. J. Thinness and muscularity internalization: associations with disordered eating and muscle dysmorphia in men. **International Journal of Eating Disorders**. 51(4), 352–357. 2018.
- LAVENDER, J. M.; BROWN, T. A.; MURRAY, S. B. Men, Muscles, and Eating Disorders: an Overview of Traditional and Muscularity-Oriented Disordered Eating. **Current Psychiatry Reports**, 19:32. 2017.
- LOSIK, J. Body image in homosexual persons. **Psychiatria Polska**, 43(1), 99–107. 2009.
- MITCHISON, D.; MOND, J.; BUSSEY, K.; GRIFFITHS, S.; TROMPETER, N.; LONERGAN, A.; PIKE, K. M.; MURRAY, S.; HAY, P. DSM-5 full syndrome, other specified, and unspecified eating disorders in Australian adolescents: prevalence and clinical significance. **Psychological Medicine** 1–10. 2019.

- MURRAY, S. B.; GRIFFITHS, S.; NAGATA, J. M. Community-based eating disorder research in males: a call to action. **Journal of Adolescent Health**. 62(6):649–50. 2018.
- MURRAY, S. B.; NAGATA, J. M.; GRIFFITHS, S.; CALZO, J. P.; BROWN, T. A.; MITCHISON, D.; MOND, J. M. The enigma of male eating disorders: A critical review and synthesis. **Clinical Psychology Review**, 57, 1–11. 2017.
- MURRAY, S. B.; PILA, E.; MOND, J. M.; MITCHISON, D.; BLASHILL, A. J.; SABISTON, C. M. Cheat meals: a benign or ominous variant of binge eating behavior? **Appetite**. 130:274–8. 2018.
- NAGATA, J. M.; BIBBINS-DOMINGO, K.; GARBER, A. K.; GRIFFITHS, S.; VITTINGHOFF, E.; MURRAY, S. B. Boys, bulk, and body ideals: Sex differences in weight gain attempts among adolescents in the United States. **Journal of Adolescent Health**, 64(4), 450–453. 2019.
- NAGATA, J. M.; GARBER, A. K.; TABLER, J. L.; MURRAY, S. B.; BIBBINS-DOMINGO, K. Prevalence and Correlates of Disordered Eating Behaviors Among Young Adults with Overweight or Obesity. **Journal of General Internal Medicine**. DOI: 10.1007/s11606-018-4465-z. 2018.
- NAGATA, J. M.; MURRAY, S. B.; BIBBINS-DOMINGO, K.; GARBER, A. K.; MITCHISON, D.; GRIFFITHS, S. Predictors of Muscularity Oriented Disordered Eating Behaviors in U.S. Young Adults: A Prospective Cohort Study. **International Journal of Eating Disorders**. 52(12): 1380–1388. 2019.
- POPE, H. G. Jr., KHALSA, J. H., & BHASIN. Body image disorders and abuse of anabolic-androgenic steroids among men. **Journal of the American Medical Association (JAMA)**, 317(1), 23–24. 2017.
- PILA, E.; MOND, J. M.; GRIFFITHS, S.; MITCHISON, D.; MURRAY, S. B. A thematic content analysis of cheatmeal images on social media: Characterizing an emerging dietary trend. **International Journal of Eating Disorders**. 2017.
- SIMAS, J. P. N.; MACARA, A.; MELO, S. I. L. Sintomas de Transtorno Alimentar e Satisfação com Imagem Corporal em Bailarinos Profissionais de Dança Contemporânea. **Revista Médica de Minas Gerais**. DOI: <http://dx.doi.org/10.5935/2238-3182.20200016>. 2020.
- SMITH, K. E.; MASON, T. B.; MURRAY, S. B.; GRIFFITHS, S.; LEONARD, R.C.; WETTERNECK, C. T.; SMITH, B. E. R.; FARRELL, N. R.; RIEMANN, B. C.; LAVANDER, J. M. Male clinical norms and sex differences on the Eating Disorder Inventory (EDI) and Eating Disorder Examination Questionnaire (EDE-Q). **International Journal of Eating Disorders**. 50(7):769-775. 2017.
- WEBER, A. M.; CISLAGHI, B.; MEAUSOONE, V. How gender norms shape health: insights from global survey data. **Lancet**, 393:2455–2468. 2019.