

## IMPACTOS PSICOSSOCIAIS DO BULLYING NO DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS ALIMENTARES NA ADOLESCÊNCIA

### PSYCHOSOCIAL IMPACTS OF BULLYING ON THE DEVELOPMENT OF EATING DISORDERS IN ADOLESCENCE

Túlio de Oliveira Silva Melo, Hadassa Juliany da Silva Farias, Isabela Rayane da Silva, Rubem Viana de Carvalho, Renata Glésia Torres Sousa<sup>1</sup>

Centro Universitário do Vale do Ipojuca - Unifavip | Wyden<sup>1</sup>

**Resumo:** Este artigo analisa a relação entre o bullying verbal e o surgimento de transtornos alimentares na adolescência. Nessa fase de intensas mudanças físicas, emocionais e sociais, a pressão estética e a violência simbólica tornam os jovens mais vulneráveis. O bullying focado na aparência é um fator de risco para a insatisfação corporal e a internalização de padrões irreais de beleza, podendo levar a distorções da autoimagem e a comportamentos alimentares disfuncionais, como anorexia, bulimia e compulsão alimentar. O objetivo geral do estudo é compreender, a partir da literatura, como o bullying verbal influencia os padrões de beleza e contribui para o surgimento de novos casos de transtornos alimentares entre adolescentes. A análise teórica se baseia em estudos recentes que evidenciam como o bullying compromete a saúde mental, reforçando padrões estéticos inatingíveis e agravando quadros clínicos já existentes. Além disso, o trabalho discute a importância da atuação integrada entre escola, família e profissionais de saúde na prevenção e intervenção precoce, com foco na promoção do bem-estar emocional e da imagem corporal positiva. Conclui-se que o enfrentamento ao bullying deve ser uma

prioridade nas políticas públicas de saúde e educação, a fim de mitigar seus efeitos nocivos no desenvolvimento psicossocial dos adolescentes.

**Palavras-chave:** Bullying; Transtornos Alimentares; Bulimia; Anorexia.

**Abstract:** This article analyzes the relationship between verbal bullying and the emergence of eating disorders in adolescence. During this stage of intense physical, emotional, and social changes, aesthetic pressure and symbolic violence make young people more vulnerable. Appearance-focused bullying is a risk factor for body dissatisfaction and the internalization of unrealistic beauty standards, which can lead to distorted self-image and dysfunctional eating behaviors, such as anorexia, bulimia, and binge eating. The general objective of the study is to understand, based on the literature, how verbal bullying influences beauty standards and contributes to the rise of new cases of eating disorders among adolescents. The theoretical analysis is grounded in recent studies that demonstrate how bullying undermines mental health, reinforces

unattainable aesthetic ideals, and worsens pre-existing clinical conditions. Furthermore, the paper discusses the importance of coordinated action among schools, families, and health professionals in prevention and early intervention, with a focus on promoting emotional well-being and a positive body image. It concludes that tackling bullying should be a priority in public health and education policies in

order to mitigate its harmful effects on adolescents' psychosocial development.

**Keywords:** Bullying; Eating Disorders; Bulimia; Anorexia.

Recepção: 28/04/2025

Aprovação: 21/08/2025

## 1. INTRODUÇÃO

O bullying, uma prática violenta, é reflexo da compreensão da existência de um corpo idealizado. Esse tipo de violência entre pares já é reconhecido como um problema de saúde pública, pois afeta negativamente não apenas as vítimas e os agressores, mas também a comunidade escolar e as famílias envolvidas. O bullying acontece com mais frequência no ambiente escolar, mas que não anula a ocorrência em outros contextos sociais, e tem repercussões significativas em todos os aspectos do desenvolvimento do adolescente (SANTOS., *et al.* 2023)

Esse comportamento agressivo e intencional, pode assumir várias formas, incluindo agressão física, verbal, psicológica ou até mesmo virtual, no caso do cyberbullying. No entanto, o presente trabalho visa compreender a temática delimitando a questão para o bullying verbal. Os transtornos alimentares podem ter ocorrência diante da influência de episódios de bullying.

As mudanças sociais, psicológicas e biológicas que marcam o período da adolescência, tornam essa fase mais vulnerável ao desenvolvimento de Transtornos Alimentares (TA). Além disso, a globalização e o impacto da mídia, a influência sociocultural e genética, podem contribuir para o surgimento desses transtornos (BENTO., *et al.* 2016). A excessiva valorização de um corpo magro e "perfeito", imposta pelos padrões sociais entre adolescentes, aumenta a insatisfação com a própria aparência. Como resultado, muitos acabam adotando comportamentos prejudiciais na tentativa de alcançar o corpo idealizado, o que também contribui para o desenvolvimento de Transtornos Alimentares (FREITAS., *et al.* 2015).

Os TA são distúrbios no comportamento alimentar que afetam a saúde física e o bem-estar psicológico os mais conhecidos são a anorexia nervosa, a bulimia nervosa e o transtorno de compulsão alimentar, ocorrendo com mais frequência em mulheres, especialmente em adolescentes (DSM 5-TR, 2024). A anorexia envolve um medo intenso de engordar e uma visão distorcida do próprio corpo. A bulimia é caracterizada por episódios de comer compulsivo, seguidos por sentimento de culpa e medidas extremas, como induzir o vômito. O transtorno de compulsão alimentar ocorre quando a pessoa consome grandes quantidades de comida rapidamente, mesmo sem estar com fome (BLOC., *et al.* 2019) Além da ocorrência, podemos pensar neste tipo de violência como um fator mantenedor dos TA.

Diante disso, este estudo levanta a hipótese de que o bullying verbal influencia diretamente os padrões de beleza internalizados por adolescentes, contribuindo para o aumento

de novos casos de transtornos alimentares. Além disso, considera-se que esse tipo de agressão agrava a insatisfação corporal, reforçando comportamentos alimentares desordenados e perpetuando transtornos já existentes. A pergunta de pesquisa que orienta este trabalho é: “Qual é o impacto do bullying verbal nos padrões de beleza e no desenvolvimento de transtornos alimentares entre adolescentes?” Com base nessa problemática, pretende-se explorar de que forma essa forma de violência afeta negativamente a saúde mental e a imagem corporal de jovens, contribuindo para o surgimento ou manutenção de transtornos alimentares. A partir da análise dos dados e da revisão de literatura, este estudo demonstrará que as hipóteses inicialmente formuladas encontram respaldo empírico, confirmando que o bullying verbal exerce papel significativo na intensificação da insatisfação corporal e no desencadeamento de transtornos alimentares na adolescência.

## **2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

### **2.1 As Interfaces do Bullying**

A adolescência é uma fase crucial para a formação do ser humano, devido às suas constantes interações sociais, nas quais se desenvolve um conjunto de características próprias, como experiências e relações interpessoais. Dessa forma, a adolescência contribui para a construção sociocultural do indivíduo, sendo marcada pela diversidade e pelas pluralidades e subjetividades de cada um. Nesse período, é comum o surgimento de conflitos internos e externos, que fazem parte do processo de amadurecimento (SILVA., et al. 2024). Com base nos autores mencionados, tais mudanças tornam-se fatores que contribuem para práticas agressivas. As individualidades e singularidades dos alunos são frequentemente utilizadas como justificativa para a prática de bullying no contexto escolar.

O bullying é caracterizado por atos repetitivos de agressão, opressão e tirania. Ele é classificado como uma subcategoria da agressão ou comportamento agressivo, consistindo em padrões repetitivos e persistentes com a intenção de causar danos físicos, morais e psicológicos em pessoas consideradas frágeis, incapazes de se defender ou que não seguem os padrões sociais, geralmente pertencentes a minorias (BANDEIRA; HUTZ. 2010).

A prática do bullying apresenta várias formas de agressão ou perseguição. Podemos citar as agressões físicas, como chutes, socos, empurrões e roubo ou danos a pertences pessoais, assim como agressões verbais, como o uso de apelidos pejorativos, insultos, comentários racistas, homofóbicos e discriminação por diferenças religiosas, físicas, socioeconômicas, culturais, entre outras (BANDEIRA; HUTZ. 2010).

A prática do bullying muitas vezes passa despercebida por pais, professores, coordenadores e outras pessoas, sendo frequentemente vista como uma simples brincadeira. No entanto, isso pode gerar grandes consequências para as vítimas, como dificuldade de concentração, baixa autoestima, ansiedade, depressão, ideação suicida, tentativas de suicídio, suicídio consumado, automutilação e estresse psicológico (SILVA., et al. 2024).

Como mencionado anteriormente, a fase do desenvolvimento é particularmente desafiadora na adolescência devido às suas complicações sociais. A prática do bullying agrava ainda mais esse processo, uma vez que a diminuição da autoestima e as dúvidas sobre si mesmo podem comprometer a formação da identidade dos adolescentes. Além disso, as relações sociais também acabam prejudicadas (PLAN INTERNATIONAL BRASIL. 2009).

A prática do bullying, especialmente a verbal, pode causar danos inimagináveis aos adolescentes, já que as perseguições muitas vezes ocorrem devido ao corpo considerado "não belo". A sociedade impõe padrões de beleza que mudam constantemente, fazendo com que os

jovens busquem se encaixar em grupos ou alcançar o chamado "corpo perfeito". Em virtude disso, as práticas de bullying se estendem às redes sociais, onde ocorrem xingamentos e discursos de ódio (hates) relacionados ao corpo e às vestimentas, caracterizando o cyberbullying. Essas pressões geram grandes prejuízos à imagem corporal, prejudicando a percepção multidimensional que o indivíduo tem de si mesmo devido às práticas de bullying (SCHERER., et al. 2010).

## **2.2 A Influência do Bullying no Desenvolvimento de Transtornos Alimentares**

O bullying relacionado ao peso e à aparência física tem se mostrado um fator determinante no surgimento de transtornos alimentares entre adolescentes. A pressão social exercida pela busca de um corpo ideal é intensificada quando esses jovens se tornam alvo de insultos e humilhações, especialmente no ambiente escolar. Nesse contexto, pesquisas indicam que a vitimização por bullying pode gerar uma distorção significativa da autoimagem, fazendo com que o adolescente desenvolva uma percepção negativa de seu corpo (PUHL; LUEDICKE, 2012). Esse processo acaba por impulsionar comportamentos alimentares disfuncionais, como dietas extremas, o uso de laxantes ou até mesmo a indução de vômitos, práticas que são comuns em casos de anorexia nervosa e bulimia.

A relação entre bullying e transtornos alimentares é complexa e multifacetada, especialmente porque o bullying afeta diretamente a autoestima dos adolescentes. A humilhação constante faz com que muitos desses jovens internalizem a ideia de que seu valor pessoal está diretamente associado à conformidade com um padrão estético específico (COPELAND., et al. 2015). Essa pressão pode ser devastadora, especialmente em idades em que a identidade pessoal e a autoaceitação ainda estão em formação. O desejo de alcançar um corpo que seja socialmente aceito leva a comportamentos autodestrutivos, o que agrava a situação. Além disso, o bullying relacionado ao peso frequentemente leva à compulsão alimentar como uma forma de lidar com o sofrimento emocional (COPELAND., et al. 2015).

Outro ponto relevante é o ciclo vicioso que o bullying provoca: ao mesmo tempo em que a agressão causa sofrimento, muitos adolescentes recorrem à comida como uma tentativa de aliviar a dor emocional. Estudos revelam que a ansiedade e o estresse desencadeados pelo bullying geram uma busca por alívio imediato, que muitas vezes se manifesta na forma de compulsão alimentar (PUHL., et al. 2013). O consumo descontrolado de alimentos não só agrava os problemas de saúde física, mas também contribui para a perpetuação de sentimento de culpa e vergonha, o que pode levar à busca por métodos ainda mais prejudiciais de controle de peso.

Assim, o bullying atua como um gatilho para o surgimento e perpetuação de transtornos alimentares, criando um cenário em que a saúde mental e física do adolescente é gravemente comprometida. A exposição prolongada ao bullying faz com que o estresse psicológico se torne crônico, o que, associado a fatores emocionais e sociais, favorece o desenvolvimento de transtornos como a anorexia e a bulimia (PUHL; LUEDICKE, 2012). Para combater essa realidade, é fundamental que haja intervenção precoce e suporte emocional adequado. O papel da escola e da família na identificação dos sinais de alerta é crucial para evitar que os jovens mergulhem em um ciclo de comportamentos prejudiciais.

As consequências do bullying ultrapassam o ambiente escolar, impactando profundamente o desenvolvimento psicológico dos adolescentes. A relação prejudicial com a comida e a obsessão por padrões corporais irreais são reforçadas por experiências de rejeição e humilhação. Portanto, é essencial promover uma cultura de respeito e empatia, onde o bullying não seja tolerado e onde os jovens possam desenvolver uma autoimagem saudável. Programas de conscientização e apoio psicológico são indispensáveis para prevenir o desenvolvimento de

transtornos alimentares e garantir o bem-estar emocional dos adolescentes (COPELAND., et al. 2015).

### **2.3 Implicações para a Intervenção e Prevenção**

De acordo com Malta et al. (2019), uma análise representativa em nível nacional identificou que a prevalência de situações de bullying é de 28%, especialmente entre alunos do ensino fundamental, como no 9º ano. Como consequências negativas, o bullying tem ocasionado baixo desempenho escolar e afetado o desenvolvimento psicossocial, tornando-se um problema de saúde pública. Isso ocorre porque o bullying pode levar ao desenvolvimento de baixa autoestima, depressão, transtornos alimentares e até mesmo ao suicídio (MALTA., et al. 2019).

Para Jurado et al. (2021) relatam que, em relação aos fatores escolares, o bullying pode desencadear problemas relacionados à alimentação e, conseqüentemente, à preocupação com o controle de peso. No entanto, há evidências de que não apenas as agressões direcionadas à aparência são responsáveis pelo desejo de modificar a forma corporal, mas que qualquer tipo de bullying pode contribuir para esse problema (JURADO., et al. 2021).

A adolescência pode ser considerada uma fase crucial para a modificação das crenças sobre a percepção corporal, estando intimamente ligada a hábitos alimentares. Conseqüentemente, problemáticas como o bullying exercem grande influência tanto no desenvolvimento interno quanto externo, gerando dificuldades, como a autoaceitação. Assim, a busca pela imagem perfeita tem contribuído cada vez mais para o desenvolvimento dos Transtornos Alimentares e de Imagem Corporal e dos Transtornos de Ansiedade Social (TAS) (MAZZAIA; SANTOS. 2018).

Quanto à perspectiva do tratamento psicológico, é fundamental o acompanhamento do paciente, considerando as múltiplas áreas afetadas. Desde o início, o acolhimento sem preconceitos ou julgamentos é essencial, proporcionando um ambiente seguro e protegido, no qual o paciente sinte-se à vontade para falar e expor seus sentimentos. A partir disso, utiliza-se a escuta terapêutica como ferramenta fundamental (AVELLAR; IGLESIAS. 2016).

Compreender a relação entre o bullying e os transtornos alimentares é crucial para o desenvolvimento de estratégias de intervenção eficazes. Ações preventivas contra o bullying, especialmente em escolas, podem não apenas reduzir o sofrimento emocional dos adolescentes, mas também diminuir a incidência de transtornos alimentares. Programas de intervenção devem focar no desenvolvimento de habilidades de enfrentamento, fortalecimento da autoestima e promoção de uma imagem corporal positiva entre os adolescentes.

Além disso, é fundamental que profissionais de saúde mental, educadores e familiares estejam atentos aos sinais de bullying e aos comportamentos alimentares disfuncionais, pois a detecção precoce pode ser decisiva para a recuperação do adolescente.

## **3. METODOLOGIA**

### **3.1 Abordagem Qualitativa**

Segundo Gil (2008) Quando se fala em pesquisa de campo, estudo de caso ou uma pesquisa de ação, os procedimentos metodológicos são do tipo qualitativo, pois esse mesmo possui uma formulação concreta e depende exclusivamente do estilo do pesquisador, grande parte da análise de dados experimental (GIL. 2008). A pesquisa qualitativa não tem base em um

critério numérico que a represente, já que uma boa abordagem ocorre por totalidade da problemática a ser investigada em várias dimensões (MINAYO. 2002).

Segundo Miles e Huberman (1994) em uma de suas obras, que esse tipo de pesquisa divide-se em análise de dados de redução que consiste no processo de seleção dos dados levantados, a apresentação essa responsável pela organização do conteúdo levantado, e a sua terceira etapa definida por conclusão e verificação a elaboração conclusiva necessita de uma revisão considerando o significado dos dados, quanto a verificação como o próprio nome diz realiza uma análise minuciosa por várias vezes no intuito de obter uma conclusão bem executada (MILES; HUBERMAN. 1994).

### **3.2 Método Adotado**

O método adotado na produção desse artigo foi a revisão bibliográfica/narrativa, que é um método de pesquisa, onde é realizado uma análise de relatórios de pesquisas, livros, artigos científicos outras produções de cunho científicos, tendo como objetivo alcançar uma nova produção mais atualizada e com novos embasamentos, novas hipóteses e entre outras. Esse processo demonstra a extensão de como o tema foi estudado e discutido na literatura existente (PRADANOV; FREITAS, 2013).

Para conduzir essa revisão, foram utilizadas as plataformas Google Acadêmico e Scielo, empregando as palavras-chave: “Bullying” AND “Padrões de Beleza” AND “Saúde Mental” AND “Transtornos Alimentares”. A busca gerou um total de 642.110 mil resultados. A partir desses resultados, foram feitas algumas análises para seleção dos artigos e livros que seriam utilizados, diante disso, os critérios que foram pontuados fora: Conter a palavra bullying e transtornos alimentares no título principal, os anos de publicação sendo dos 14 últimos anos, trazendo uma melhor confiabilidade nas referências.

## **4. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

### **4.1 Bullying e Saúde Mental na Adolescência: Contribuições Teóricas para a Compreensão dos Transtornos Alimentares**

A análise de dados realizada para a produção deste artigo seguiu critérios importantes para a pesquisa científica. Considerando que a metodologia utilizada foi de caráter bibliográfico, a primeira análise foi feita com base na titulação dos artigos, bem como nos anos de publicação, priorizando a atualidade e o uso das melhores bases de dados. Isso garantiu um contexto mais atual e intervenções mais precisas sobre a atuação do psicólogo.

Além de selecionar artigos com base em palavras-chave e publicações recentes, a partir de 2010, também foi realizada uma análise das correlações entre as ideias presentes nos textos e o referencial teórico adotado. Observa-se que nossa análise de dados promoverá um diálogo entre diferentes pensamentos e debates sobre as temáticas de bullying e sua relação com os transtornos alimentares.

Segundo Minayo (2002), a análise se classifica como o ato de olhar atentamente para os dados da pesquisa, sendo uma integração entre a análise e a interpretação. A fase de análise de dados é uma etapa fundamental para que se possa chegar à conclusão da pesquisa, tendo a hipótese, a problemática da pesquisa e os objetivos todos esclarecidos e bem definidos, diante de todos os dados utilizados na pesquisa (MINAYO. 2002).

De acordo com a autora supracitada, a análise de conteúdo é compreendida como um conjunto de técnicas, na qual podemos destacar duas funções: Uma se refere à verificação de

hipóteses e/ou questões e a que diz respeito à descoberta do que está por trás dos conteúdos manifestos, indo além das aparências do que está sendo comunicado. Outro ponto é que os empregos da análise de conteúdos são bastante variados.

No que tange as fases da análise de conteúdo, são delimitadas na literatura três momentos distintos: pré-análise, exploração do material, tratamento dos resultados obtidos e interpretação. De acordo com Minayo (2002), a primeira etapa consiste em organizar o conteúdo de acordo com os objetivos e perguntas da pesquisa, definindo unidades de registro e contexto, além de identificar trechos importantes e categorias. Isso requer uma leitura inicial para compreender a estrutura do material, orientar a análise e registrar impressões iniciais. Na segunda etapa, aplicam-se os critérios estabelecidos anteriormente, o que pode demandar várias leituras para garantir uma análise mais aprofundada. Já a terceira etapa, que muitas vezes utiliza uma abordagem quantitativa, busca, em uma análise qualitativa, explorar o conteúdo implícito, como ideologias e tendências, além de considerar aspectos estatísticos.

A análise do referencial teórico tem como objetivo investigar e compreender os fundamentos teóricos que sustentam a pesquisa e explorar como esses estudos embasam o trabalho. No caso dos artigos de Oliveira et al., (2023) e Malta et al., (2019), essa análise envolve o exame das principais teorias, conceitos e evidências apresentadas sobre bullying e suas consequências nos adolescentes, particularmente no que se refere à saúde mental e aos transtornos alimentares.

O estudo “Associações entre bullying e risco de transtornos alimentares em adolescentes” discute a relação entre experiências de bullying e o desenvolvimento de transtornos alimentares. Os autores destacam que as vítimas de bullying, especialmente aquelas que são alvo de ataques relacionados à imagem corporal, estão mais vulneráveis ao desenvolvimento de comportamentos alimentares desordenados, como anorexia e bulimia. Essa pesquisa foca nos impactos psicológicos do bullying, argumentando que esse fator estressor pode funcionar como um gatilho para problemas emocionais e de autoestima, influenciando diretamente comportamentos autodestrutivos, como os transtornos alimentares. Esses achados sugerem que o bullying, um fenômeno comum entre adolescentes, pode levar ao surgimento de transtornos mentais graves, corroborando a relevância dos dados quantitativos e qualitativos apresentados.

O artigo “Prevalência de bullying e fatores associados em escolares brasileiros” examina a prevalência de bullying nas escolas brasileiras e os fatores associados a essa prática, como gênero, idade, contexto familiar e social. Malta et al., (2019) utilizam uma abordagem ampla, trazendo uma visão epidemiológica do bullying no Brasil. O estudo se baseia em dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), destacando o bullying como uma questão de saúde pública que precisa ser abordada de forma sistêmica, envolvendo escolas, famílias e políticas públicas. Os dados revelam que a prevalência de situações de bullying é alarmante, especialmente entre estudantes do ensino fundamental, e que suas consequências negativas impactam o desempenho escolar e o desenvolvimento psicossocial dos adolescentes.

Ao abordar fatores associados ao bullying, como status socioeconômico, etnia e questões de gênero, o estudo de Malta et al., (2019) oferece uma perspectiva importante para a compreensão do contexto em que o bullying ocorre e como diferentes grupos sociais são afetados de forma desigual. A análise detalhada dos fatores de risco complementa as análises focadas em questões psicológicas realizadas por Oliveira et al., (2023) formando uma análise multidimensional que aborda tanto os fatores de risco quanto as consequências do bullying.

Os resultados da pesquisa reforçam a importância da intervenção precoce e do suporte emocional, tanto no ambiente escolar quanto familiar. A detecção de sinais de bullying e de comportamentos alimentares disfuncionais é crucial para evitar que os adolescentes entrem em um ciclo de comportamentos prejudiciais. As consequências do bullying vão além do ambiente

escolar, impactando profundamente o desenvolvimento psicológico dos adolescentes. Assim, promover uma cultura de respeito e empatia, através de programas de conscientização e apoio psicológico, é indispensável para prevenir o desenvolvimento de transtornos alimentares e garantir o bem-estar emocional dos jovens.

Em resumo, ambos os artigos se complementam ao oferecer visões sobre os efeitos e a prevalência do bullying entre adolescentes brasileiros. Enquanto Oliveira et al., (2023) concentram-se nas consequências psicossociais, como transtornos alimentares, Malta et al. (2019) oferecem um quadro mais amplo sobre os fatores que perpetuam o bullying. Essa análise integrada fornece uma contribuição significativa para o desenvolvimento de políticas preventivas e de intervenção no contexto escolar.

#### **4.2 Influência do Bullying Verbal nos Padrões de Beleza e Transtornos Alimentares**

Esta análise examina o impacto do bullying verbal na internalização dos padrões de beleza e no surgimento de transtornos alimentares em adolescentes, como anorexia e bulimia. A revisão da literatura mostra que o bullying verbal, principalmente em ambientes escolares, prejudica a autoestima e molda a percepção corporal dos jovens, levando-os a perseguir ideais estéticos irreais (BANDEIRA; HUTZ, 2010. PUHL; LUEDICKE, 2012). A pressão para alcançar o “corpo perfeito” é intensificada por insultos verbais que reforçam um padrão de beleza distorcido, o que contribui para comportamentos alimentares disfuncionais (COPELAND et al., 2015. JURADO; VÁSQUEZ, 2021).

A pesquisa evidencia que, além do ambiente escolar, fatores socioculturais amplificam a incidência desses transtornos, com a mídia e as redes sociais desempenhando um papel relevante. As adolescentes do sexo feminino demonstram maior vulnerabilidade a esses padrões, enquanto adolescentes do sexo masculino também são afetados, embora de forma diferente (BENTO et al., 2016. MALTA et al., 2019). O bullying verbal reforça pressões sociais que afetam negativamente a autoimagem dos jovens, incentivando a adoção de comportamentos alimentares prejudiciais, como dietas extremas e compulsão alimentar (SILVA et al., 2024. SCHERER et al., 2010).

A literatura também aponta que intervenções focadas na saúde mental e no suporte psicológico são essenciais para combater os efeitos negativos do bullying verbal e promover uma imagem corporal saudável. A relação entre bullying e transtornos alimentares indica a necessidade de políticas preventivas e de conscientização, tanto em ambientes educacionais quanto em meios de comunicação, para reduzir esses impactos (AVELLAR; IGLESIAS, 2016. MINAYO et al., 2009).

#### **4.3 Bullying e Percepção da Imagem Corporal em Jovens: Evidências na Literatura Científica.**

A relação entre bullying e a percepção da imagem corporal entre jovens é um tema de crescente relevância no campo da saúde mental e da psicologia. À medida que a adolescência se torna um período de intenso desenvolvimento emocional e social, os indivíduos são especialmente vulneráveis a influências externas, como críticas e comparações relacionadas à aparência. O bullying, especialmente na forma verbal, pode ter efeitos devastadores, não apenas na autoestima, mas também na forma como os jovens percebem seus corpos. Neste contexto, a literatura fornece insights valiosos sobre como essas experiências interagem, muitas vezes resultando em insatisfação corporal e, em casos mais graves, em transtornos alimentares. Este texto analisará estudos recentes, como o de DOS SANTOS et al., (2023) e SCHERER et al.,

(2010), para entender melhor essa dinâmica e suas implicações para a saúde mental dos adolescentes.

Estudos, como o de DOS SANTOS et al., (2023), mostram que as vítimas de bullying frequentemente desenvolvem uma percepção distorcida de seu corpo. Quando críticas e xingamentos são direcionados à aparência física, os jovens podem internalizar esses comentários negativos, levando a uma autoimagem negativa. Essa insatisfação com a própria imagem pode resultar em comportamentos alimentares disfuncionais, como dietas extremas, compulsão alimentar ou até mesmo a busca de métodos prejudiciais para emagrecer, em uma tentativa desesperada de se conformar a padrões estéticos frequentemente promovidos pela mídia.

Por outro lado, a pesquisa de SCHERER et al., (2010) destaca a conexão entre a imagem corporal, a maturação sexual e a incidência de transtornos alimentares. A adolescência é um período de mudanças físicas significativas, e a forma como os jovens se veem em relação a essas transformações pode ser fortemente influenciada por suas experiências sociais, incluindo o bullying. O estigma associado ao desenvolvimento corporal pode levar a uma maior insatisfação, especialmente quando combinado com críticas ou zombarias de colegas. Esse processo resulta em uma luta interna em que os jovens se sentem pressionados a atender a expectativas irreais sobre como devem se apresentar.

As consequências do bullying e da insatisfação com a imagem corporal muitas vezes criam um ciclo vicioso. A autoestima prejudicada pode levar a problemas de saúde mental, como depressão e ansiedade, que, por sua vez, intensificam a preocupação com a aparência. Essa dinâmica é perigosa, pois pode resultar em um estado emocional debilitante, onde o jovem se sente preso entre a necessidade de aceitação e o desejo de mudar sua aparência de maneiras que são prejudiciais à saúde.

Diante dessa realidade, é fundamental que as instituições educacionais, familiares e sociais implementem intervenções que visem à prevenção do bullying e à promoção de uma imagem corporal positiva. Programas educativos que abordem a diversidade de corpos, incentivem a aceitação e desmistifiquem padrões de beleza podem ser eficazes. Além disso, é crucial oferecer apoio psicológico a jovens que tenham sofrido bullying, ajudando-os a reconstruir sua autoestima e a desenvolver uma percepção mais saudável de si mesmos.

Em suma, a análise dos estudos revela a complexidade da relação entre bullying, percepção da imagem corporal e transtornos alimentares. As implicações dessa relação são profundas e multifacetadas, destacando a urgência de abordagens integradas que promovam a saúde mental e o bem-estar dos jovens. O reconhecimento da importância de um ambiente de apoio e respeito é essencial para cultivar uma geração que valoriza a diversidade e se sente confortável em sua própria pele. Esse é um desafio que requer a colaboração de todos incluindo educadores, famílias e a sociedade como um todo para criar uma cultura de aceitação e empatia.

## 5. CONCLUSÃO

Conclui-se que o bullying, especialmente na forma verbal, tem impacto profundo e duradouro na saúde mental e na percepção de imagem corporal dos adolescentes. A análise dos artigos e estudos revisados demonstra que o bullying contribui diretamente para a internalização de padrões de beleza irrealistas, aumentando a vulnerabilidade dos jovens ao desenvolvimento de transtornos alimentares, como anorexia e bulimia. Esse fenômeno não apenas afeta a autoestima e a autopercepção, mas também desencadeia um ciclo de comportamentos disfuncionais que impactam a saúde física e emocional dos adolescentes.

A integração dos dados, que envolvem tanto as consequências psicossociais quanto os fatores de risco associados ao bullying, reforça a necessidade urgente de ações preventivas.

Essas intervenções devem incluir programas de conscientização, suporte psicológico e a promoção de uma imagem corporal positiva nas escolas e nas famílias. Ao oferecer um ambiente de apoio e empatia, é possível ajudar os jovens a desenvolver uma autoestima saudável, prevenindo o surgimento de transtornos alimentares e promovendo o bem-estar integral. A criação de uma cultura que valorize a diversidade e o respeito à individualidade é essencial para o desenvolvimento de uma geração que se sinta segura e confiante para aceitar sua própria imagem, contribuindo para uma sociedade mais inclusiva e saudável.

## REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5-TR**. 5. ed. rev. Porto Alegre: Artmed, 2022.

AVELLAR, L. Z.; IGLESIAS, A. As contribuições dos psicólogos para o matriciamento em saúde mental. **Psicologia: ciência e profissão**, Brasília, v. 36, n. 2, p. 396-409, abr./jun. 2016.

BANDEIRA, C. de M.; HUTZ, C. S. As implicações do bullying na auto-estima de adolescentes. **Psicologia escolar e educacional**, São Paulo, v. 14, n. 1, p. 131-138, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-85572010000100014>. Acesso em: 20 set. 2024.

BENTO, K. et al. Transtornos alimentares, imagem corporal e estado nutricional em universitárias de Petrolina-PE. **Revista brasileira de ciências da saúde**, v. 20, n. 03, p. 197-202, 2016.

BLOC, L. G.; NAZARETH, A. C. P.; MELO, A. K. S.; MOREIRA, V. Transtorno de compulsão alimentar: revisão sistemática da literatura. **Revista Psicologia e Saúde**, v. 11, n. 1, p. 3-17, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.20435/pssa.v11i1.617>. Acesso em: 15 set. 2024.

COPELAND, W. E.; WOLKE, D.; ANGOLD, A.; COSTELLO, E. J. Adult psychiatric outcomes of bullying and being bullied by peers in childhood and adolescence. **JAMA psychiatry**, v. 70, n. 4, p. 419-426, 2015.

DOS SANTOS, Alisson Vinicius et al. Transtornos alimentares e insatisfação corporal nas práticas relacionadas ao bullying em adolescentes. **Arquivos de ciências da saúde da UNIPAR**, v. 27, n. 3, p. 1477-1496, 2023.

FREITAS, P. H. B. et al. Transtornos alimentares e o uso de drogas: perfil epidemiológico. **Revista baiana de enfermagem**, v. 29, p. 146-155, 2015.

GIL, A. C. Métodos e técnicas de pesquisa social. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

OLIVEIRA, P. R. et al. Associações entre bullying e risco de transtornos alimentares em adolescentes. **Revista brasileira de enfermagem**, v. 76, p. e20220643, 2023.

MALTA, D. C. et al. Prevalência de bullying e fatores associados em escolares brasileiros. **Ciência & saúde coletiva**, v. 24, n. 4, p. 1359-1368, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018244.15492017>. Acesso em: 06 out. 2024.

MAZZAIA, M. C.; SANTOS, R. M. C. Fatores de risco para transtornos alimentares em graduandos de enfermagem. **Acta paulista de enfermagem**, São Paulo, v. 31, n. 5, p. 456-462, 2018.

MINAYO, M. C. de S. et al. **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. 14. ed. São Paulo: Vozes, 2009.

MILES, M. B.; HUBERMAN, A. **Qualitative data analysis: an expanded sourcebook**. 2. ed. London: SAGE Publications, 1994.

**PLAN International Brasil**. Bullying não é brincadeira: manual prático para professores (as) e estudantes sobre enfrentamento ao bullying escolar e construção de uma cultura de paz. 2009. Disponível em: [https://plan.org.br/wp-content/uploads/2019/03/manual\\_bullying\\_sem.compressed.pdf](https://plan.org.br/wp-content/uploads/2019/03/manual_bullying_sem.compressed.pdf). Acesso em: 10 ago. 2024.

PUHL, R. M.; LUEDICKE, J. Weight-based victimization among adolescents in the school setting: emotional reactions and coping behaviors. **Journal of youth and adolescence**, v. 41, n. 1, p. 27-40, 2012.

PUHL, R. M. et al. Weight-based bullying and eating disorder pathology in youth: a 3-year longitudinal study. **Pediatrics**, v. 132, n. 3, p. 49-57, 2013.

JURADO, J. Q.; VÁSQUEZ, N. M. et al. Association between school bullying, suicidal ideation, and eating disorders among school-aged children from Antioquia, Colombia. **Trends in psychology**, v. 30, p. 58-72, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s43076-021-00101-2>. Acesso em: 06 set. 2024.

SILVA, C. S. E.; VILELA, E. M.; OLIVEIRA, V. C. de. Bullying nas escolas públicas e privadas: os efeitos de gênero, raça e nível socioeconômico. **Educação e pesquisa**, v. 50, e264614, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1678-4634202450264614por>. Acesso em: 30 ago. 2024.

SCHERER, F. C.; MARTINS, C. R.; PELEGRINI, A.; MATHEUS, S. C.; PETROSKI, E. L. Imagem corporal em adolescentes: associação com a maturação sexual e sintomas de transtornos alimentares. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 59, n. 3, p. 198-202, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0047-20852010000300005>. Acesso em: 05 set. 2024.