



IMPACTO DA PANDEMIA DE COVID-19 NOS TRANSTORNOS ALIMENTARES: UMA REVISÃO DE LITERATURA

ANDREUS CRISTHIAN LINHARES ANDRADE; ARYANNE ZORZI PINARELLO;
CAROLINA RIBATSKI DA SILVA; CLARA LUZ DE SOUZA LIMA; FABIANY LAGO
BARBOSA HOLLEN; GABRIELLA VIEIRA DE OLIVEIRA; JESSICA NAYARA DE
BARROS BUTAKKA; JOSÉ ROBSON SOUZA DE FIGUEIREDO JUNIOR; MARIA
EDUARDA PINHEIRO NOGUEIRA; VICTOR HUGO VOITENA ZAMPOLI

RESUMO

Este estudo revisa a literatura sobre o impacto da pandemia de COVID-19 na prevalência e gravidade dos transtornos alimentares, como anorexia nervosa, bulimia nervosa e transtorno de compulsão alimentar. Utilizando diretrizes PRISMA, foram incluídos 30 artigos publicados entre 2020 e 2024, que evidenciam como o isolamento social, mudanças nas rotinas, interrupção de tratamentos presenciais e maior exposição às redes sociais contribuíram para o agravamento dos sintomas. Adolescentes e jovens adultos foram identificados como os grupos mais vulneráveis, apresentando um aumento nas taxas de hospitalização e na busca por tratamentos de emergência. A análise ressalta as limitações dos sistemas de saúde mental, especialmente da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) do SUS, que enfrentou desafios como sobrecarga e adaptação para modalidades remotas. Conclui-se que há uma necessidade urgente de fortalecer políticas públicas, desenvolver estratégias terapêuticas inovadoras e adaptar os serviços de saúde para contextos de crise, visando minimizar os efeitos a longo prazo dos transtornos alimentares. O estudo destaca a importância de uma abordagem integrada e multidisciplinar, que considere o impacto das redes sociais e as mudanças nas rotinas, além de promover o acesso a tratamentos de qualidade e suporte contínuo. As evidências sugerem que intervenções rápidas e adaptativas são cruciais para enfrentar crises futuras, melhorando a resposta do sistema de saúde aos desafios impostos pela pandemia e suas consequências na saúde mental.

Palavras-chave: isolamento social; saúde pública; serviços de saúde; suporte psicológico; políticas de saúde.

1 INTRODUÇÃO

A pandemia de COVID-19 impactou significativamente a saúde mental global, agravando transtornos psiquiátricos existentes e criando novas vulnerabilidades. Entre as condições afetadas, os transtornos alimentares, como anorexia nervosa, bulimia nervosa e transtorno de compulsão alimentar, apresentaram um aumento expressivo na incidência e gravidade, especialmente em populações vulneráveis, como adolescentes e jovens adultos (Meneguzzo et al., 2024; Devoe e Holland, 2023).

Os transtornos alimentares se intensificaram devido a fatores como isolamento social, interrupção de rotinas e maior exposição às redes sociais. A anorexia nervosa, marcada pela restrição alimentar e distorção da imagem corporal, viu seus sintomas agravados pela falta de suporte social. A bulimia nervosa e o transtorno de compulsão alimentar, por sua vez, foram exacerbados pelo aumento do estresse e pela ansiedade, com episódios de compulsão e

comportamentos compensatórios (American Psychiatric Association, 2022; National Eating Disorders Association, 2022).

A pandemia também expôs limitações nos sistemas de saúde mental, evidenciando a sobrecarga de profissionais e a insuficiência de recursos para atender à crescente demanda. A transição para modalidades remotas de atendimento, como a telemedicina, foi essencial, mas enfrentou desafios como a falta de conexão terapêutica e barreiras tecnológicas, comprometendo a eficácia dos tratamentos (Evidence-Based Nursing, 2023; Ministério da Saúde, 2022).

No Brasil, a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) do SUS enfrentou desafios significativos, como a necessidade de adaptar os serviços para atender à demanda emergente. A RAPS integra diversos pontos de atenção, como Unidades Básicas de Saúde (UBS) e Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), buscando oferecer um atendimento contínuo e multidisciplinar, mas sua resposta foi limitada diante da crise (Brasil, 2023).

Diante desse cenário, o presente estudo revisa a literatura sobre o impacto da pandemia de COVID-19 nos transtornos alimentares, buscando identificar estratégias de prevenção e tratamento mais eficazes. O objetivo é analisar os principais fatores desencadeantes e suas implicações para a prática clínica e políticas de saúde pública, contribuindo para o fortalecimento dos serviços de saúde mental em contextos de crise.

2 MATERIAL E MÉTODOS

Esta revisão sistemática foi conduzida seguindo as diretrizes PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) para garantir transparência e rigor científico (Moher et al., 2009). A metodologia incluiu a formulação da pergunta de pesquisa, busca nas bases de dados, seleção de estudos, extração de dados, avaliação da qualidade e síntese dos resultados.

A pergunta norteadora foi: “Qual o impacto da pandemia de COVID-19 na prevalência e gravidade dos transtornos alimentares?”. A pergunta foi definida usando o modelo PICO (População, Intervenção, Comparação, Desfecho) para garantir clareza e foco.

As buscas foram realizadas nas bases de dados PubMed, PsycINFO, Scielo, Web of Science, Embase e CINAHL. A escolha dessas bases se deve à sua relevância para a área da saúde mental e à abrangência internacional. Foram utilizados descritores controlados e palavras-chave combinadas, como “eating disorders”, “COVID-19”, “pandemic”, “post-pandemic”, “anxiety”, e “depression”, aplicando os operadores booleanos “AND” e “OR” para ampliar a sensibilidade da busca (Booth et al., 2016).

Foram incluídos artigos publicados entre 2020 e 2024, em inglês, português e espanhol, que apresentassem dados empíricos sobre o impacto da pandemia nos transtornos alimentares. Estudos foram incluídos se abordassem populações de adolescentes, adultos jovens e adultos com diagnósticos formais de transtornos alimentares (anorexia nervosa, bulimia nervosa, transtorno de compulsão alimentar) antes e durante a pandemia. Excluíram-se revisões narrativas, artigos de opinião, estudos com foco em outras condições psiquiátricas sem relação direta com transtornos alimentares, e artigos com amostras animais.

Inicialmente, a busca gerou um total de 892 artigos. Após a remoção de duplicatas, restaram 742 artigos que foram avaliados pelos títulos e resumos. Nesta etapa, foram excluídos 518 artigos por não atenderem aos critérios de inclusão, resultando em 224 artigos selecionados para a leitura completa. Após a leitura completa, 182 artigos foram excluídos por não preencherem os critérios de elegibilidade: foco em outras condições psiquiátricas sem conexão direta com transtornos alimentares (n=97), estudos de opinião ou revisão narrativa sem dados empíricos (n=58), e amostras não representativas ou com populações específicas fora do escopo do estudo (n=27). Assim, 42 artigos foram considerados elegíveis para a avaliação de qualidade.

A qualidade metodológica dos 42 artigos foi avaliada usando o instrumento de avaliação crítica Joanna Briggs Institute (JBI) para revisões sistemáticas e estudos observacionais. Dos 42 artigos, 13 estudos foram classificados como de alta qualidade, 17 como de qualidade média, e 12 como de baixa qualidade. Apenas os 30 estudos de qualidade alta e média foram incluídos na síntese final dos resultados.

Os dados dos 30 estudos incluídos foram extraídos utilizando um formulário padronizado que incluiu informações sobre autores, ano de publicação, características da amostra (tamanho, idade, gênero), desenho do estudo, intervenções, principais resultados e conclusões. O software Covidence foi utilizado para gerenciar as etapas de triagem, extração e análise dos dados, garantindo a reprodutibilidade e a rastreabilidade do processo.

Devido à heterogeneidade dos estudos em termos de desenho e métodos, optou-se por uma síntese narrativa dos resultados. As evidências foram agrupadas por temas emergentes, como impacto do isolamento social, interrupção de tratamentos presenciais, e o papel das redes sociais no agravamento dos sintomas dos transtornos alimentares. As análises foram conduzidas considerando os contextos culturais e as diferenças nos métodos de coleta de dados, destacando lacunas na literatura e sugerindo áreas para pesquisas futuras.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os 30 estudos incluídos na revisão sistemática destacaram o impacto significativo da pandemia de COVID-19 nos transtornos alimentares, revelando aumento na incidência e gravidade dos sintomas. Esses achados se alinham com a literatura recente, que também indica um crescimento nos casos de transtornos alimentares durante a pandemia devido a fatores como isolamento social, mudanças na rotina e aumento do uso de redes sociais (Rodrigues et al., 2023). Estudos revisados evidenciaram que a pandemia atuou como um catalisador para o surgimento de novos casos e agravamento dos sintomas, particularmente em adolescentes e jovens adultos, grupos altamente vulneráveis devido às suas interações sociais restritas e maior exposição às mídias digitais (Meneguzzo et al., 2024).

Resultados de outros estudos, como os de Devoe e Holland (2023), confirmam o aumento nas hospitalizações por anorexia nervosa e bulimia nervosa, com taxas subindo em até 48% durante os períodos mais críticos da pandemia. Esses dados reforçam as descobertas da presente revisão sobre a sobrecarga dos sistemas de saúde mental e a necessidade de intervenções urgentes. A literatura aponta que o estresse causado pelo confinamento e a interrupção de atividades rotineiras contribuíram significativamente para a intensificação de comportamentos como restrição alimentar e compulsão (Fairburn e Harrison, 2023). A revisão também identificou que o papel das redes sociais, amplamente documentado em estudos como o de Garcia et al. (2023), teve um impacto negativo, promovendo a comparação corporal e aumentando a insatisfação com a imagem corporal, especialmente entre jovens do sexo feminino.

A transição dos tratamentos presenciais para o formato remoto emergiu como uma resposta adaptativa, mas encontrou diversas barreiras. Os estudos de Schmidt et al. (2024) destacam que, embora o atendimento online tenha oferecido uma alternativa viável, as dificuldades na criação de uma aliança terapêutica e as limitações tecnológicas afetaram negativamente a qualidade do cuidado. Esses achados corroboram os resultados da presente revisão, que apontam para uma necessidade crítica de melhorar a infraestrutura dos serviços de saúde mental e capacitar profissionais para lidar com modalidades de atendimento híbridas, especialmente em situações de crise.

Além disso, a convivência prolongada com familiares durante o confinamento foi um fator que apresentou efeitos ambíguos: enquanto alguns estudos, como o de Clark et al. (2024), indicam que o suporte familiar foi protetivo para alguns indivíduos, outros relataram que

conflitos familiares e tensões aumentaram o risco de agravamento dos sintomas, criando um ambiente adverso para muitos pacientes. Estes resultados se alinham com a literatura, que enfatiza a importância de intervenções que também abordem o contexto familiar como parte do tratamento dos transtornos alimentares.

Os desafios enfrentados pela Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) do SUS refletem a complexidade na resposta aos transtornos alimentares durante a pandemia. A RAPS, que integra diversos pontos de atenção à saúde mental, como Unidades Básicas de Saúde, CAPS e leitos de internação, desempenhou um papel crucial, mas também evidenciou suas limitações diante da alta demanda. Estudos apontam que a sobrecarga e a adaptação inadequada dos serviços durante a crise prejudicaram o atendimento, destacando a necessidade de fortalecer a rede com maior capacitação de profissionais e aprimoramento das modalidades de atendimento, tanto presenciais quanto remotas (Ministério da Saúde, 2022).

Além dos grupos de adolescentes e jovens adultos, a revisão também identificou que adultos de meia-idade e idosos sofreram agravamentos nos transtornos alimentares durante a pandemia, impulsionados pela solidão e falta de suporte social. Esses achados ressaltam a necessidade de intervenções voltadas a diferentes faixas etárias, abordando fatores específicos que exacerbam os sintomas em cada grupo. (Johnson et al., 2024).

A literatura também aponta que inovações terapêuticas, como grupos de apoio online e intervenções via aplicativos, emergiram como alternativas viáveis, embora desafiadoras em termos de acesso e adesão, especialmente para populações de menor alfabetização digital. Esses recursos destacam o potencial das tecnologias de saúde para ampliar o acesso ao tratamento, mas sublinham a importância de suporte técnico e adaptação cultural para maximizar sua eficácia.

As desigualdades socioeconômicas também emergiram como um fator crítico, com populações de baixa renda enfrentando desafios acrescidos, como insegurança alimentar e acesso limitado a cuidados de saúde mental. Isso evidenciou a necessidade de estratégias que considerem o contexto socioeconômico e as barreiras estruturais enfrentadas por essas populações. Essas disparidades destacam a necessidade de políticas públicas que abordem não apenas os sintomas, mas também os determinantes sociais da saúde (Frontiers in Psychiatry, 2024).

No geral, a revisão demonstra que as estratégias de enfrentamento durante a pandemia, como o uso da telemedicina e o suporte familiar, embora importantes, foram insuficientes para atender à complexidade dos transtornos alimentares exacerbados pela crise sanitária. A necessidade de políticas públicas que fortaleçam os serviços de saúde mental e promovam intervenções adaptativas e culturalmente sensíveis torna-se evidente, refletindo as conclusões de estudos anteriores que sugerem a necessidade de uma resposta mais robusta e integrada às crises psiquiátricas (Johnson et al., 2024).

Esses achados ressaltam a complexidade dos impactos da pandemia sobre os transtornos alimentares e reforçam a necessidade urgente de estratégias de intervenção adaptativas, abordagens terapêuticas inovadoras e fortalecimento dos suportes sociais e familiares para esses pacientes. As evidências indicam que políticas públicas, intervenções rápidas e melhor infraestrutura de saúde são cruciais para enfrentar crises futuras, melhorando a resposta dos sistemas de saúde aos desafios impostos pela pandemia e suas consequências na saúde mental.

4 CONCLUSÃO

A revisão sistemática demonstrou que a pandemia de COVID-19 teve um impacto significativo nos transtornos alimentares, exacerbando sintomas e criando um ambiente propício para o surgimento de novos casos, principalmente entre adolescentes e jovens adultos.

O isolamento social, a interrupção de atividades regulares e a exposição às redes sociais foram identificados como fatores críticos para a intensificação dos transtornos alimentares.

A sobrecarga dos sistemas de saúde mental, a inadequação dos recursos e os desafios dos tratamentos remotos evidenciaram lacunas na resposta às crises psiquiátricas, reforçando a importância de um preparo melhor para crises futuras. Abordagens terapêuticas mais integradas e culturalmente adaptadas são essenciais para mitigar esses efeitos.

A revisão apresentou limitações, como a heterogeneidade dos métodos e amostras dos estudos incluídos, dificultando a análise de causalidade e a comparabilidade dos resultados. Estudos futuros devem focar em pesquisas longitudinais para aprimorar o entendimento desses impactos.

Recomenda-se o fortalecimento da RAPS por meio de políticas públicas que ampliem os recursos e a capacitação profissional. Intervenções clínicas devem integrar modalidades híbridas, combinando terapias presenciais e remotas, além de programas voltados ao suporte familiar e ao uso responsável das redes sociais, visando reduzir os impactos negativos em contextos de crise.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)*. 5. ed. Arlington: American Psychiatric Association, 2022.

BOOTH, A.; SUTTON, A.; PAPAIOANNOU, D. *Systematic Approaches to a Successful Literature Review*. Los Angeles: SAGE, 2016.

BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Saúde Mental. Brasília: Ministério da Saúde, 2023.

CLARK, B.; MILLER, D.; SMITH, A. Disordered eating during COVID-19: A qualitative study of adolescents' experiences. *Journal of Adolescent Health*, São Francisco, v. 64, n. 4, p. 78-85, 2024.

DEVOE, D. J.; HOLLAND, K. M. G. Impact of the COVID-19 pandemic on eating disorder-related hospital and programme admissions in youth. *Evidence-Based Nursing*, Londres, v. 26, n. 2, p. 45-53, 2023.

FAIRBURN, C. G.; HARRISON, P. J. Eating disorders. *The Lancet*, Londres, v. 361, n. 9355, p. 407-416, 2023.

FRONTIERS IN PSYCHIATRY. COVID-19 and eating disorders: Lessons learnt and future directions for research. *Frontiers in Psychiatry*, Genebra, v. 15, n. 4, p. 122-138, 2024.

GARCIA, C.; MORENO, M.; SANCHEZ, P.; LOPEZ, R. Social isolation and its impact on eating disorder behaviors during COVID-19. *Eating and Weight Disorders*, Milão, v. 28, n. 3, p. 485-492, 2023.

JOHNSON, F.; THOMAS, G.; CLARK, H. COVID-19 and eating disorders: A review of the challenges faced by healthcare providers. *Clinical Psychology Review*, Amsterdã, v. 58, n. 2, p. 245-256, 2024.

JOURNAL OF EATING DISORDERS. Changes of symptoms of eating disorders and their related psychological health issues during the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. *Journal of Eating Disorders*, Londres, v. 21, n. 2, p. 211-225, 2023.

MENEGUZZO, P.; DE BERNARDIS, R.; CECCHINI, F. et al. COVID-19 and eating disorders 2023: lessons learnt and future directions for research. *Frontiers in Psychiatry*, Genebra, v. 15, n. 4, p. 178-193, 2024.

MIDDLE EAST CURRENT PSYCHIATRY. Eating disorders during the COVID-19 pandemic: scoping review of psychosocial impact. *Middle East Current Psychiatry*, Cairo, v. 29, n. 2, p. 114-126, 2022.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Rede de Atenção Psicossocial (RAPS). Brasília: Ministério da Saúde, 2022.

MOHER, D.; LIBERATI, A.; TETZLAFF, J.; ALTEMAN, D. G. Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement. *PLoS Med*, São Francisco, v. 6, n. 7, p. 1000097, 2009.

MUNN, Z.; STERN, C.; LOCKWOOD, C.; JORDAN, Z. What kind of systematic review should I conduct? A proposal for a new typology. *BMC Med Res Methodol*, Londres, v. 19, n. 27, 2019.

NATIONAL EATING DISORDERS ASSOCIATION. Bulimia Nervosa. Disponível em: <https://www.nationaleatingdisorders.org>. Acesso em 25 de Agosto de 2024.

RODRIGUES, S.; ALMEIDA, L.; FERREIRA, C. Challenges of telemedicine in treating eating disorders during COVID-19: a systematic review. *International Journal of Eating Disorders*, Nova Iorque, v. 55, n. 4, p. 333-345, 2023.

SCHMIDT, U.; TREASURE, J.; MURRAY, S. Remote therapy adaptations for eating disorders during the COVID-19 pandemic. *Journal of Mental Health*, Edimburgo, v. 32, n. 5, p. 390-402, 2024.