

## RESUMO

Esta dissertação teve o objetivo de verificar se existe relação e seus efeitos entre a tríade da mulher atleta e os aspectos psicológicos em praticantes de esportes estéticos e foi dividida em sete capítulos. Este trabalho caracteriza-se como método misto paralelo. Uma etapa foi qualitativa e consistiu em levantamento bibliográfico realizado através de uma revisão sistemática. A outra etapa foi a etapa quantitativa, com a realização de coleta de dados em praticantes das modalidades que prezam pela magreza e análise destes dados. Os resultados do presente estudo estão descritos em forma de artigo e divididos por etapa de execução da pesquisa. O primeiro artigo apresenta a revisão sistemática intitulada: “Componentes da tríade da mulher atleta em praticantes de esportes estéticos: uma revisão sistemática” (ARTIGO A). Com objetivos de identificar os estudos que avaliaram a tríade da mulher atleta e seus componentes em praticantes de esporte estéticos e observar se as pesquisas apontam associações entre estes componentes e outras questões, como marcadores bioquímicos, idade, medidas antropométricas ou questões psicológicas. O estudo trouxe informações minuciosas sobre as evidências relativas aos instrumentos utilizados, bem como sobre os aspectos individuais que compõem a tríade da mulher atleta e suas associações. O segundo artigo apresenta os resultados da pesquisa dos aspectos psicológicos em praticantes de esportes e tem como título: “Relação do comportamento alimentar e da imagem corporal com a tríade da mulher atleta em praticantes de esportes estéticos” (ARTIGO B). Este artigo propôs-se a explorar o impacto destes aspectos psicológicos na tríade em praticantes de esportes estéticos. Os resultados mostraram que o comportamento alimentar e a imagem corporal têm relação com a tríade da mulher atleta em adolescentes e adultas do sexo feminino praticantes de esportes estéticos. Este trabalho contribui com a compreensão da saúde em praticantes de esportes estéticos no âmbito da tríade, imagem corporal e comportamento alimentar.

Palavras-chave: Síndrome da Tríade da Mulher Atleta. Imagem Corporal. Transtornos da Alimentação e da Ingestão de Alimentos. Exercício Físico.

## ABSTRACT

This dissertation aimed to verify the existence of association and its effects between the female athlete triad and psychological aspects in practitioners of aesthetic sports and was divided into seven chapters. This work is characterized as a parallel mixed-method. One stage was qualitative and consisted of a literature review conducted through a systematic review. The other stage was quantitative, involving data collection from practitioners of sports modalities that prioritize thinness and analysis of these data. The results of this study are described in the form of articles and divided by stage of research execution. The first article presents the systematic review entitled: "Components of the female athlete triad in practitioners of aesthetic sports: a systematic review" (ARTICLE A). With the objectives of identifying studies that evaluated the female athlete triad and its components in practitioners of aesthetic sports and observing if the research indicates associations between these components and other issues, such as biochemical markers, age, anthropometric measurements, or psychological issues. The study provided detailed information on the evidence regarding the instruments used, as well as on the individual aspects that make up the female athlete triad and their associations. The second article presents the results of the research on psychological aspects in sports practitioners and is titled: "Relationship between eating behavior and body image with the female athlete triad in practitioners of aesthetic sports" (ARTICLE B). This article aimed to explore the impact of these psychological aspects on the triad in practitioners of aesthetic sports. The results showed that eating behavior and body image have an effect on the female athlete triad in adolescent and adult female practitioners of aesthetic sports. This work contributes to the understanding of health in practitioners of aesthetic sports in the context of the triad, body image, and eating behavior.

Keywords: Female Athlete Triad Syndrome. Body Image. Feeding and Eating Disorders. Systematic Review. Exercise.