



O IMPACTO DA ALIMENTAÇÃO NO TRANSTORNO DA COMPULSÃO ALIMENTAR: UMA ANÁLISE A PARTIR DE UMA DILIGÊNCIA SOBRE O FILME “A BALEIA”

Edeli Simioni de Abreu¹, Sarah Hamada Mendonça Lens², Cristiane Zago Zacari¹,
Viviane Bellucci Pires de Almeida¹



<https://doi.org/10.36557/2009-3578.2025v11n2p1802-1822>

Artigo recebido em 17 de Julho e publicado em 27 de Agosto de 2025

ARTIGO ORIGINAL

RESUMO

Os transtornos alimentares são doenças que afetam não só a mente como o estilo de vida da pessoa. Se caracterizam por comportamentos anormais de alimentação e de percepção corporal. Existem fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos e esses fatores podem ser multifatoriais como: baixa autoestima, ansiedade, instabilidade afetiva, histórico familiar, histórico de vida, hereditariedade, além de outros fatores socioculturais. O objetivo do presente estudo foi analisar o impacto da alimentação no transtorno de compulsão alimentar (TCA), por meio de um ensaio sobre o comportamento alimentar do personagem central do filme “A Baleia”. Trata-se de um estudo metodológico, observacional da sétima arte, de delineamento transversal. Com base no referencial teórico, este trabalho analisa o comportamento alimentar do protagonista do filme, tendo como personagem principal Charlie, interpretado por Brendan Fraser. Com obesidade severa, o protagonista luta contra um transtorno de compulsão alimentar, que se desenvolveu após abandonar a esposa e a filha pequena para viver um relacionamento homoafetivo. A trajetória de Charlie ilustra como a compulsão alimentar pode servir como uma manifestação psicossomática de dores emocionais profundas. Compreender esses padrões é fundamental para desenvolver estratégias eficazes de prevenção e tratamento do TCA.

Palavras-chave: transtornos alimentares, obesidade, transtornos de compulsão alimentar.



THE IMPACT OF DIET ON BINGE EATING DISORDER: AN ANALYSIS BASED ON AN ESSAY ON THE FILM 'THE WHALE'

ABSTRACT

Eating disorders are illnesses that affect not only the mind but also an individual's lifestyle. They are characterized by abnormal eating behaviors and body perception. Risk factors for developing these disorders are multifaceted and may include low self-esteem, anxiety, emotional instability, family history, life experiences, heredity, and other sociocultural factors. The objective of this study was to analyze the impact of eating habits on binge eating disorder (BED) through an examination of the eating behavior of the central character in the film "The Whale." This is a methodological, observational study of the seventh art, with a cross-sectional design. Based on theoretical frameworks, this work analyzes the eating behavior of the film's protagonist, Charlie, portrayed by Brendan Fraser. With severe obesity, the protagonist struggles with binge eating disorder, which developed after he left his wife and young daughter to pursue a same-sex relationship. Charlie's trajectory illustrates how binge eating can serve as a psychosomatic manifestation of deep emotional pain. Understanding these patterns is essential for developing effective prevention and treatment strategies for BED.

Keywords: eating disorders, obesity, binge eating disorders.

Instituição afiliada – 1: Nutricionista, Docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas - FMU/Brasil

2: Graduada do Curso de Nutrição do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas - FMU

Autor correspondente: *Edeli Simioni de Abreu* edelisabreu@gmail.com



O IMPACTO DA ALIMENTAÇÃO NO TRANSTORNO DA COMPULSÃO ALIMENTAR: UMA ANÁLISE A PARTIR DE UMA DILIGÊNCIA SOBRE O FILME “A BALEIA”

Abreu et. al.

INTRODUÇÃO

O transtorno de compulsão alimentar (TCA) é uma condição caracterizada por episódios recorrentes de ingestão de grandes quantidades de alimentos em um curto período de tempo, acompanhados por uma sensação de perda de controle sobre o ato de comer. Esses episódios não são seguidos por comportamentos compensatórios, como ocorre na bulimia nervosa (Giel et al., 2022; Ratković et al., 2023). O TCA é o transtorno alimentar mais prevalente na população geral. A prevalência mundial entre 2018 e 2020 foi estimada entre 0,6% e 1,8% em mulheres adultas e 0,3% e 0,7% em homens adultos (Giel et al., 2022; Wolter; Moura, 2023).

Esse transtorno está frequentemente associado à obesidade e a várias comorbidades somáticas e de saúde mental, incluindo diabetes tipo 2, hipertensão arterial, ansiedade e depressão (Giel et al., 2022; Demangeat et al., 2025). A etiologia do TCA é complexa, envolvendo fatores genéticos, ambientais, neuroendocrinológicos e neurobiológicos. Estudos neurobiológicos indicam alterações no processamento de recompensas, controle inibitório e regulação emocional em indivíduos com TCA, o que tem implicações para abordagens terapêuticas emergentes (Kober; Boswell, 2018; Giel et al., 2022).

Segundo De Oliveira Ferrarini et al. (2023), o diagnóstico é clínico e deve ser realizado por profissionais de saúde mental, com base nos critérios estabelecidos pelo *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM-5). Os critérios incluem episódios de compulsão alimentar que ocorrem, em média, pelo menos uma vez por semana durante três meses, associados a pelo menos três dos seguintes comportamentos: comer mais rapidamente do que o normal; comer até sentir-se desconfortavelmente pleno; ingerir grandes quantidades de comida sem sentir fome física; comer sozinho devido à vergonha da quantidade ingerida; sentir-se desgostoso consigo mesmo, deprimido ou muito culpado após os episódios.

O reconhecimento do TCA aumentou desde sua inclusão no DSM-5, mas ainda são necessários esforços contínuos para entender melhor os mecanismos subjacentes e melhorar os resultados de prevenção e tratamento (Giel et al., 2022). Além disso, questões sociais e ambientais, como insegurança alimentar e estigmatização, também são fatores que influenciam a patologia e devem ser considerados na abordagem terapêutica (Bray et al., 2022).



O IMPACTO DA ALIMENTAÇÃO NO TRANSTORNO DA COMPULSÃO ALIMENTAR: UMA ANÁLISE A PARTIR DE UMA DILIGÊNCIA SOBRE O FILME “A BALEIA”

Abreu et. al.

A psicoterapia é reconhecida como a abordagem terapêutica mais recomendada para o Transtorno de Compulsão Alimentar, com intervenções que visam melhorar o controle cognitivo e a regulação emocional. Além disso, há interesse crescente em estratégias terapêuticas que envolvem a modulação da microbiota intestinal, dado o papel potencial do eixo intestino-cérebro na regulação do comportamento alimentar (Guo; Xiong, 2024; Demangeat et al., 2025). Porém, o tratamento do TCA é multidisciplinar, envolvendo intervenções psicológicas e, em alguns casos, farmacológicas (De Oliveira Ferrarini et al., 2023).

A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) é considerada o padrão-ouro no tratamento do TCA, a TCC visa identificar e modificar padrões de pensamento e comportamento disfuncionais relacionados à alimentação. Técnicas utilizadas incluem psicoeducação, reestruturação cognitiva, estratégias de regulação emocional, *mindfulness* e treinamento de habilidades de comunicação. Estudos demonstram que a TCC é eficaz na redução da frequência dos episódios de compulsão alimentar e na melhora do funcionamento psicológico geral dos pacientes (Sobrinho; Silva; Pucci, 2024).

Tratamento Farmacológico com antidepressivos, especialmente os inibidores seletivos da recaptação de serotonina (ISRS) como fluoxetina, sertralina e citalopram, têm sido utilizados no tratamento de curto prazo do TCA. Esses medicamentos podem reduzir a frequência dos episódios de compulsão e aliviar sintomas depressivos associados. No entanto, a resposta ao placebo é alta, e a duração limitada dos estudos restringe a generalização dos resultados para tratamentos prolongados (Rossi; Ribeiro; Jorge, 2024).

A integração de TCC com intervenções farmacológicas tem mostrado eficácia no manejo do TCA, proporcionando melhorias significativas na regulação emocional e no controle dos impulsos. Uma revisão sistemática concluiu que essa abordagem combinada é eficaz no tratamento do transtorno (De Sousa Baobá et al., 2024).

Um estudo realizado por Jacka et al. (2017) constatou que o acompanhamento nutricional pode auxiliar com a elaboração de um plano alimentar equilibrado, promovendo hábitos alimentares saudáveis e prevenindo restrições que possam desencadear episódios de compulsão. Práticas como meditação e respiração profunda podem ajudar a aumentar a



O IMPACTO DA ALIMENTAÇÃO NO TRANSTORNO DA COMPULSÃO ALIMENTAR: UMA ANÁLISE A PARTIR DE UMA DILIGÊNCIA SOBRE O FILME “A BALEIA”

Abreu et. al.

consciência sobre os sinais de fome e saciedade, além de reduzir o estresse. Bem como, a atividade física pode melhorar o humor e a autoestima, além de auxiliar no controle do peso.

O manejo do TCA requer uma abordagem integrada e personalizada, considerando as necessidades individuais de cada paciente. Embora a TCC seja amplamente reconhecida por sua eficácia, a combinação com tratamentos farmacológicos pode ser benéfica em casos específicos. É fundamental que profissionais de saúde estejam atentos às evidências científicas atuais para identificar sinais de compulsão alimentar e oferecer intervenções baseadas em dados concretos, visando a melhora significativa na qualidade de vida dos indivíduos afetados pelo TCA e prevenir complicações associadas (De Oliveira Ferrarini et al., 2023).

A terapia nutricional é um campo de estudo emergente relacionado ao uso de intervenções na prevenção e tratamento de transtornos de saúde mental. Apesar da evidência crescente de efeitos benéficos, as recomendações nutricionais são fornecidas a pacientes psiquiátricos com pouca frequência na prática clínica (Jacka et al., 2017; Parletta et al., 2019).

No cenário contemporâneo, é essencial que profissionais da saúde desenvolvam uma compreensão abrangente e crítica do mundo, promovendo atitudes responsáveis e transformadoras. As complexidades da sociedade atual demandam habilidades que englobam diversas dimensões da vida. Nesse contexto, as artes emergem como ferramentas educacionais valiosas, oferecendo novas perspectivas e abordagens para a educação. A integração da arte nos processos de ensino facilita a inclusão e aborda as subjetividades dos indivíduos, promovendo a humanização e a socialização. O uso interdisciplinar da arte no ensino pode aprimorar o processo de aprendizagem, incentivar mudanças comportamentais positivas e estimular o trabalho em equipe (Barbosa, 2024), uma competência essencial no mercado de trabalho atual.

Dentre as diversas formas de arte, o cinema destaca-se como um espaço privilegiado de ensino e aprendizagem, fornecendo uma linguagem única para expressar realidades sociais. A experiência cinematográfica permite aos espectadores vivenciarem emoções e situações que, muitas vezes, não experimentam em sua realidade cotidiana. Os filmes, ao narrar histórias de maneira multissensorial, alcançam tanto os aspectos intuitivos quanto os racionais do público. Na educação, o cinema serve como uma ferramenta pedagógica que



O IMPACTO DA ALIMENTAÇÃO NO TRANSTORNO DA COMPULSÃO ALIMENTAR: UMA ANÁLISE A PARTIR DE UMA DILIGÊNCIA SOBRE O FILME “A BALEIA”

Abreu *et. al.*

estimula o debate e a reflexão crítica, representando a realidade por meio de imagens e sons. Educar através do cinema envolve os alunos em um nível afetivo, onde o envolvimento pessoal se torna uma condição eficaz para a aprendizagem e a assimilação de atitudes, promovendo a reflexão além dos conceitos teóricos ou do simples treinamento (Picanço et al., 2020).

Diversos estudos têm explorado o uso do cinema na educação, especialmente na formação de estudantes de medicina. O cinema, como método de ensino, não é uma solução mágica, mas atua como adjuvante eficaz no processo de aprendizagem. Além disso, pode iniciar processos de mudança, contribuindo para uma formação intelectual sensível à condição humana e à realidade social. A incorporação de elementos artísticos na educação médica tem mostrado potencial para romper com o modelo biomédico tradicional, promovendo a empatia e a humanização no cuidado ao paciente (Gonzalez-Moreno et al., 2023).

Há uma clara escassez de estudos que forneçam aconselhamento dietético e educação como uma intervenção para indivíduos diagnosticados com transtorno de compulsão alimentar, bem como a exploração de componentes artísticos na perspectiva do ensino da nutrição. O objetivo do presente estudo foi analisar o impacto da alimentação no transtorno de compulsão alimentar, por meio de um ensaio sobre o comportamento alimentar do personagem central do filme “A Baleia”.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo com uma proposta exploratória, observacional e interpretativa da sétima arte, de delineamento transversal. Com base no referencial teórico discutido acima, este trabalho analisa qualitativa/descriptivamente o protagonista do filme “A Baleia” sob a perspectiva do comportamento alimentar.

O estudo foi realizado no período de outubro de 2024 a março de 2025, na cidade de São Paulo.

Foi escolhida uma amostra de conveniência composta pelo seguinte filme: A Baleia. Foi levado em consideração esse filme, que aborda o comportamento alimentar de um homem com obesidade do grau III, também conhecida como obesidade mórbida, que carrega



O IMPACTO DA ALIMENTAÇÃO NO TRANSTORNO DA COMPULSÃO ALIMENTAR: UMA ANÁLISE A PARTIR DE UMA DILIGÊNCIA SOBRE O FILME “A BALEIA”

Abreu et. al.

culpa, ressentimento, tristeza e luto, o que se manifestam em episódios de ansiedade, depressão e comer compulsivo.

O procedimento metodológico qualitativo compreendeu dois momentos:

- a) Pré-análise do longa-metragem – análise preliminar realizada pelos autores para apontar as cenas mais relevantes para discussão sobre o assunto da pesquisa, as quais foram analisadas na etapa seguinte.
- b) Análise fílmica - O conteúdo das cenas apontadas foi analisado quanto à comprovação científica, com base na literatura. Utilizou-se a metodologia de análise de conteúdo, que "corresponde em uma técnica de análise de dados que frequentemente são utilizadas em pesquisas qualitativas nas áreas de administração, bem como em psicologia, ciência política, educação, publicidade e principalmente em sociologia" (Mozzato; Grzybovski, 2011), adaptada à nutrição.

Nesta pesquisa foram analisados oito fragmentos do filme:

As etapas a seguir foram desenvolvidas para elaboração do trabalho:

- Levantamento bibliográfico:

Uma extensa estratégia de busca *a priori* foi desenvolvida e executada com a orientação de um bibliotecário médico experiente. Utilizando a Plataforma Ovid, pesquisou-se Ovid MEDLINE[®], incluindo Epub Ahead of Print, In-Process & Other Non-Indexed Citations, e Embase Classic + Embase. Utilizou-se vocabulário controlado (ex.: “Transtornos de compulsão alimentar”, “Fenômenos Fisiológicos Nutricionais”, “Alimentação”) e palavras-chave (ex.: compulsão, nutrição, dieta). O vocabulário foi ajustado e a sintaxe conforme necessário nos bancos de dados. Não houve restrições de idioma ou data em nenhuma das pesquisas, mas removemos artigos de opinião (por exemplo, editoriais) dos resultados.

A triagem do texto completo foi concluída simultaneamente à extração dos dados.

- A Elaboração de uma ficha técnica para escolha do filme a ser estudado e assistir ao longa-metragem, por diversas vezes, até esgotar as observações pertinentes à pesquisa.
- Descrever o personagem e as cenas mais relevantes, por meio da análise dos discursos do protagonista da obra cinematográfica, o desvelamento dos sentidos atribuídos a práticas



O IMPACTO DA ALIMENTAÇÃO NO TRANSTORNO DA COMPULSÃO ALIMENTAR: UMA ANÁLISE A PARTIR DE UMA DILIGÊNCIA SOBRE O FILME "A BALEIA"

Abreu *et. al.*

alimentares e concepção de sua estética corporal, delineando de forma escrita a percepção gerada durante o estudo.

- Recorrer à literatura para analisar o comportamento alimentar desenvolvido pelo personagem e fazer uma analogia com a realidade, analisando a relação entre essas práticas e, conseqüentemente, como essa relação pode afetar o estado nutricional dos indivíduos.

Após examinar as cenas em profundidade, os dados foram analisados de forma qualitativa e descritiva, de acordo com a matriz expositiva que contemplou o personagem, cenários, temáticas abordadas, questões e discursos sobre práticas alimentares e referentes ao corpo, que embasou o estudo.

Por se tratar de pesquisa com personagens de ficção e não com seres humanos, o projeto não foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foi analisada uma película que aborda o comportamento alimentar de um sujeito recluso, que vive com obesidade severa e luta contra um transtorno de compulsão alimentar. Retrata ainda como sua conduta impactava em personagens secundários. Foi estudado o seguinte Filme: "A Baleia".

O título do filme não é uma hostilização a indivíduos que apresentam excesso de peso (Bernardo, 2023). Na verdade, faz alusão ao romance favorito do protagonista: o clássico Moby Dick, de Herman Melville (Melville, 2008).

De acordo com Coletti (2023), Samuel D. Hunter escreveu a peça teatral "A Baleia" inspirando-se em sua própria vida e trajetória. Nascido em Moscow, Idaho, Hunter enfrentou desafios significativos ao assumir sua homossexualidade durante a adolescência, incluindo preconceito e isolamento. Essas dificuldades emocionais contribuíram para um ganho de peso durante seus anos universitários.

Na narrativa, Hunter explora um cenário hipotético: "E se..." ele tivesse seguido um caminho diferente diante das adversidades que enfrentou. O diretor Darren Aronofsky assistiu a uma das apresentações da peça e identificou nela um material rico para uma adaptação cinematográfica (Coletti, 2023).



O IMPACTO DA ALIMENTAÇÃO NO TRANSTORNO DA COMPULSÃO ALIMENTAR: UMA ANÁLISE A PARTIR DE UMA DILIGÊNCIA SOBRE O FILME "A BALEIA"

Abreu et. al.

Em "A Baleia" (título original: "The Whale" – EUA/2022), Aronofsky e Hunter colaboraram para transpor do teatro para o cinema a complexidade emocional de Charlie, interpretado de forma magistral por Brendan Fraser. Charlie é um professor universitário recluso que ministra aulas de redação online, sempre com a câmera desligada para ocultar sua aparência. Desde a perda de seu parceiro, ele embarcou em um caminho de autodestruição física e emocional, agravado pelo afastamento de sua filha Ellie, após assumir uma relação homoafetiva. A dor de Charlie é palpável, manifestando-se não apenas em sua aparência física, mas também em seus olhos e voz. Ao seu lado, está Liz (Hong Chau), uma enfermeira e amiga leal que busca proporcionar conforto sem julgamentos ou clichês (Bernardo, 2023; Vaccar, 2023).

Para os familiarizados com a filmografia de Aronofsky, é evidente que o diretor frequentemente explora os extremos do comportamento humano. A adaptação de "A Baleia" não é exceção, mergulhando profundamente nas complexidades das emoções e escolhas de seus personagens (Coletti, 2023).

A seleção do filme para este estudo foi criteriosa, envolvendo a elaboração de uma ficha técnica detalhada e múltiplas exibições para uma análise minuciosa. Desde antes de seu lançamento oficial, "A Baleia" gerou debates e polêmicas, especialmente após sua exibição em festivais internacionais. Brendan Fraser, em diversas entrevistas, defendeu o filme e as escolhas criativas de Aronofsky, ressaltando a profundidade e a humanidade presentes na narrativa.

O quadro 1 apresenta dados relevantes do filme: A Baleia.

Quadro 1 - Ficha técnica do filme A BALEIA.

| FICHA TÉCNICA DO FILME | |
|------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| Nome do filme | The Whale |
| Título em português | A Baleia |
| Exibido pela primeira vez em | Dezembro de 2022 |
| Direção | Darren Aronofsky |
| Elenco principal | Brendan Fraser, Sadie Sink, Hong Chau, Samantha Morton, Ty Simpkins |
| Gênero | Terror/Drama |
| Nacionalidade | Americana |
| Sinopse | Um homem de meia-idade de 272 kg chamado Charlie tenta se reconectar com sua filha de 17 |



O IMPACTO DA ALIMENTAÇÃO NO TRANSTORNO DA COMPULSÃO ALIMENTAR: UMA ANÁLISE A PARTIR DE UMA DILIGÊNCIA SOBRE O FILME "A BALEIA"

Abreu et. al.

| | |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | anos. Os dois se separaram depois que Charlie abandonou sua família por seu amante gay, que mais tarde morreu. Charlie então passou a comer compulsivamente de dor e culpa. |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Fonte: Elaborado pelas autoras, 2025.

"A Baleia" narra a comovente história de Charlie (Brendan Fraser), um professor de inglês recluso que enfrenta a obesidade severa e os traumas de seu passado. Consciente da deterioração de sua saúde e confrontado com sua própria mortalidade, Charlie busca uma última chance de redenção ao tentar se reconectar com sua filha adolescente, Ellie (Sadie Sink), antes que seja demasiado tarde (Bernardo, 2023; Vaccar, 2023).

No caso do personagem, a obesidade se instalou quando ele sofre o trauma da perda de um grande amor. Qualquer crise vital – divórcio, perda de emprego, morte de alguém querido – pode desencadear transtornos mentais, como a depressão, que podem levar a quadros de compulsão alimentar. De acordo com dados do *National Institute of Mental Health* (NIMH, 2025), um em cada cinco adultos experimenta algum transtorno mental durante a vida (Freitas et al., 2023).

Os quadros abaixo (Quadro 2 e 3) apresentam os momentos da trama, em que, questões referentes ao corpo e ao comportamento alimentar do personagem eclodem.

Quadro 2 - Trechos do filme A BALEIA – Obesidade Grau III

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| Cena 1: da aula <i>online</i> | Imagens meramente ilustrativas |
| Charlie vive praticamente confinado em casa. Recluso, dá aula <i>online</i> de redação para alunos do Ensino Médio, mas nunca liga a câmera. Quando alguém reclama, dá sempre a mesma desculpa: está com defeito. |  |
| Cena 2: do entregador de pizza | |



O IMPACTO DA ALIMENTAÇÃO NO TRANSTORNO DA COMPULSÃO ALIMENTAR: UMA ANÁLISE A PARTIR DE UMA DILIGÊNCIA SOBRE O FILME “A BALEIA”

Abreu et. al.

Todas as noites, Charlie pede uma pizza gigante. E, todas as noites, o entregador cumpre o mesmo ritual: deixa a pizza em uma cadeira da varanda e pega o dinheiro na caixa do correio. Quando o protagonista abre a porta para pegar sua “encomenda” depois de alguns minutos, o entregador já foi embora.

Em uma cena, ao abrir a porta para pegar a pizza, o entregador ainda estava lá. E não conseguiu disfarçar sua aversão ao se deparar com a aparência de seu cliente. “Meu Deus!”, foi tudo o que ele conseguiu dizer.



Cena 3: da soneca durante refeição

Ellie (Sadie Sink), filha de Charlie, demonstra um aparente gesto de cuidado ao preparar um lanche com peito de peru para o pai. No entanto, em uma cena posterior, Charlie é mostrado dormindo sem ter finalizado a refeição, e Ellie revela a Thomas (Ty Simpkins), um missionário de uma vertente cristã, que adicionou sonífero ao lanche de seu pai. Esse ato evidencia a relação conturbada entre os dois, marcada por ressentimentos e falta de empatia por parte de Ellie em relação à condição debilitante de Charlie, reforçando a complexidade emocional e os conflitos familiares presentes no enredo.



Cena 4: da pesquisa sobre condições patológicas

Durante uma pesquisa sobre sua condição patológica, Charlie acessa o computador para buscar informações sobre insuficiência cardíaca, uma complicação associada à obesidade grau III. Enquanto realiza a pesquisa, ele automaticamente abre uma gaveta ao lado e pega um chocolate, mas logo reflete sobre sua ação e decide guardá-lo. Em seguida, investiga os riscos da hipertensão arterial, mencionada anteriormente por Liz após uma medição. Ao se deparar com um alerta do site recomendando contato imediato com a emergência, Charlie demonstra preocupação, mas, em um ato de compulsão alimentar, não apenas retoma o chocolate que havia guardado, como também pega um pacote inteiro para consumir. Após esse episódio, evidencia frustração consigo





O IMPACTO DA ALIMENTAÇÃO NO TRANSTORNO DA COMPULSÃO ALIMENTAR: UMA ANÁLISE A PARTIR DE UMA DILIGÊNCIA SOBRE O FILME “A BALEIA”

Abreu et. al.

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------|--|
| mesmo e, numa tentativa de controle, decide guardar o que restou do alimento. | |
|-------------------------------------------------------------------------------|--|

Fonte: Elaborado pelas autoras, 2025.

A obesidade mórbida (Grau III) pode, de fato, causar constrangimento e retraimento social nos pacientes, conforme evidenciado na literatura. Estudos indicam que indivíduos com obesidade mórbida frequentemente enfrentam estigmatização e discriminação, o que pode levar a preocupações com a imagem corporal, baixa autoestima, ansiedade e depressão. Esses fatores psicológicos podem contribuir para comportamentos rígidos, como evitar situações sociais, e para comportamentos compensatórios e autodestrutivos, como desistir de dietas e regimes de atividade física (Megías et al., 2018).

A obesidade severa também está ligada a um padrão de síndrome de retraimento social, caracterizado por baixa confiança emocional em pessoas próximas, baixa divulgação de informações pessoais e alta solidão. Esses fatores podem contribuir para o isolamento social e a relutância em buscar ajuda para problemas de saúde e psicossociais (Rotenberg et al., 2017).

Portanto, a obesidade mórbida está claramente associada a constrangimento e retraimento social, devido a uma combinação de fatores psicológicos e sociais que afetam negativamente a qualidade de vida dos pacientes (Pratt et al., 2018), o que ficou explícito na cena da aula *online* (Quadro 2).

A cena do entregador de pizza (Quadro 2) é um exemplo claro, que a obesidade mórbida frequentemente leva indivíduos a enfrentarem estigma e discriminação em diversas esferas sociais. No Brasil, uma pesquisa realizada pela Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica (ABESO; SBEM, 2022) revelou que 85% das pessoas com obesidade já sofreram algum tipo de preconceito relacionado ao peso, hoje tratado como gordofobia. Os ambientes mais citados incluem o familiar (72%), lojas e comércios (65,5%), consultórios médicos (60,4%) e locais de trabalho (50,7%).

A cena em que Ellie, filha de Charlie, adiciona sonífero ao sanduíche que lhe oferece, induzindo-o ao sono (Quadro 2), evidencia uma complexa dinâmica familiar marcada por ressentimento e falta de empatia. Essa ação reflete a profunda mágoa de Ellie em relação ao pai, a quem culpa por tê-la abandonado na infância para viver um relacionamento com outro homem. O comportamento de Ellie pode ser interpretado como uma tentativa de expressar



O IMPACTO DA ALIMENTAÇÃO NO TRANSTORNO DA COMPULSÃO ALIMENTAR: UMA ANÁLISE A PARTIR DE UMA DILIGÊNCIA SOBRE O FILME “A BALEIA”

Abreu et. al.

sua dor e ressentimento, destacando a complexidade das emoções envolvidas em relações afetadas por traumas passados (Brenner, 2023), confirmando também a falta de empatia, inclusive de familiares, às condições patológicas dessas pessoas (ABESO; SBEM, 2022).

Esse estigma social está frequentemente associado a julgamentos morais equivocados sobre a obesidade. A Sociedade Brasileira de Cirurgia Bariátrica e Metabólica (SBCBM) enfatiza que a obesidade é uma doença crônica influenciada por fatores biológicos, metabólicos e genéticos, e não uma simples questão de falta de disciplina ou responsabilidade pessoal. Portanto, indivíduos com obesidade merecem respeito e acolhimento, e o estigma associado ao peso deve ser combatido com informação (Bernardes et al., 2023).

A discriminação pode ter impactos significativos no bem-estar psicológico dos indivíduos. Estudos indicam que pessoas obesas são frequentemente alvo de piadas, recebem piores avaliações acadêmicas e enfrentam dificuldades no mercado de trabalho, como promoções negadas ou salários mais baixos. Além disso, atitudes preconceituosas por parte de profissionais de saúde podem dificultar o acesso a tratamentos adequados (Medeiros; Possas; Valadão Júnior, 2018).

É fundamental reconhecer que a obesidade não é uma escolha e que os indivíduos que vivem com essa condição precisam ser tratados com dignidade e respeito. Combater o estigma e a discriminação associados à obesidade é essencial para promover uma sociedade mais inclusiva e para garantir que todos tenham acesso a oportunidades e cuidados de saúde adequados (Rotenberg et al., 2017).

Na cena da pesquisa sobre condições patológicas, Charlie aparenta se preocupar com seu coração (Quadro 2). E, de fato, a obesidade grau III, também conhecida como obesidade mórbida, é uma condição caracterizada por um Índice de Massa Corporal (IMC) igual ou superior a 40 kg/m². Essa condição está fortemente associada ao desenvolvimento de insuficiência cardíaca (IC), uma síndrome complexa na qual o coração é incapaz de bombear sangue de forma eficaz para atender às necessidades metabólicas do organismo (Comitê coordenador da diretriz de insuficiência cardíaca, 2018).

Os mecanismos de desenvolvimento da Insuficiência Cardíaca na Obesidade Grau III ocorrem pelo excesso de tecido adiposo que impõe uma carga adicional ao coração, resultando em diversas adaptações e consequências, como sobrecarga volêmica e pressórica



O IMPACTO DA ALIMENTAÇÃO NO TRANSTORNO DA COMPULSÃO ALIMENTAR: UMA ANÁLISE A PARTIR DE UMA DILIGÊNCIA SOBRE O FILME “A BALEIA”

Abreu et. al.

– o aumento da massa corporal exige um maior débito cardíaco para suprir as necessidades metabólicas, levando a uma sobrecarga hemodinâmica crônica. Essa condição pode culminar em hipertrofia ventricular esquerda e, eventualmente, em insuficiência cardíaca; alterações estruturais e funcionais do miocárdio – a obesidade está associada a mudanças no ventrículo esquerdo, incluindo hipertrofia e remodelamento, que podem preceder o desenvolvimento de insuficiência cardíaca com fração de ejeção preservada; inflamação sistêmica e estresse oxidativo – o tecido adiposo excessivo promove um estado inflamatório crônico e aumento do estresse oxidativo, fatores que contribuem para a disfunção endotelial e comprometimento da função cardíaca (Harrington, 2024).

Quadro 3 - Trechos do filme A BALEIA – Compulsão alimentar

| Cena 5: do engasgamento | Imagens meramente ilustrativas |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>De tanto comer e comer numa velocidade acelerada, o professor Charlie chega a se engasgar. “Por que você não mastiga como todo mundo?”, Liz dá uma bronca. Liz (Hong Chau), sua melhor amiga e cunhada é, uma enfermeira que, nas horas vagas, cuida dele. Checa sua pressão arterial, lhe dá alguns remédios e insiste para ele procurar um médico ou chamar uma ambulância o quanto antes. Ele se recusa. Diz que não tem dinheiro ou seguro-saúde.</p> |  |
| Cena 6: da discussão sobre herança | |
| <p>Liz leva Mary (Samantha Morton), mãe de Ellie, para buscar a filha, com o intuito de afastá-la de Charlie, dado o relacionamento conturbado entre pai e filha. No entanto, durante a conversa, Mary questiona sobre a herança que Charlie deixará para Ellie. Liz, inicialmente, rebate afirmando que Charlie não possui dinheiro, mas logo percebe que, na realidade, ele destinou todo o seu salário como professor para Ellie, negligenciando suas próprias necessidades, deixando sua grande amiga Liz frustrada, já que Ellie e Mary nunca fizeram questão de realmente ajudá-lo nessa fase. Refletindo na decisão de Charlie de não procurar um tratamento para sua condição.</p> |  |



O IMPACTO DA ALIMENTAÇÃO NO TRANSTORNO DA COMPULSÃO ALIMENTAR: UMA ANÁLISE A PARTIR DE UMA DILIGÊNCIA SOBRE O FILME "A BALEIA"

Abreu et. al.

| | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Cena 7: de frustração para o Charlie</p> | |
| <p>Após um desentendimento com sua amiga Liz, Charlie tenta acalmá-la em relação à sua decisão de não procurar atendimento hospitalar, apesar de sua pressão arterial estar em um nível crítico (23 por 13). Sua recusa se deve, em grande parte, aos custos financeiros associados ao tratamento de sua condição. Mesmo após amenizar a tensão com Liz, Charlie, de maneira hesitante e envergonhada, solicita "por favor" para consumir o frango empanado. Inicialmente, Liz ignora o pedido, mas, diante de sua insistência, levanta-se para buscar a refeição. A cena evidencia, por meio da expressão facial de Charlie, um misto de alívio, culpa e frustração.</p> |  |
| <p>Cena 8: dos dois pedaços de pizza</p> | |
| <p>Quando a depressão de Charlie se acentua, pela perda dramática de Alan, seu companheiro, a compulsão alimentar fica exacerbada e o professor consome dois pedaços de pizza, um por cima do outro, de uma só vez. Ainda na mesma cena, Charlie demonstra um comportamento alimentar desordenado ao combinar diferentes alimentos de forma impulsiva, consumindo pão, geleia, salgadinhos industrializados e pizza simultaneamente.</p> |  |

Fonte: Elaborado pelas autoras, 2025.

O Transtorno da Compulsão Alimentar (TCA) é caracterizado por episódios recorrentes de ingestão de grandes quantidades de alimentos em um curto período, acompanhada pela sensação de perda de controle sobre o ato de comer (MSD Manual, 2022).

Indivíduos com TCA frequentemente consomem alimentos ricos em calorias e pobres em nutrientes, como doces, *fast foods* e produtos industrializados. Essa escolha alimentar pode estar relacionada à busca por conforto emocional ou alívio de sentimentos negativos. Estudos indicam que o uso de aplicativos de entrega de comida pode facilitar o acesso a esses



O IMPACTO DA ALIMENTAÇÃO NO TRANSTORNO DA COMPULSÃO ALIMENTAR: UMA ANÁLISE A PARTIR DE UMA DILIGÊNCIA SOBRE O FILME “A BALEIA”

Abreu *et. al.*

alimentos hiper palatáveis, aumentando o risco de consumo excessivo (Gomes; Goulart; Feijoo, 2024).

A prevalência do TCA é significativa entre indivíduos com excesso de peso. Um estudo realizado em Curitiba, Paraná, encontrou uma alta prevalência de compulsão alimentar em indivíduos com sobrepeso atendidos na Atenção Primária à Saúde, especialmente entre mulheres (Klobukoski; Höfelmann, 2017).

O comportamento alimentar impulsivo é uma característica marcante do TCA. Indivíduos afetados podem consumir grandes quantidades de alimentos mesmo sem fome física, comer rapidamente e continuar comendo até sentirem desconforto. Esses episódios frequentemente ocorrem em segredo, devido a sentimentos de vergonha ou culpa associados (Ratković *et al.*, 2023), o que se pode constatar em ambas as cenas, do engasgo e dos pedaços de pizza sobrepostos (Quadro 3). Na cena de frustração para o Charlie (Quadro 3), após um desentendimento com sua amiga Liz, seu ato de se alimentar não parece motivado pela fome em si, mas sim impulsionado por um processo emocional intenso, refletindo sua relação complexa com a comida.

O tratamento do TCA geralmente envolve uma abordagem multidisciplinar, incluindo terapia cognitivo-comportamental, aconselhamento nutricional e, em alguns casos, medicação. A identificação precoce e a intervenção adequada são essenciais para prevenir complicações associadas ao transtorno, como obesidade e doenças metabólicas (MSD Manual, 2022).

Em resumo, o consumo alimentar em indivíduos com compulsão alimentar é caracterizado por episódios de ingestão excessiva de alimentos, muitas vezes de baixa qualidade nutricional, influenciados por fatores emocionais e contextuais. Compreender esses padrões é fundamental para desenvolver estratégias eficazes de prevenção e tratamento do TCA (Giel *et al.*, 2022).

A cena da discussão sobre herança (Quadro 3) traz à tona o real motivo de Charlie nunca ter procurado um tratamento para sua condição. A falta de recursos financeiros se justifica por ele destinar o seu salário de professor para a filha. A preocupação de Liz se justifica, pois, a obesidade grau III é um fator de risco significativo para o desenvolvimento e piora da insuficiência cardíaca. A compreensão dos mecanismos envolvidos e a



O IMPACTO DA ALIMENTAÇÃO NO TRANSTORNO DA COMPULSÃO ALIMENTAR: UMA ANÁLISE A PARTIR DE UMA DILIGÊNCIA SOBRE O FILME "A BALEIA"

Abreu et. al.

implementação de abordagens terapêuticas personalizadas são essenciais para melhorar os desfechos clínicos desses pacientes (Harrington, 2024).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A trajetória de Charlie ilustra como a compulsão alimentar pode servir como uma manifestação psicossomática de dores emocionais profundas. Essa compulsão, embora evidente em seu impacto físico, compartilha raízes com outras formas de adição, como ao álcool, drogas ou jogos de azar, que também funcionam como mecanismos de enfrentamento para angústias psíquicas. No caso de Charlie, a compulsão alimentar é visível e inegável, enquanto outras dependências podem permanecer ocultas por serem menos perceptíveis ou mais socialmente aceitas.

Atualmente, os padrões estéticos e a busca por um estilo de vida "saudável" são amplamente promovidos, muitas vezes de maneira impositiva. Nesse contexto, a representação de um personagem com obesidade mórbida, como Charlie, destaca de forma marcante as complexidades das adições e os desafios enfrentados por aqueles que não se encaixam nos moldes sociais vigentes.

Os transtornos alimentares apresentam particularidades que os tornam especialmente desafiadores no tratamento. Diferentemente de outras dependências, como o alcoolismo, onde a abstinência completa é uma opção viável, a alimentação é uma necessidade diária e inevitável. Portanto, o foco terapêutico recai sobre a reeducação alimentar e o desenvolvimento de uma relação saudável com a comida. Contudo, em uma sociedade que constantemente impõe dietas restritivas e idealiza corpos atléticos, muitas vezes promovidos em redes sociais, torna-se cada vez mais raro encontrar indivíduos que se alimentam de maneira intuitiva e respeitosa com as necessidades do próprio corpo.

O ambiente que cerca Charlie reflete sua luta interna: escuro, claustrofóbico e opressor, simbolizando uma alma aprisionada em um corpo debilitado e praticamente imóvel devido ao excesso de peso. As consequências físicas de sua compulsão alimentar são evidentes, incluindo hipertensão arterial e insuficiência cardíaca. Embora existam movimentos que combatam a gordofobia e promovam a aceitação corporal, é inegável que a obesidade representa um fator de risco significativo para a saúde e constitui uma preocupação relevante de saúde pública.



O IMPACTO DA ALIMENTAÇÃO NO TRANSTORNO DA COMPULSÃO ALIMENTAR: UMA ANÁLISE A PARTIR DE UMA DILIGÊNCIA SOBRE O FILME “A BALEIA”

Abreu et. al.

É crucial abordar a obesidade não apenas sob a ótica estética, mas compreendê-la como uma condição multifacetada que envolve aspectos biológicos, psicológicos e sociais. Somente através de uma abordagem empática e integrativa será possível oferecer suporte efetivo a indivíduos como Charlie, auxiliando-os na busca por bem-estar físico e emocional.

REFERÊNCIAS

ABESO – Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica; SBEM – Sociedade Brasileira de Metabologia e Endocrinologia. *Obesidade e Gordofobia: Percepções 2022 – Pesquisa Dia Mundial da Obesidade. São Paulo, 2022.* Disponível em: <<https://abeso.org.br/pesquisa-gordofobia/>>. Acesso em: 31 mar. 2025.

BARBOSA, L. R. Integração da tecnologia ea literatura na formação humanística em saúde: efeitos dos textos na humanização do cuidado. *ARACÊ*, v. 6, n. 3, p. 5614, 2024.

BERNARDES, J. et al. Obesidade como fator de risco para outras enfermidades: uma revisão de escopo. In: *CICURV-Congresso de Iniciação Científica da Universidade de Rio Verde.* 2023.

BERNARDO, A. “A Baleia”: um filme sobre a obesidade e o comer como válvula de escape. *Veja saúde.* 2023. Disponível em: <<https://saude.abril.com.br/coluna/saude-e-pop/a-baleia-um-filme-sobre-a-obesidade/>>. Acesso em: 08 mai. 2025.

BRAY, B. et al. Binge eating disorder is a social justice issue: a cross-sectional mixed-methods study of binge eating disorder Experts’ opinions. *International journal of environmental research and public health*, v. 19, n. 10, p. 6243, 2022.

BRENNER L. A Psychoanalysis of The Whale. *Sublation Media.* 2023. Disponível em: <<https://sublationmedia.com/a-psychoanalysis-of-the-whale/>>. Acesso em: 03 abr. 2025.

COLETTI, C. Inautêntico, maniqueísta e nojento, A Baleia é tudo que seu protagonista não é. *Omelete company.* 2023. Disponível em: <<https://www.omelete.com.br/filmes/criticas/a-baleia>>. Acesso em: 02 abr. 2025.

COMITÊ COORDENADOR DA DIRETRIZ DE INSUFICIÊNCIA CARDÍACA. Diretriz brasileira de insuficiência cardíaca crônica e aguda. *Arquivos Brasileiros de Cardiologia*, v. 111, n. 3, p. 436-539, 2018.

DE OLIVEIRA FERRARINI, N. et al. Alternativas terapêuticas farmacológicas para transtorno da compulsão alimentar: uma revisão sistemática. *Debates em Psiquiatria*, v. 13, p. 1-15, 2023.

DE SOUSA BAOBÁ, V. D. et al. Transtorno da compulsão alimentar: alternativas terapêuticas. *Journal of Medical and Biosciences Research*, v. 1, n. 3, p. 1133-1141, 2024.

DEMANGEAT, T. et al. Gut Microbiota Regulates Food Intake in a Rodent Model of Intermittent Limited Access to Palatable Food. *International Journal of Eating Disorders*, v. 58, n. 2, p. 459-465, 2025.



O IMPACTO DA ALIMENTAÇÃO NO TRANSTORNO DA COMPULSÃO ALIMENTAR: UMA ANÁLISE A PARTIR DE UMA DILIGÊNCIA SOBRE O FILME “A BALEIA”

Abreu et. al.

FREITAS, I. A. et al. O Impacto dos Transtornos Alimentares em Mulheres Adultas. *RUNA*, 2023. Disponível em: < <https://repositorio.animaeducacao.com.br/items/ed6bc4e1-720f-4ca9-bc7d-a92780986562>>. Acesso em: 09 mai. 2025.

GIEL, K. E. et al. Binge eating disorder. *Nature reviews disease primers*, v. 8, n. 1, p. 16, 2022.

GOMES, M. C. F.; GOULART, S. M. S.; FEIJOO, A. M. L. C. Compulsão Alimentar na Contemporaneidade: Reflexão Fenomenológico-Hermenêutica. *Rev. NUFEN*, Belém , v. 16, e253436, 2024. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2175-25912024000100408&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 01 abr. 2025. Epub 22-Nov-2024.

GONZALEZ-MORENO, M., et al. Digital technologies to provide humanization in the education of the healthcare workforce: A systematic review. *Technologies*, v. 11, n. 4, p. 88, 2023.

GUO, W.; XIONG, W. From gut microbiota to brain: implications on binge eating disorders. *Gut Microbes*, v. 16, n. 1, p. 2357177, 2024.

HARRINGTON, J. et al. Managing obesity in heart failure: a chance to tip the scales?. *Heart Failure*, v. 12, n. 1, p. 28-34, 2024.

JACKA, F. N. et al. A randomised controlled trial of dietary improvement for adults with major depression (the ‘SMILES’ trial). *BMC medicine*, v. 15, p. 1-13, 2017.

KLOBUKOSKI, C.; HÖFELMANN, D. A. Compulsão alimentar em indivíduos com excesso de peso na Atenção Primária à Saúde: prevalência e fatores associados. *Cadernos Saúde Coletiva*, v. 25, n. 4, p. 443-452, 2017.

KOBER, H.; BOSWELL, R. G. Potential psychological & neural mechanisms in binge eating disorder: Implications for treatment. *Clinical psychology review*, v. 60, p. 32-44, 2018.

MEDEIROS, C. R. O.; POSSAS, M. C.; VALADÃO JÚNIOR, V. M. Obesidade e organizações: uma agenda de pesquisa. *REAd. Revista Eletrônica de Administração (Porto Alegre)*, v. 24, p. 61-84, 2018.

MEGÍAS, A. et al. The impact of living with morbid obesity on psychological need frustration: A study with bariatric patients. *Stress and Health*, v. 34, n. 4, p. 509-522, 2018.

MELVILLE, H. *Moby Dick*. Tradução de Irene Hirsch e Alexandre Barbosa de Souza. São Paulo: Cosac Naify, 2008.

MOZZATO, A. R.; GRZYBOVSKI, D. Análise de conteúdo como técnica de análise de dados qualitativos no campo da administração: potencial e desafios. *Rev. adm. contemp.*, Curitiba, v. 15, n. 4, p. 731-747, Aug. 2011. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-



O IMPACTO DA ALIMENTAÇÃO NO TRANSTORNO DA COMPULSÃO ALIMENTAR: UMA ANÁLISE A PARTIR DE UMA DILIGÊNCIA SOBRE O FILME “A BALEIA”

Abreu et. al.

65552011000400010&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 05 Sept. 2024.
<http://dx.doi.org/10.1590/S1415-65552011000400010>.

MSD MANUAL; ATTIA, E.; WALSH, B. T. *Transtorno de compulsão alimentar (TCA)*. 2022.

NIMH - NATIONAL INSTITUTE OF MENTAL HEALTH. Mental Health Information. Disponível em: <<https://www.nimh.nih.gov/health/statistics/index.shtml>> Acesso em 01 abr. 2025

PARLETTA, N. et al. A Mediterranean-style dietary intervention supplemented with fish oil improves diet quality and mental health in people with depression: A randomized controlled trial (HELFI-MED). *Nutritional neuroscience*, v. 22, n. 7, p. 474-487, 2019.

PICANÇO, T. S. C., et al. O cinema como recurso educacional no ensino de atitudes humanísticas a estudantes de medicina. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 43, p. 57-68, 2020.

PRATT, J. S. A et al. ASMBS pediatric metabolic and bariatric surgery guidelines, 2018. *Surgery for Obesity and Related Diseases*, v. 14, n. 7, p. 882-901, 2018.

RATKOVIĆ, D. et al. Comparison of binge-eating disorder and food addiction. *Journal of International Medical Research*, v. 51, n. 4, p. 03000605231171016, 2023.

ROSSI, L. C.; RIBEIRO, L. R. L.; JORGE, A. C. Antidepressivos no tratamento de curto prazo do transtorno da compulsão alimentar periódica: revisão sistemática. *Journal Archives of Health*, v. 5, n. 3, p. e2230-e2230, 2024.

ROTENBERG, K. J. et al. Obesity and the social withdrawal syndrome. *Eating behaviors*, v. 26, p. 167-170, 2017.

SOBRINHO, A. R.; SILVA, P. O.; PUCCI, S. H. M. Técnicas da terapia cognitivo comportamental aplicada para o tratamento do transtorno de compulsão alimentar: Revisão nacional. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, v. 10, n. 7, p. 172-183, 2024.

VACCAR, B. A Baleia: o polêmico filme que pode dar o Oscar a Brendan Fraser. *Tecmundo*. 2023. Disponível em: <<https://www.tecmundo.com.br/minha-serie/261252-baleia-polemico-filme-dar-o-oscar-brendan-fraser.htm?ab=true&>>. Acesso em: 02 abr. 2025.

WOLTER, T. C. R.; MOURA, I. S. Causas e efeitos da compulsão alimentar na saúde da mulher na fase adulta. *Ciências da Saúde*, v. 27, n. 121, Abr. 2023. Disponível em: <<https://revistaft.com.br/causas-e-efeitos-da-compulsao-alimentar-na-saude-da-mulher-na-fase-adulta/>>. Acesso em: 09 mai. 2025.