



## TRANSTORNOS ALIMENTARES

Ana Luiza Froner de Godoy<sup>1</sup>  
Giovan Dutra Prado<sup>2</sup>  
Grasielle Debesaitis Cavalheiro<sup>3</sup>  
Julia da Silva dos Reis<sup>4</sup>  
Vinicius Lazzari de Lima<sup>5</sup>

**Instituição:** Escola Técnica Estadual 25 de Julho

**Modalidade:** Relato de Pesquisa

**Eixo Temático:** Vida, Saúde e suas Tecnologias

### Introdução

O transtorno alimentar retrata o total descompasso ao ingerir alimentos ou, então, a perturbação psicológica de não comer. Trata-se de uma condição que é consideravelmente grave e que causa impacto na saúde de quem sofre da doença.

Comer grandes quantidades de alimento quando não se sente fisicamente com fome. Comer sozinho por vergonha. Sentir-se nauseado, deprimido ou culpado depois de comer excessivamente pode ser comportamento de quem possui transtornos alimentares.

Esses transtornos têm se tornado cada vez mais comuns em nossa sociedade, especialmente entre adolescentes e jovens adultos. De acordo com a Associação Brasileira de Psiquiatria, estima-se que mais de 70 milhões de pessoas no mundo sejam afetadas por algum transtorno alimentar, incluindo anorexia, bulimia, compulsão alimentar e outros.

Entre as consequências dos transtornos alimentares estão a obesidade, a desnutrição e, em casos graves, o óbito. São várias as razões sociais, psicológicas e biológicas que levam alguém a desenvolver comportamentos alimentares disfuncionais.

A abordagem dos transtornos alimentares exige um cuidado especial e uma equipe multidisciplinar, que inclui médicos, psicólogos, nutricionistas e terapeutas. Além disso, é necessário adotar uma metodologia eficaz para o tratamento desses transtornos, que envolve desde a detecção precoce até a prevenção de recaídas

<sup>1</sup> Estudante do ensino médio, ana-lfdgodoy@educar.rs.gov.br.

<sup>2</sup> Estudante do ensino médio, giovan-ddprado@educar.rs.gov.br.

<sup>3</sup> Estudante do ensino médio, grasielle-dcavalheiro@educar.rs.gov.br.

<sup>4</sup> Estudante do ensino médio, julia-dsdreis@educar.rs.gov.br.

<sup>5</sup> Estudante do ensino médio, vinicius-ldlima@educar.rs.gov.br

## Caminho Metodológico

O trabalho tem como objetivo compreender melhor sobre esses transtornos alimentares e propor estratégias para a prevenção e tratamento desses. Serão abordados aspectos como a etiologia dos transtornos alimentares, os sinais e sintomas, as abordagens terapêuticas e os desafios enfrentados no tratamento.

O desenvolvimento do trabalho será a partir de leituras em sites, artigos científicos e vídeos sobre o assunto, incluindo documentários e podcasts de profissionais e pesquisadores da área.

## Resultados e discussões

Transtornos alimentares representam um conjunto complexo de condições psicológicas que afetam a relação de indivíduos com a alimentação e a imagem corporal. De acordo com a Associação Brasileira de Psiquiatria, estima-se que mais de 70 milhões de pessoas no mundo sejam afetadas por algum transtorno alimentar, incluindo anorexia, bulimia, compulsão alimentar e outros.

A Anorexia Nervosa faz com quem sofre desse transtorno normalmente tenha um medo obsessivo de ganhar peso, recusa em manter um peso corporal saudável e uma percepção irreal da imagem corporal. Muitas pessoas com anorexia nervosa limitam fortemente a quantidade de comida que consomem e se consideram com sobrepeso, mesmo quando estão claramente abaixo do peso. A anorexia pode ter efeitos prejudiciais à saúde, como danos cerebrais, insuficiência de múltiplos órgãos, perda óssea, dificuldades cardíacas e infertilidade. O risco de morte é maior em indivíduos com essa doença.

Já a Bulimia é caracterizada por compulsão alimentar repetida, seguida por comportamentos que compensam os excessos, como vômitos forçados, exercícios excessivos ou uso frequente de laxantes ou diuréticos. Homens e mulheres que sofrem de Bulimia podem temer o ganho de peso e sentem-se gravemente infelizes com o tamanho e a forma do corpo. O ciclo de compulsão alimentar e purgação é, tipicamente, realizado em segredo, criando sentimentos de vergonha, culpa e falta de controle. A Bulimia pode ter efeitos prejudiciais, como problemas gastrointestinais, desidratação grave e dificuldades cardíacas resultantes de um desequilíbrio eletrolítico.

E o Transtorno de Compulsão Alimentar Periódica faz com que os indivíduos frequentemente percam o controle sobre sua alimentação. Diferentemente da Bulimia nervosa, no entanto, episódios de compulsão alimentar não são seguidos por comportamentos compensatórios, como purgação, jejum ou exercícios excessivos. Por causa disso, muitas pessoas que sofrem desta condição podem ser obesas e com maior risco

de desenvolver outras condições, como doenças cardiovasculares. Homens e mulheres que lutam contra esse distúrbio também podem experimentar sentimentos intensos de culpa, angústia e constrangimento relacionados à compulsão alimentar, o que poderia influenciar a progressão do distúrbio alimentar.

São várias as razões sociais, psicológicas e biológicas que levam alguém a desenvolver comportamentos alimentares disfuncionais, os mais comuns são a mídia e os padrões socioculturais de beleza que desempenham um papel crucial na criação de ideais inatingíveis de corpo, traumas de infância, como abusos sofridos no passado, restrição alimentar provocada por dificuldades financeiras ou excesso de comida imposto pelos pais.

A ação da serotonina no cérebro também é uma das causas dos transtornos alimentares. Esse neurotransmissor pode impactar o humor, o apetite e os impulsos das pessoas, tendo uma ligação direta com a fome, a saciedade e a sensação de prazer ao comer. “A comida não é o inimigo. A culpa e o medo alimentam os transtornos alimentares, não os alimentos em si”. (KOENIG, 2007).

O tratamento de um transtorno alimentar geralmente inclui uma abordagem em equipe. A equipe geralmente inclui prestadores de cuidados primários, profissionais de saúde mental e nutricionistas – todos com experiência em transtornos alimentares.

O tratamento depende do seu tipo específico de transtorno alimentar. Mas, geralmente inclui educação nutricional, psicoterapia e medicamentos. Se sua vida está em risco, você pode precisar de hospitalização imediata.

Algumas clínicas são especializadas no tratamento de pessoas com transtornos alimentares. Alguns podem oferecer programas diurnos, em vez de hospitalização completa. Programas especializados de transtornos alimentares podem oferecer um tratamento mais intensivo por longos períodos de tempo.

As possibilidades de internação para os portadores de transtorno alimentar são:

- **Internação voluntária - com consentimento paciente:** Se o paciente está ciente de sua situação e dos problemas com os quais convive, além de sofrer pelos sintomas da depressão, capazes de impactar vida, autoestima, trabalho e, principalmente, relacionamentos, a internação voluntária a ajuda a estar em contato com uma equipe multidisciplinar apta a zelar por seu tratamento e a reabilitá-lo de modo que possa voltar a conviver bem com si mesmo e com aqueles que ama.
- **Internação involuntária e compulsória - contra a vontade do paciente:**
  - a. **Internação involuntária:** de acordo com a lei (10.216/01), o familiar pode solicitar a internação involuntária, desde que o pedido seja feito por escrito e

27 de outubro de 2023 - Unijuí - Campus Ijuí



aceito pelo médico psiquiatra. A lei determina que, nesses casos, os responsáveis técnicos do estabelecimento de saúde têm prazo de 72 horas para informar ao Ministério Público da comarca sobre a internação e seus motivos. O objetivo é evitar a possibilidade de esse tipo de internação ser utilizado para a prática de cárcere privado.

- b. **Internação compulsória:** neste caso não é necessária a autorização familiar. O artigo 9º da lei 10.216/01 estabelece a possibilidade da internação compulsória, sendo esta sempre determinada pelo juiz competente, depois de pedido formal, feito por um médico, atestando que a pessoa não tem domínio sobre a sua condição psicológica e física.

### Conclusão

Em suma, os transtornos alimentares constituem um desafio complexo que afeta a relação das pessoas com a alimentação e a imagem corporal, com impactos significativos na saúde mental e física. A prevalência desses transtornos, especialmente entre jovens e adolescentes, é alarmante e tem sido ampliada pela influência da mídia e dos padrões de beleza inatingíveis.

A compreensão dos fatores subjacentes, incluindo predisposições genéticas, influências ambientais e questões psicossociais, é fundamental para a criação de estratégias de prevenção e tratamento eficazes. A abordagem multidisciplinar, envolvendo médicos, psicólogos, nutricionistas e terapeutas, é essencial para o cuidado desses indivíduos.

Diante da preocupante elevação dos casos, particularmente durante a pandemia, é crucial investir em educação nutricional, psicoterapia e tratamentos medicamentosos para abordar tanto os aspectos físicos quanto emocionais desses transtornos e, assim, melhorar a qualidade de vida daqueles afetados.

### Referências Bibliográficas

"Transtorno Alimentar"; Hospital Santa Mônica. Disponível em : <https://hospitalsantamonica.com.br/saude-mental/transtorno-alimentar/#:~:text=O%20tratamento%20depende%20do%20seu,pode%20precisar%20de%20hospitaliza%C3%A7%C3%A3o%20imediata>. Acesso em 28 de agosto de 2023

CONTENT, Rock. O que é transtorno alimentar? Entenda os sintomas e diagnósticos. Vida saudável, 2022. Disponível em: <https://www.psitto.com.br/blog/transtorno-alimentar-como-identificar/>. Acesso 18 de agosto de 2023

# 7º MoEduCiTec

Mostra Interativa da Produção Estudantil  
em Educação Científica e Tecnológica

1ª Mostra de Extensão Unijuí

O Protagonismo Estudantil em Foco

27 de outubro de 2023 - Unijuí - Campus Ijuí



FROSSARD, Regina Gomes. "O que é Transtorno Alimentar? Saiba como identificar e tratar". Psitto, 2022. Disponível em :<https://vidasaudavel.einstein.br/transtorno-alimentar/>. Acesso em 18 de agosto de 2023

KOENIG, Karen R. The Food and Feelings Workbook. 15.ed. California. Gurze Books. 2007

RANGEL, Aline. "Transtornos Alimentares: Principais causas". Dra. Aline Rangel Psiquiatria, Psicoterapia. Disponível em: <https://apsiquiatra.com.br/transtornos-alimentares-causas/>. Acesso em 28 de agosto de 2023