

Evento: XXVIII Seminário de Iniciação Científica

ODS: 3 - Saúde e Bem-estar

## A SÍNDROME DE PICA NA GRAVIDEZ: ASPECTOS PSICOLÓGICOS E NUTRICIONAIS<sup>1</sup>

### PICA'S SYNDROME IN PREGNANCY: PSYCHOLOGICAL AND NUTRITIONAL ASPECTS

**Amanda Reis dos Santos<sup>2</sup>, Gabrieli Dallabrida<sup>3</sup>, Gabriela Garcia do Nascimento<sup>4</sup>, Joana Patias Goi<sup>5</sup>, Laura Neckel da Cruz<sup>6</sup>, Carolina Baldissera Gross<sup>7</sup>**

<sup>1</sup> Trabalho desenvolvido a partir de Seminário de Pesquisa que compôs a disciplina Psicologia Aplicada à Nutrição

<sup>2</sup> Acadêmica do curso de Nutrição da UNIJUÍ, amanda.s@sou.unijui.edu.br;

<sup>3</sup> Acadêmica do curso de Psicologia da UNIJUÍ, gabrieli.dallabrida@sou.unijui.edu.br;

<sup>4</sup> Acadêmica do curso de Psicologia da UNIJUÍ, gabriela.garcia@sou.unijui.edu.br;

<sup>5</sup> Acadêmica do curso de Psicologia da UNIJUÍ, joana.goi@sou.unijui.edu.br;

<sup>6</sup> Acadêmica do curso de Nutrição da UNIJUÍ, laura.cruz@sou.unijui.edu.br;

<sup>7</sup> Docente do curso de Psicologia da UNIJUÍ, carolina.gross@unijui.edu.br.

### INTRODUÇÃO

A Síndrome de Pica ou Alotriofagia pode ser caracterizada como um transtorno alimentar peculiar, envolvendo a manipulação e ingestão de elementos sem teor nutricional. Apesar da escassez de recursos bibliográficos, a presente escrita visa contemplar os aspectos psicológicos e nutricionais da Síndrome de Pica, visto que este é de ordem multifatorial, tendo como objetivo demonstrar a importância da atuação tanto do psicólogo, quanto do nutricionista no entendimento e posterior tratamento do transtorno.

A síndrome apresentada está associada a momentos ou sentimentos importantes da vida do sujeito, podendo relacionar-se às situações que gerem ansiedade e estresse, como por exemplo a gravidez, a qual traz consigo mudanças, angústias e dúvidas. Além de que, há implicações nutricionais sérias desencadeadas por essas práticas. A partir disso, o tratamento também será abordado, em seus aspectos nutricionais e psíquicos, tendo em vista a complexidade e singularidade de cada caso.

**Palavras-chave:** nutrição, psicologia, síndrome de pica, gravidez, gestação

**Keywords:** nutrition, psychology, pica syndrome, pregnancy, gestation

### METODOLOGIA

O trabalho integrou a disciplina de Psicologia Aplicada a Nutrição, a qual faz parte dos cursos de Nutrição e Psicologia da UNIJUÍ. A pesquisa consistiu em um estudo bibliográfico, descritivo, sendo o levantamento bibliográfico realizado através de sites de pesquisa como Scielo (Scientific Electronic Library Online), PePSIC (Portal de Periódicos Eletrônicos de Psicologia), entre outros. Como critério de seleção, os artigos deveriam abordar aspectos nutricionais e psicológicos relacionados a síndrome de pica na gravidez. Bem como, na falta de estudos de caso, utilizou-se uma produção cinematográfica, mesmo que ficcional, como recurso para construir considerações sobre a síndrome.

Evento: XXVIII Seminário de Iniciação Científica

ODS: 3 - Saúde e Bem-estar

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Síndrome de Pica é uma desordem alimentar que se caracteriza pela ingestão de substâncias inadequadas, de forma persistente, sendo que tais substâncias possuem pequeno ou nenhum valor nutritivo ou, são substâncias comestíveis, porém não na sua forma habitual. “A síndrome é mais frequente e particularmente estudada em mulheres gestantes [...]” (ERDEM, apud, KACHANI, CORDÁS, 2009, p. 166), sendo que a gravidez pode ser um período de estresse e instabilidade para algumas gestantes que, então passam a adotar estratégias não adequadas e pouco resilientes para dar conta da instabilidade emocional que estão vivenciando, dando origem aos transtornos alimentares na gravidez.

Bem como, de acordo com Dunker, Alvarenga e Alves (2009), esses transtornos se associam às mudanças no metabolismo, alterações psicológicas e também nutricionais e acabam gerando efeitos negativos tanto para a mulher quanto para o feto, como a alta prevalência de abortos, o baixo peso ao nascer, complicações obstétricas e a depressão pós-parto (apud CUNHA, 2017).

Dentre as substâncias mais comuns encontradas na síndrome, destaca-se a pagofagia (ingestão de gelo), a geofagia (ingestão de terra ou barro), a amilofagia (ingestão de goma, principalmente a de lavanderia), o consumo de miscelâneas (combinações atípicas) e frutas verdes (SAUNDERS et al., 2009).

Segundo o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-V), os critérios diagnósticos para síndrome de pica são:

A. Ingestão persistente de substâncias não nutritivas, não alimentares, durante um período mínimo de um mês. B. A ingestão de substâncias não nutritivas, não alimentares, é inapropriada ao estágio de desenvolvimento do indivíduo. C. O comportamento alimentar não faz parte de uma prática culturalmente aceita. D. Se o comportamento alimentar ocorrer no contexto de outro transtorno mental (p. ex., deficiência intelectual [transtorno do desenvolvimento intelectual], transtorno do espectro autista, esquizofrenia) ou condição médica (incluindo gestação), é suficientemente grave a ponto de necessitar de atenção clínica adicional (ibidem, 2014, p.329).

## Aspectos Psicológicos

A gravidez é um momento de mudanças e descobertas para a gestante, o qual acaba modificando suas emoções e “[...] esse estado emocional característico da gravidez pode resultar em estresse e afetar o processo de enfrentamento da mulher gestante frente à vulnerabilidade típica desse período” (AYETA et al apud CUNHA et al., 2017, p. 616).

Considerando esse fato, alguns estudos vêm associando a síndrome de pica ao estresse durante a gravidez relacionado a um controle na alimentação da gestante, o qual lhe causaria ansiedade levando a ingestão de alimentos sem valor nutritivo, buscando assim aliviar a tensão que sente (KACHANI, CORDÁS, 2009). Desse modo, a síndrome de pica pode ser uma forma de aceitação, uma tentativa de fugir do estresse, buscando readaptar-se diante das transformações trazidas pela gravidez (SAUNDERS et al., 2009).

Outro fator, então, que se associa a síndrome de pica está relacionado a questão do desejo. Cunha et al. (2017) percebe esse fato ao entrevistar sete gestantes adultas, as quais mediante a pergunta sobre o que as motivava a tal prática, respondiam que buscavam através dela saciar um desejo, mesmo sabendo que não estava de acordo com a dieta que deveriam seguir. As gestantes diziam sentir prazer envolvido na prática da pica, porém tais desejos desapareciam após a gestação.

As cenas do filme *Swallow* (DAVIS, 2019) apresentam uma mulher grávida que descobre estar com

Evento: XXVIII Seminário de Iniciação Científica

ODS: 3 - Saúde e Bem-estar

Síndrome de Pica. A produção é uma ficção, porém exibe características notáveis para um estudo de caso. Hunter, que apresenta a síndrome, se fixa em uma constante ingestão de objetos, principalmente metálicos. Assim que a família descobre, é iniciado seu tratamento, que envolve medicamentos, terapia e mudanças alimentares. Em terapia, a personagem apresenta resistência em falar sobre seu passado, que no decorrer do filme se revela, em partes. O que se destaca, por ora, é a relação com os objetos, que provocam uma sensação de prazer quando estão em sua boca.

Hunter nasceu de um estupro, o que se configura como trauma para ela, apática, rejeitada, como se estivesse buscando uma forma de controle sobre sua própria vida, mas, ao mesmo tempo, uma personagem submetida às relações interpessoais tais como o marido e seus sogros e às circunstâncias. A personagem apresenta sentimento de culpa por ter nascido e o sintoma se desenvolve no consumo de pequenos objetos. O caso ficcional apresentado no filme levanta uma questão muito importante, que é a relação do transtorno com a história da paciente e o impacto psíquico da gravidez.

Logo, é importante salientar que cada mulher irá vivenciar de forma singular as mudanças e emoções de sua gestação, sendo que a síndrome de pica não ocorre em todas as gestantes. Vê-se assim, a necessidade de conhecer a história particular de cada mulher, considerando o contexto onde vive e seu discurso, em conformidade com a gravidez (CUNHA et al., 2017).

### Aspectos nutricionais

Algumas literaturas numa teoria nutricional têm apontado a deficiência de ferro e zinco como um dos fatores que levam a Alotriofagia, em que o organismo de modo vicariante buscaria fontes não alimentares desses nutrientes. A remissão do hábito alimentar bizarro, observado após a suplementação de ferro e zinco, reforçaria a teoria. Porém, a maioria dos autores modernos acredita ser a anemia uma consequência da pica, pois ingerir alimentos estranhos não supre a deficiência de ferro, uma vez que o ferro se encontra pouco biodisponível na maioria das substâncias ingeridas (apud CUNHA, 2017).

Modificações alimentares importantes também são descritas entre as gestantes com diagnóstico de pica. Através da ingestão de nutrientes das mesmas, observa-se a ingestão menor de carboidratos, proteína animal, ferro heme e zinco, quando comparadas a gestantes sem pica. O menor consumo dos nutrientes tradicionalmente inseridos, como zinco e ferro, reforça a importância do diagnóstico pré-natal da pica, a fim de prevenir ou tratar, de maneira precoce, as carências nutricionais específicas e reduzir as complicações decorrentes delas por meio do adequado cuidado nutricional, e também da suplementação apropriada. Nesse sentido, as evidências asseguram que a suplementação de ferro e, conseqüentemente, a correção dos níveis carenciais, associam-se ao desaparecimento da pica (SAUNDERS et al., 2009).

### Tratamento

Pelo fato de ser uma síndrome multifatorial, entende-se que o tratamento desta deve contemplar diferentes áreas, como a psicológica, nutricional, psiquiátrica e social (KACHIANI, CORDÁS; 2009).

Na área psicológica, Gravestock (2000) coloca que a Teoria Cognitivo Comportamental (TCC) tem se mostrado positiva no tratamento à síndrome de pica, auxiliando o paciente a responder de outras formas aos estímulos que lhes chegam decorrentes da ansiedade e estresse, o que permite diminuir e prevenir os rituais que levam a prática de picamalácia (apud KACHIANI, CORDÁS, 2009).

O tratamento nutricional deve ser focado na redução de danos no organismo. O nutricionista deve orientar o paciente, ensinando novas formas de reduzir sintomas indesejáveis da gravidez, de

**Evento:** XXVIII Seminário de Iniciação Científica

**ODS:** 3 - Saúde e Bem-estar

prevenir e curar a anemia ferropriva orientando a suplementação dos micronutrientes relacionados a pica. As consequências devem ser devidamente explicadas já que afetam tanto o feto quanto a mulher (apud KACHANI, CORDÁS, 2009).

Existem alguns obstáculos que dificultam o tratamento, pois as pessoas acabam deixando de procurar ajuda devido ao medo e vergonha de praticarem a alotriofagia. Bem como, fica difícil identificar os sintomas da síndrome no indivíduo, pois geralmente, na frente dos demais (amigos, colegas de trabalho, familiares) ele consegue controlar-se, deixando a prática para os momentos em que está sozinho (MENEZES, 2016). Neste sentido vale ressaltar o quanto é necessária uma abordagem social e familiar para quebrar essas barreiras pré existentes.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Enfim, percebe-se a importância que tem, tanto o profissional psicólogo que busca entender e resolver os transtornos de forma mais profunda, pensando no que levou o desencadeamento das síndromes, como o nutricionista que busca resolver os sintomas causados pelas mesmas através da orientação de uma alimentação balanceada e suplementação de micronutrientes específicos.

Como abordado no trabalho, Síndrome de Pica pode ser uma consequência do estresse ou então da angústia e do medo mediante alguma situação específica como a gravidez, na qual o sujeito está diante de mudanças e precisa lidar com estas. É necessário, então, que o profissional esteja atento a forma como a gestante pode estar passando por tais mudanças, sempre levando em consideração que cada indivíduo possui uma história de vida particular que de uma forma ou outra pode levar ao desenvolvimento de algum transtorno psíquico ou alteração alimentar que irá refletir em sua saúde.

Destaca-se também a dificuldades para obter artigos e livros referente a síndrome de pica, por se tratar-se de um assunto pouco estudado, tendo como um dos motivos o fato de que a pessoa que o possui tem vergonha de falar sobre ele e acaba escondendo dos demais, evitando inclusive procurar ajuda profissional. Contudo, buscamos abordar todos os aspectos psicológicos e nutricionais encontrados, bem como, o tratamento destas síndromes tão preocupantes para a saúde e entendemos a importância do desenvolvimento de mais estudos sobre o tema em questão.

## REFERÊNCIAS

CUNHA et al. Picamalácia na Gestação de Risco e Aspectos Psicológicos Relacionados. Temas em Psicologia – Junho 2017, Vol. 25, nº 2, 613-630. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/tp/v25n2/v25n2a12.pdf>. Acesso em: 04/05/20

HUTH, Adriane. SCHINAIDER, Suelen Aline Güntzel. Picamalácia/ Alotriofagia na Gestação. XX Jornada de Extensão 2019, UNIJUI. Disponível em: <https://publicacoeseventos.unijui.edu.br/index.php/salaoconhecimento/article/view/12065/10749> Acesso em: 05/05/2020

KACHANI Adriana Trejger, CORDÁS Táki Athanássios. Da ópera-bufa ao caos nosológico: pica. Rev Psiq Clín. 2009;36(4):162-9. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rpc/v36n4/a06v36n4.pdf>. Acesso em: 04/05/20

Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais [recurso eletrônico]: DSM-5 /– 5. ed. – Dados eletrônicos. – Porto Alegre : Artmed, 2014. Disponível em: <http://www.niip.com.br/wp-content/uploads/2018/06/Manual-Diagnostico-e-Estatistico-de-Transtornos-Mentais-DSM-5-1-pdf.pdf>. Acesso em: 04/05/20

MENEZES, Raquel Sena de. Transtorno obsessivo compulsivo (TOC): tricotilomania, tricofagia e a Síndrome de Tourette. 2016. 20 f., il. Trabalho de conclusão de curso (Bacharelado em Saúde Coletiva)—Universidade de Brasília, Brasília, 2016. Disponível em: <https://bdm.unb.br/bitstream/>

**Evento:** XXVIII Seminário de Iniciação Científica

**ODS:** 3 - Saúde e Bem-estar

10483/15602/1/2016\_RaquelSenadeMenezes\_tcc.pdf Acesso em: 09/05/20

SAUNDERS et al. Picamalácia: epidemiologia e associação com complicações da gravidez. Rev Bras Ginecol Obstet. 2009; 31(9):440-6 Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rbgo/v31n9/a04v31n9.pdf>. Acesso em: 04/05/20

SWALLOW. Direção de Carlo Mirabella-Davis. Estados Unidos/França: IFC Films, 2019. 1 DVD (94 min.).

**Parecer CEUA:** 98163218.7.0000.5350