

Transtornos Alimentares (obesidade, bulimia e anorexia): Relato de Experiência de um Projeto de Extensão

JOYCE KAROLLINE DA SILVA LIMA
CAIO CESAR FAUSTO LIMA
HELENA BEATRIZ ARÁUJO
JAINNY MARINHO PEDROSA
MARYANE DE SOUZA LIMA

*Acadêmicos curso de enfermagem - Centro Universitário do Norte - UNINORTE
Manaus-AM, Brasil*

FRANCISCA MAGDA DE SOUSA PINTO SILVA XAVIER
*Mestra em Doenças Infecciosas e Parasitárias e docente do curso de enfermagem
Centro Universitário do Norte - UNINORTE
Manaus-AM, Brasil*

Abstract

*Intended for people who go through critical moments relation to eating disorders triggered after depressive conditions, anxious for so Much criticism and dissatisfaction experiences problems in relation to food, either by excesso or small quantities. We will portray here what risks a person may be bringing to his life. **Objective:** To analyze the profiles of the students of the public School Publis School of Manaus, in relation to the tendency to develop some type of eating disorder in order to study and analyze them to later make a necessary awareness and guidance. **Methodology:** It was a Project of Education and health intervention on Eating Disorder, which was developed in a public school in Manaus, with asits target audience students of the age group 15 to 40 years. **Results:** 28 students were evaluated, including some teachers from the Balbina Mestrinho State School, Where the largest audience was 71.4% of the female sex, Based on the questionnaire we obtained that most people have more knowledge about obesity and people affected by it and that many are uninformed about what Eating Disorders really are. **Final Considerations:** In general, this Project showed what the target audience knows about the eating disorders addressed, and what this affects Society; relevant information on the topic it encompasses, Obesity, bulimia, and Anorexia, which are the main factors to trigger a series of health problems, was also presented in na explanatory way.*

Keywords: Eating Disorder, Obesity, Bulimia Nervosa, Anorexia Nervosa, Diagnosis

Resumo:

***Introdução:** destinado a pessoas que passam por momentos criticos em relação a transtornos alimentares desencadeados após quadros depressivos, ansiosos, por tantas críticas e insatisfações. No mundo todo uma grande parte da população passa por problemas em relação a alimentação seja pelos excessos ou por pequenas quantidades. Retrataremos aqui quais riscos uma pessoa pode estar trazendo para sua vida. **Objetivo:** Analisar os perfis dos alunos da escola pública Escola Pública de Manaus, em relação à tendência de desenvolver algum tipo de transtorno alimentar afim de estudar e analisar os mesmos para posteriormente fazer uma conscientização e orientações necessárias. **Metodologia:** Tratou-se de um projeto de intervenção de educação e saúde sobre Transtorno Alimentares, que foi desenvolvido em uma escola pública de Manaus, tendo como público alvo alunos da faixa etária 15 à 40 anos. **Resultados:** Foram avaliados 28 alunos, incluindo alguns professores da Escola Estadual Balbina Mestrinho, onde o público maior foram 71,4% do sexo*

Joyce Karolline da Silva Lima, Caio Cesar Fausto Lima, Helena Beatriz Araújo, Jainny Marinho Pedrosa, Maryane de Souza Lima, Francisca Magda de Sousa Pinto Silva Xavier– ***Transtornos Alimentares (obesidade, bulimia e anorexia): Relato de Experiência de um Projeto de Extensão***

feminino, Com base no questionario obtivemos que a maioria das pessoas tem mais conhecimento sobre obesidade e pessoas acometidas com a mesma e que muitos estão desinformados sobre o que realmente são os Transtornos Alimentares. Considerações Finais: De modo geral, este projeto mostrou o que o público alvo conhece sobre os transtornos alimentares abordados, e o que isso afeta na sociedade; também foi apresentado de forma explicativa informações relevantes sobre o tema que engloba, Obesidade, bulimia, e Anorexia que são os principais fatores para desencadear uma série de problema a saúde.

Palavras-Chave: Transtorno Alimentares, Obesidade, Bulimia Nervosa, Anorexia Nervosa, Diagnóstico.

1. INTRODUÇÃO

Os transtornos alimentares são transtornos psiquiátricos que afetam principalmente adolescentes e jovens do sexo feminino, são desvios do comportamento alimentar que podem levar ao emagrecimento extremo, obesidade e a grandes prejuízos biológicos e psicológicos, além do aumento de morbidade e mortalidade. Os principais transtornos alimentares são anorexia nervosa, bulimia nervosa, transtorno da compulsão alimentar periódica (CORDÁS; SALZANO, 2011).

A doença geralmente se inicia a partir de uma dieta, decorrente da insatisfação quase sempre injustificada com o peso e com a imagem corporal. Nessa dieta o paciente elimina alimentos que julga ser mais calóricos e vai aumentando gradativamente a restrição alimentar, chegando a jejuar o dia todo (CORDÁS; SALZANO, 2011).

O tratamento dos transtornos alimentares (TA) geralmente exige uma abordagem multidisciplinar em que a farmacoterapia é adjuvante de abordagens psicológicas e nutricionais, envolvem o restabelecimento do peso, normalização do padrão alimentar, da percepção de fome e saciedade e correção das sequelas biológicas e psicológicas da desnutrição (APA, 2000).

Caracterizada por comportamentos de evitar certos alimentos que consideram hipercalóricos e geralmente está associada a comportamentos purgativos, como vômitos induzidos, sendo prevalente em até 95% dos indivíduos, e uso de laxantes cerca de 1% a 2% da população feminina. As principais consequências físicas podem ser osteoporose, anemia, isolamento social, expressão emocional contida e irritabilidade (CORDÁS; CLAUDINO, 2002).

Os transtornos alimentares apresentam ocorrência global: estudos mostram prevalência significativa tanto em países desenvolvidos, como os EUA, Japão, Israel e nações europeias estes estudos pesquisam adolescentes e adultos, e as taxas de prevalência de bulimia nervosa variam entre 0,4 % e 3,2 %; as taxas de anorexia variam entre 0,5 % e 0,9 % no sexo feminino. E o Brasil também revela carência de pesquisas nessa área. (KESSELER et al., 2013).

As estratégias para a prevenção de transtornos alimentares têm como aliado às escolas, através da criação de programas educacionais direcionados a este ambiente. A escola, a partir do seu compromisso com a formação humana e técnica, tem papel fundamental no processo de transformação das concepções e práticas relacionadas à saúde, ao propor um processo educativo que considere a historicidade, a

intersectorialidade e a constituição de redes de proteção integral contra determinados agravos que atingem a população adolescente (BRASIL, 2009).

São necessárias intervenções em sala de aula, realização de aconselhamento para grupo de risco de desenvolver os transtornos; incentivo à oferta de alimentos saudáveis nas cantinas; modificação dos conteúdos trabalhados nas salas de aulas de educação física; e a realização de atividades externas junto à comunidade e os pais. Na sequência, recomenda-se integração entre escolas, serviços de saúde, centros comunitários, organizações religiosas e mídia locais para que haja reforço dos programas desenvolvidos pelas escolas (STICE; SHAW; MARTI, 2007).

2. METODOLOGIA

Metodologia de seleção e análise dos estudos 1: dessa forma o artigo foi elaborada forma de busca de pesquisa de forma minuciosa no banco de dados PubMed e Google Acadêmico, tendo como busca as datas de 2018 a 2021 e de acordo com as palavras chave: transtorno Alimentares, obesidade, bulimia nervosa, anorexia nervosa, diagnóstico. Nessa ótica, os critérios de exclusão dos artigos foi a adequação ao tema, sendo eliminados após a leitura detalhada do resumo, sendo descartados os que não se adequava ao assunto proposto, conforme evidenciado na tabela abaixo.

Tabela 1 - quantidade de artigos incluídos e excluídos e a respectiva base de dados.

Bases de dados	Palavras-chave	Total de referências encontradas	Total de referências excluídas	Total de referências incluídos
PUBMED	transtorno Alimentares, obesidade, bulimia nervosa, anorexia nervosa, diagnóstico	9	4	2
GOOGLE ACADEMICO	transtorno Alimentares, obesidade, bulimia nervosa, anorexia nervosa, diagnóstico	8	6	4

Metodologia de seleção 2: os dados foram coletados para análise dos estudos de modo a facilitar a compreensão do estudo explicitado. Dessa maneira, foram selecionados em uma tabela que apresenta título, autores, periódicos e métodos. Conforme o que segue.

Questionário google form.: Foi criado um questionário pela plataforma “Google Forms” juntamente com um Qr Code para fácil acesso dos estudantes, para prática da pesquisa que foi realizado durante a palestra sobre o tema abordado. As perguntas foram:

- 1) Idade?
- 2) Sexo?
- 3) Você conhece ou já ouviu falar sobre Transtornos Alimentares?
- 4) Você sabe do que se trata os Transtornos Alimentares ou conhece sobre o assunto?
- 5) Dentre Obesidade, Bulimia e Anorexia qual das três você conhece ou já ouviu falar mais?

- 6) Você conhece alguém que tem Transtornos Alimentares?
- 7) Se você conhece alguém com Transtornos Alimentares, qual seria ele? Obesidade, bulimia ou Anorexia?
- 8) De 0 a 5, qual seu nível de entendimento sobre Obesidade?
- 9) De 0 a 5, qual seu nível de entendimento sobre Bulimia?
- 10) De 0 a 5, qual seu nível de entendimento sobre Anorexia?
- 11) Você acha que a busca incessante por um corpo saudável pode desencadear esses transtornos?
- 12) De acordo com a definição, Transtornos alimentares descrevem doenças que são caracterizadas por hábitos alimentares irregulares e sofrimento grave ou preocupação com o peso ou a forma do corpo. Como você faria para informar as pessoas a cerca desse assunto, e como faria para evitar o Transtorno Alimentar?

As perguntas do quiz foram elaboradas de forma clara e objetiva para que as pessoas respondessem e para nós acadêmicos termos o controle das respostas de forma mais detalhada e conseqüentemente uma abordagem mais eficaz.

3. RELATO DE EXPERIÊNCIA

O projeto proposto ajudou a identificarmos casos de transtornos alimentares entre alunos e professores, compartilhando conhecimento sobre o conceito do tema abordado, a preocupação em passar de forma clara e sucinta para que os mesmos entendessem um pouco mais do assunto, que embora pareça comum e corriqueiro trouxe um impacto significativo para os nossos ouvintes em se tratar de transtornos que oferecem inúmeros riscos à saúde física e mental sendo eles Obesidade, Bulimia e anorexia.

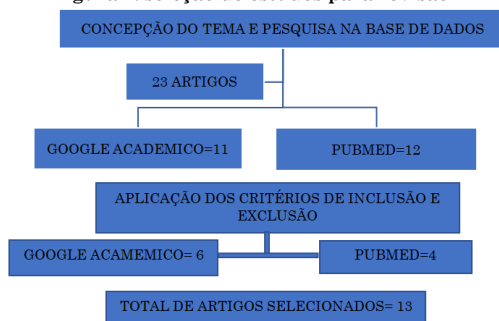
Além disso, foi discutido com esses jovens e adultos, se eles sabiam o que era transtorno alimentar, muitos não sabiam, dessa forma fica evidente a importância das intervenções e orientações de saúde. Dessa forma, orientamos explicarmos como funciona o transtorno alimentar suas conseqüências, ademais, falamos para casos tenha algum sintoma de transtorno alimentar para procurar um médico para dar início ao tratamento da melhor forma.

Por fim, fizemos a educação em saúde mostrando os alimentos saudáveis e sua importância para nosso corpo tanto para prevenção de transtorno alimentar como forma de prevenção de varias doenças tudo isso com uma alimentação saudável e balanceada.

4. RESULTADOS

Foram coletados um total de 23 artigos como analise final que foi compatível ao tema, sendo a maioria encontrado no PubMed (52,17% do total), depois da análise cuidadosa foram excluídos um total de 10 e incluídos 6 artigos. Exemplificados na figura 1.

Figura 1: seleção de estudos para revisão



Ademais, foram avaliados 28 alunos, incluindo alguns professores da Escola Estadual Balbina Mestrinho, onde o público maior foram 71,4% do sexo feminino, e obtivemos os seguintes dados. Em nossa tabela de idade obtivemos que 71,4% das pessoas eram mulheres e que tinham idade inferior a 30 anos, sendo que a nossa amostra total foi de 28 pessoas, como mostra na tabela 2.

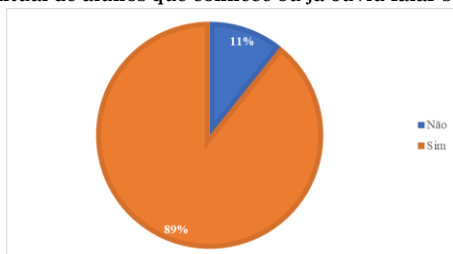
Tabela 2: Características sociodemográficas dos alunos de uma escola da rede estadual da cidade de Manaus/AM.

VARIÁVEL	N	%
FAIXA ETÁRIA		
<30 anos	15	53,5%
>30 anos	13	46,5%
SEXO		
MASCULINO	8	28,6%
FEMININO	20	71,4%

Com base no questionário obtivemos que a maioria das pessoas tem mais conhecimento sobre obesidade e pessoas acometidas com a mesma e que muitos estão desinformados sobre o que realmente são os Transtornos Alimentares. Abaixo temos alguns gráficos que dão conclusões sobre a ação feita.

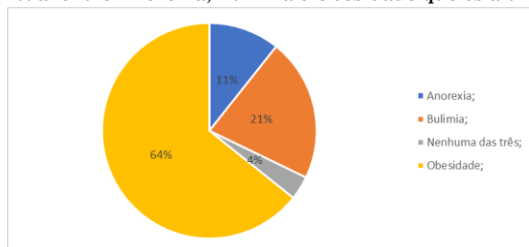
Na figura 2, estão apresentados os valores de prevalência de pessoas que conhecem sobre transtornos alimentares, utilizando o ponto de corte adotado neste estudo. Constata-se que 11% não sabe sobre.

Figura 2 – Percentual de alunos que conhece ou já ouviu falar sobre Transtornos.



Na figura 3, caracteriza a frequência em que as quatro escalas sintomáticas do BITE aparecem. Percebe-se que 64% conhece sintomas de obesidade.

Figura 3 – Percentual entre Anorexia, Bulimia e Obesidade que os alunos ouviram falar.



Dessa forma, nota-se que 21% já ouviu falar sobre bulimia, 11% conhece sobre anorexia e 4% nunca ouviram falar sobre nenhuma das três, sendo carente as informações oferecidas por outros lugares. Por isso a importância da nossa interação de divulgação de conhecimento para a população.

5. DISCUSSÕES

O percentual do número de alunos que com a faixa etária de 18 a 50 anos, ficou da seguinte maneira: 71,4% das mulheres entrevistadas, ouviram falar sobre a existência de transtornos alimentares, comparada a 28,6% dos homens entrevistados com base na pesquisa comparamos que para os homens é mais inacessível o entendimento sobre tal assunto.

Baseando-se nos escores obtidos nesta intervenção e das respostas das questões abertas, pode se considerar que os resultados obtidos no a alta porcentagem do sexo feminino, além disso, sabe – se que os distúrbios alimentares vêm sofrendo um aumento nos últimos 20 anos e são representados pelo sexo feminino em 95% dos casos.(CASTRO, 1995).

Passados quase dez anos do início dos primeiros grupos para o tratamento dos transtornos alimentares ¼ anorexia e bulimia nervosas ¾, um olhar sobre a produção de pesquisa nacional oferece dados interessantes. Ao estagiar no Instituto de Psiquiatria de Londres, em 1991, junto ao grupo de transtornos alimentares coordenado na época por Gerald Russell, um colega inglês sem constrangimento perguntou-me o que faria com meu treinamento. (TA CORDÁS, 2001).

Os quase 700 pacientes atendidos pelo Ambulatório de Bulimia e Transtornos Alimentares do Instituto de Psiquiatria do HC-FM/USP desde 1992 e o desenvolvimento dos vários serviços pelo país desmentem o preconceito ainda vigente. Mais do que em outras áreas, o tratamento exige uma equipe multidisciplinar em que psiquiatra, endocrinologista, ginecologista, pediatra, terapeutas individual e familiar, nutricionista, enfermagem e eventualmente outros profissionais podem ser necessários. (TA CORDÁS, 2001).

Os custos de hospitalização de uma paciente com anorexia nervosa foram orçados em US\$ 18.000 contra US\$ 11.000 para esquizofrenia, US\$ 10.000 para bulimia e US\$ 8.700 para depressão nos EUA. A interação e o envolvimento dos grupos que

trabalham com transtornos alimentares no Brasil é pequena, seja entre si ou com neurocientistas de outras áreas. (Vitiello & Lederhendler, 2000).

Considerada essencial no tratamento, a psicoterapia cognitiva apenas recentemente cresceu no país, abrindo mais perspectivas terapêuticas e de pesquisa, uma vez que as psicoterapias psicodinâmicas dominantes no Brasil, em geral, não têm tradição em pesquisa. A anorexia nervosa afeta cerca de 0,5% das mulheres (crescendo entre homens), a bulimia nervosa, de 1% a 2%, e o transtorno do comer compulsivo está presente em 2% a 3 % da população geral (quase 30% dos obesos em tratamento). (AZEVEDO, 2004).

Nesse sentido, sugiro o artigo de Patel & Sumathipala no *British Journal Psychiatry*,² avaliando artigos de seis revistas de impacto em psiquiatria, entre 1996 e 1998, e determinando a origem dos 2.902 trabalhos publicados. Há crescente interesse pela área pôde ser visto no grande número de participantes do IV Encontro Brasileiro de Transtornos Alimentares e Obesidade (14 a 16 junho de 2001) na Unifesp/EPM, com o advento de profissionais de outras áreas, como odontólogos, terapeutas ocupacionais e historiadores. (TÁKI ATHANÁSSIOS, 2001).

6. CONCLUSÃO

De modo geral, este projeto mostrou o que o público-alvo conhece sobre os transtornos alimentares abordados, e o que isso afeta na sociedade; também foi apresentado de forma explicativa informações relevantes sobre o tema que engloba, Obesidade, bulimia, e Anorexia que são os principais fatores para desencadear uma série de problema a saúde.

Um transtorno alimentar é caracterizado por uma perturbação persistente na alimentação ou no comportamento relacionado à alimentação que resulta no consumo ou na absorção alterada de alimentos e que compromete significativamente a saúde física ou o funcionamento psicossocial de uma pessoa.

Muitos são os fatores de risco para o desenvolvimento desta perturbação persistente na alimentação, tal como efeitos biológicos, genéticos, ambientais, psiquiátricos entre outros.

Obesidade, Bulimia e Anorexia, são transtornos alimentares graves, mas a falta de informações a respeito dos mesmos, leva a falta de conhecimento; a Obesidade foi bastante citada durante a coleta de dados, anorexia e Bulimia embora sejam problemas graves, acabam passando despercebidos, pela falta de informações e pelos padrões da sociedade do que é esteticamente bonito e que na maior parte dos casos é também a causa desses transtornos.

7. REFERÊNCIAS

- SILVA, Ana; OLIVEIRA, José. **Estudo avaliativo da ocorrência de transtornos alimentares em bailarinas adolescentes**. EFDeportes.com, *Revista Digital* · Año 18, N° 183 | Buenos Aires, Agosto de 2013.
- OLIVEIRA, Ana; FONSECA, Isadora. **TRANSTORNOS ALIMENTARES, IMAGEM CORPORAL E INFLUÊNCIA DA MÍDIA EM UNIVERSITÁRIAS**. *Rev enferm UFPE on line*. 2020;14: e 245234 DOI: 10.5205/1981-8963.2020.245234

Joyce Karolline da Silva Lima, Caio Cesar Fausto Lima, Helena Beatriz Araújo, Jainny Marinho Pedrosa, Maryane de Souza Lima, Francisca Magda de Sousa Pinto Silva Xavier– ***Transtornos Alimentares (obesidade, bulimia e anorexia): Relato de Experiência de um Projeto de Extensão***

- CARMO, Cristiane; PERREIRA, Priscila Moreira; CANDIDO, Ana Paula. **Transtornos Alimentares: uma revisão dos aspectos etiológicos e das principais complicações clínicas.** HU Revista, Juiz de Fora, v. 40, n. 3 e 4, p. 173-181, jul./dez. 2014.
- CORDÁS, Taki Athanassios. **Transtornos alimentares: classificação e diagnóstico.** Rev. Psiq. Clin. 31 (4); 154-157, 2004.
- ASSUMPCÃO, Carmen; CABRAL, Mônica. **Complicações clínicas da anorexia nervosa e bulimia nervosa.** Revista Brasileira de Psiquiatria, Rio de Janeiro, v.24, n.3, p.29-33, dec. 2002.
- CORDÁS, Táki; CLAUDINO, Angélica. **Transtornos alimentares: fundamentos históricos.** Revista Brasileira de Psiquiatria, São Paulo, v. 24, n.3, p. 1-4, dec. 2002.
- APPOLINÁRIO, J.C.; CLAUDINO, A.M. **Transtornos alimentares.** Rev Bras Psiquiatr, v.22, n.2, 2000.
- THURM, B.E.; MIRANDA, L.M.J.; SALZANO, F.T., CANGELLI, F.R. ; CORDÁS, T.A.; GAMA, E.F. **Revisão dos métodos empregados na avaliação da dimensão corporal em pacientes com transtornos alimentares.** J Bras Psiq, 2011.
- VITIELLO B, LEDERHENDLER I. **Research on eating disorders: current status and future prospects.** Biol Psychiatry 2000;47:777-86.
- PATEL V, SUMATHIPALA A. **International representation in psychiatric literature.** Br J Psychiatry 2001;178:406-9.
- APPOLINÁRIO JC, COUTINHO W, FONTENELLE L. **Topiramate for binge-eating disorder.** Am J Psychiatry 2001;158:966-7
- HAY PJ, BACALTCHUK J. **Psychotherapy for bulimia nervosa and bingeing (Cochrane Review).** In: The Cochrane Library; 2001.
- POPE HG, MANGWETH B, NEGRÃO AB, HUDSON JI, CORDÁS T. **Childhood sexual abuse, and bulimia nervosa. A comparison of american and brazilian women.** Am J Psychiatry 1994;151:732-7.
- CORDÁS, TA. **Bulimia nervosa: diagnóstico e propostas de tratamento.** São Paulo (SP): Editora Lemos; 1998.
- CORDÁS, TA. **Anorexia e bulimia: O que são? Como ajudar?** 1ª ed. Porto Alegre (RS): Editora Artes Médicas; 1998.