

FATORES DE RISCO PARA DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS ALIMENTARES EM ADOLESCENTES

Byanca Thamyse Silva de Lima; Gabriel Oliveira da Silva; Letícia Pereira Chagas; Manuella da Costa Sancho Silveira; Natália Miranda Tavares; Ramon Silva Silveira da Fonseca

Uninassau João Pessoa, Uninassau João Pessoa, Uninassau João Pessoa, Uninassau João Pessoa, Uninassau João Pessoa, Uninassau João Pessoa

manuelladacssilveira@gmail.com

RESUMO: O objetivo foi conhecer sobre os fatores de risco que propiciam o desenvolvimento de transtornos alimentares (TAs) em adolescentes entre 11 e 19 anos. O método adotado foi a revisão bibliográfica, com seleção de 16 artigos e aprovação e utilização de 4 destes. Os resultados da revisão foram, a priori, um contexto histórico que revela a alteração de acordo com a cultura de cada época, sobre o que é considerado um corpo dito como “ideal”. O TA (transtorno alimentar), segundo o DSM-5, descreve que a inserção alterada da alimentação traz prejuízos para o indivíduo tanto fisicamente quanto mentalmente. Foram mencionados fatores referentes ao humor e autoestima, como também, fatores como ansiedade e depressão que antecedem o desenvolvimento de um TA. A saúde não se resume apenas a alimentação, existe uma série de fatores que contribuem para a qualidade de vida do indivíduo, mas a mídia tem feito um movimento de filtragem selecionando a alimentação como fator principal. Foi relatado sobre a mídia que também possui um papel relevante para a construção de uma representação social de “corpo perfeito”, no qual se refere ao corpo magro e sem gorduras, isso tem causado prejuízos psicológicos e físicos principalmente em jovens, que é a faixa etária que mais consome informações midiáticas a esse respeito, mas torna-se necessário falar de saúde, qualidade de vida e bem-estar sem tal representação social, estimulando uma desconstrução social sobre corpos e como cuidar da saúde. Como também, salientar a importância da construção de pesquisas sobre o referido conteúdo para ajudar na prevenção e tratamento de transtornos alimentares.

Palavras-chave: Transtornos alimentares; Fatores de risco; Adolescentes.

Área Temática: Saúde mental.

1 INTRODUÇÃO

É importante destacar que o comportamento alimentar é reflexo de uma cultura que influencia a sociedade como um todo desde o seu surgimento. A exemplo disto, no séc. XIII as conhecidas “Santas Anoréxicas” – mulheres que adotavam a prática do jejum – eram muito bem vistas pela sociedade por este ato as deixarem mais “próximas de Deus”. Por outro lado, no século XIX a cultura fez variar de corpos anoréxicos para robustos e arredondados como sinônimo de poder. Já nos anos 60, o corpo feminino volta a ser visto como ideal aquele associado a manequins magros e sem gordura. (SAMUEL, L. Z.; POLLI, G. M.,2020)

Tais fenômenos exemplificam o quanto a noção de corpo é alterada de acordo com a época e de maneira efêmera. Isso é um fator que acaba prejudicando os hábitos alimentares e, conseqüentemente, a saúde mental de quem deseja acompanhá-los. Homens e mulheres, entre eles adolescentes, fazem uso de estratégias que muitas vezes beiram o prejuízo para se sentirem socialmente bem com seus corpos, o que pode ocasionar questões para a saúde física e mental, além de ser um fator de risco para desenvolver transtornos.

Sobre isso, de acordo com a Associação Americana de Psiquiatria (2022), o DSM-5-TR (Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais) enfatiza as características dos chamados Transtornos Alimentares (TAs):

são caracterizados 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.

Assim, devido ao fato dos adolescentes serem um público frequentemente afetado pelos transtornos alimentares, o resumo enfoca em estudos relacionados à patologia neste público.

2 METODOLOGIA

Foi realizada uma revisão da literatura por meio das plataformas do Scielo e do Pubmed. Foram definidos como critérios o período de no máximo dez anos de publicação dos trabalhos, com método de revisão sistemática da literatura e meta-análises, população de adolescentes entre 11 e 19 anos e com algum tipo de transtorno alimentar. As palavras-chaves usadas foram “transtornos alimentares”, “fatores de risco”, “comportamentos de risco”, “adolescentes”, “eating disorders”, “adolescents” e “risk factors”. Inicialmente foram selecionados 16 artigos, os quais 12 foram lidos e reprovados por não se encaixarem nos critérios de inclusão e 4 foram lidos, aprovados e utilizados no presente trabalho.

3 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A priori, observou-se que as adolescentes, que normalmente já enfrentam problemas de humor negativo e problemas com a autoestima, precisam estar com sentimentos, como raiva, fadiga e tensão, já instalados no indivíduo para que possam recorrer a tais comportamentos que elevam e propiciam os transtornos alimentares (FORTES et al., 2016).

Em conjunto a isso, em estudos epidemiológicos percebe-se que presença de sintomas dos transtornos do humor (como depressão, ansiedade), muitas vezes antecedem o surgimento dos transtornos alimentares. Principalmente porque eles alteram o senso de realidade para o negativo, fazendo com que o indivíduo encare tudo de uma maneira pessimista. Isso cria uma possível associação de fatores de risco de transtornos de humor com os TAs.

Também, os fatores externos tornam-se um potencializador de um conjunto de outras causas, como, por exemplo, as relações sociais. Estas, que deveriam dar apoio emocional, muitas vezes acabam gerando maiores conflitos internos, principalmente quando se refere a uma população onde grande parte dos indivíduos tem dependência tecnológica.

Entretanto, um problema que se mostrou relevante neste trabalho é que as pesquisas em TAs focam, em grande parte, nas mulheres, especialmente em adolescentes, em virtude do histórico sociocultural de um ideal magro associado ao sucesso pessoal das mulheres. Por isso, os dados de pesquisa podem ser influenciados pelo maior número de trabalhos com público-alvo de mulheres e baixa quantidade de estudos que voltam-se a homens, especialmente adolescentes.

Nos últimos anos, porém, há um aumento da progressivo da prevalência de TAs em homens. Junto a isso, as pesquisas com amostras de homens estão aumentando. Não se sabe se o aumento da prevalência deve-se ao fato de que há um número crescente de estudos focando no público do sexo masculino ou os estudos estão aumentando devido a o aumento da prevalência. Mas fato é, as pesquisas não vêm mostrando uma diferença substancial entre homens e mulheres na associação de fatores socioculturais e influência midiática com o desenvolvimento dos TAs, por exemplo. Porém ainda são a minoria das pesquisas em transtornos alimentares (VARELA et al., 2023).

Outro problema, demonstrado por FORTES et al (2016), é que os estudos realizados no Brasil, foram executados em apenas algumas cidades, cobrindo uma população específica de adolescentes, não abrangendo todo o território nacional, o que faz surgir uma dificuldade de ter dados mais complexos sobre a realidade brasileira.

Isso vem deixando claro o quanto a etiologia dos TAs ainda é complexa, o que acende um alerta sobre o quanto a ciência realmente compreende sobre esses transtornos, tanto em homens quanto em mulheres. Faz-se necessário, então, uma maior atenção dos estudos sobre o desenvolvimento, fatores de risco, tratamento e afins dos transtornos alimentares, especialmente no que tange às diferenças ou semelhanças de apresentação dos transtornos em homens e mulheres.

Além de também ser importante haver uma amostra mais larga da população brasileira, compreendendo melhor como esse transtorno apresenta-se na população geral brasileira.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto, foi percebido uma sociedade que coloca parâmetros que consideram um corpo “belo” como magro e sem gorduras como se fosse um corpo saudável, já outras variações de corpos seriam indesejadas. Pensando por esse aspecto, foi observado que existe uma representação social, ou seja, quando a sociedade constrói ideias sobre determinada situação, isso vem gerando inseguranças principalmente com o público jovem.

É possível estimular hábitos saudáveis, sem a propagação de um “corpo perfeito”, seria uma desconstrução de uma representação social que vem causando sofrimento ao longo dos anos. A estimulação de hábitos saudáveis está além da alimentação, é também cuidados com o sono, com a saúde mental e fazer exercícios físicos. É interessante que seja feito um tratamento psicológico e nutricional para as pessoas que possuem algum TAs, pois é fundamental para a qualidade de vida do indivíduo.

Também é imprescindível que sejam feitas maiores pesquisas para se entender de forma mais aprofundada sobre os TAs, a fim de que a compreensão sobre esses transtornos aumente, além de ajudar na prevenção e no tratamento desse tipo de transtorno mental.

REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO AMERICANA DE PSIQUIATRIA. Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais - DSM-5-TR: Texto Revisado. Arlington, TX, USA: American Psychiatric Association Publishing, 2022.

FORTES, L. DE S. et al. Modelo etiológico dos comportamentos de risco para os transtornos alimentares em adolescentes brasileiros do sexo feminino. Cadernos de saúde pública, v. 32, n. 4, 2016.

SAMUEL, L. Z.; POLLI, G. M. Representações sociais e transtornos alimentares: revisão sistemática. Academia Paulista de Psicologia, v. 40, n. 98, 2020.

VARELA, C et al. An update on the underlying risk factors of eating disorders onset during adolescence: a systematic review. Frontiers in psychology, v. 14, p. 1221679, 2023.