

TRANSTORNOS ALIMENTARES NA ADOLESCÊNCIA: FATORES DE RISCO, DIAGNÓSTICO, COMPLICAÇÕES CLÍNICAS E NUTRICIONAIS

Aurea de Oliveira Dias; Sheylla Verônica de Carvalho
e-mail: sheylla.veronica@gmail.com

Resumo: Os transtornos alimentares são doenças caracterizadas por privação alimentar logo seguida de comportamentos compensatórios. Na anorexia nervosa há uma privação exagerada do alimento, com o intuito de não ganhar peso, na bulimia nervosa, também existe uma preocupação em não engordar, porém há consumo de alimentos que posteriormente encontram uma maneira de serem eliminados, seja por vômitos auto induzidos ou por outros métodos purgativos. A adolescência é uma fase suscetível a muitas pressões sociais, na qual a aceitação de amigos e grupos, torna-se algo de extrema importância para essa faixa etária. O objetivo desta pesquisa foi analisar com base na literatura os principais fatores de risco que contribuem para o surgimento de um possível transtorno alimentar em adolescentes, bem como o diagnóstico dessas patologias, suas complicações clínicas e nutricionais. Os fatores de risco apontados são o perfeccionismo, a influência da mídia e do ambiente familiar; as complicações nutricionais aparecem sob formas clínicas, como hipocalemia, hiponatremia, anemias e complicações metabólicas. Já o diagnóstico é pautado nos testes existentes e também de acordo aos critérios do manual DSM (Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais).

Palavras-Chave: Adolescência. Transtornos alimentares. Hábitos alimentares. Anorexia. Bulimia

Abstract: Eating disorders are characterized by food deprivation soon followed by compensatory behaviors. In anorexia nervosa there is an exaggerated feeding of the food, with the weight of not participating, and bulimia nervosa, there is also a problem in not getting fat because there is a food consumption that is a way to be eliminated, either by self-induced vomiting or by other purgative methods. Adolescence is a second to several social pressures, in the acceptance of groups of friends and groups, becomes something of extreme importance for the age group. The objective of this research was to analyze, based on the literature, the main risk factors that contribute to the appearance of a possible eating disorder in adolescents, as well as the diagnosis of these pathologies, their clinical and nutritional complications. The risk factors identified are perfectionism, the influence of the media and the family environment; the nutritional complications appear in clinical forms, such as hypokalemia, hyponatremia, anemias and metabolic complications. The diagnosis is based on the existing tests and also according to the criteria of the Handbook of Mental Disorders (DSM).

Keywords: Adolescence. Eating Disorders. Eating habits. Anorexia. Bulimia

Introdução



Fonte: Futura, 2013

A adolescência é um período progressivo e único, inerente a todo o ser humano e é nesse momento em que se encerra toda a sequência de maturação biopsicossocial do indivíduo, havendo intensas transformações somáticas,

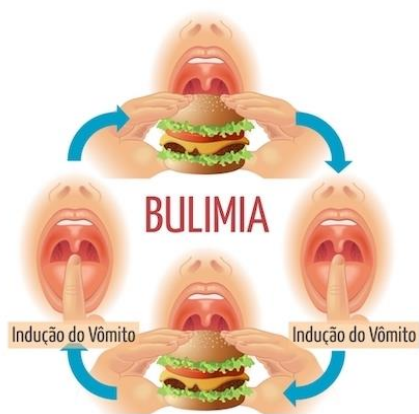
psicológicas e sociais, em que de acordo com a Organização Mundial de Saúde, abrange a idade de 10 a 19 anos (VITOLLO, 2008).

Os princípios e opiniões dos familiares muitas vezes são ignorados, devido à valorização que os adolescentes atribuem aos seus amigos e pares, o que dificulta a relação entre pais e filhos. Quanto às necessidades nutricionais compatíveis a essa fase é importante a percepção e a clareza durante essas transformações ocorridas com o adolescente, pois terá influência no comportamento alimentar destes, bem como caracterizar o surgimento de um possível transtorno alimentar, o que irá interferir no seu estado nutricional (ESCOTT-STUMP; MAHAN; RAYMOND, 2012).

Nessa fase é muito recorrente a presença de distúrbios alimentares, como anorexia e bulimia nervosa. Distúrbios esses caracterizados por uma preocupação demasiada com o corpo,

alterações no padrão alimentar e fixação pelo controle do peso corporal. Isto resulta em graves riscos à saúde, com elevada taxa de morbidade, levando a um ganho ou perda excessiva de peso corporal. De acordo com a Sociedade Brasileira de Psiquiatria Clínica, o número de indivíduos que desenvolve graves transtornos do comportamento alimentar aumenta a cada ano (ALBINO; MACÊDO, 2014).

Os transtornos alimentares são alterações que interferem na relação dos indivíduos com o alimento, desenvolvendo condutas ou comportamentos restritivos, purgativos e compulsivos, também atuam na imagem corporal que as pessoas têm de si mesmas, assim como na idealização de um corpo almejado. Estes transtornos originam-se através de comportamentos desequilibrados, como privação alimentar severa, comum na anorexia, ou compulsão alimentar, associada ou não a



atitudes compensatórias purgativas, comuns na bulimia (BITTENCOURT et al., 2013).

Fonte: Revista Brasileira de Psiquiatria, 2018

Na atualidade, os estudos têm constatado alto predomínio de comportamento de risco para transtorno alimentar, em adolescentes do sexo feminino, devido ao aumento dos índices de insatisfação corporal nessa faixa etária. Os autores explicam esses índices por meio da forte tendência cultural em classificar a magreza como ideal corporal feminino (L.S FORTES et al.,2015). Dentre os fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes, encontra-se a insatisfação com a imagem corporal, que se trata de uma não aceitação com o tamanho, forma ou contorno do corpo (BITTENCOURT et al.,2013).

A mídia também se apresenta como um fator de grande impacto no desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes, visto

que os meios de comunicação oferecem informações controversas: valorizam o “corpo magro”, incentivando a obtenção de fórmulas mágicas, para assim tê-lo, ao passo que oferecem aos adolescentes, informações em forma de propagandas e imagens de alimentos considerados atrativos, mas que não são nada saudáveis (K.A.A BARROS, 2013).

Os transtornos alimentares provocam intensas mudanças no estado nutricional e no metabolismo. Suas complicações físicas dominam sobre vários sistemas orgânicos e induz o surgimento de alterações endócrinas, gastrointestinais, hidroeletrolíticas, modificações no sistema imunológico com diminuição dos processos de defesa, comprometimento da força muscular, assim como do músculo cardíaco (PALMA; SANTOS; RIBEIRO, 2013).

Estudos sobre os distúrbios alimentares, são relevantes para a sociedade, pois, apesar de serem uma problemática de saúde pública é um assunto ainda pouco debatido. Percebe-se também que os distúrbios alimentares, muitas vezes mantem-se mascarado e confundido com outras questões, como dietas da moda e restrições alimentares influenciadas pela mídia através das redes sociais, que envolvem o culto ao corpo perfeito e seus sacrifícios, cujas consequências são prejudiciais à saúde do adolescente.

Metodologia

O estudo foi composto por uma amostra de artigos científicos pesquisados em sites e livros que abordam informações sobre transtornos nutricionais em adolescentes. Foram considerados como critérios de inclusão: artigos publicados no período de 2012 a 2017, de publicação em língua portuguesa e inglesa.

A coleta de dados foi realizada durante o segundo semestre de dois mil e dezessete, as referências selecionadas foram encontradas principalmente nas bases de dados (LILACS, PEPsic, PUBMED e SCIELO), a partir do entrelaçamento dos termos ‘adolescentes’, ‘comportamento alimentar’, ‘transtorno alimentar’, ‘bulimia’ e ‘anorexia’, no idioma português e inglês. Foram considerados os artigos publicados nos últimos cinco anos, pesquisados no período de agosto a outubro de dois mil e dezessete.

Para a análise de dados utilizou-se o método de análise de conteúdo, neste sentido, o presente estudo foi organizado a partir da seleção, categorização e interpretação os dados.

Para tanto, no primeiro momento foi realizada a escolha dos documentos que apresentaram informações que fossem viáveis às ideias iniciais, a fim de estabelecer o delineamento dos objetivos. No segundo momento, após a conclusão das decisões tomadas na pré-análise configuraram-se as operações de codificação e enumeração. No último momento ocorreu a validação dos dados de interesse, que permitiu a obtenção de resultados significativos para interpretação dos objetivos previstos na pesquisa.

Resultados e Discussões

Os resultados buscaram evidenciar os principais distúrbios alimentares e suas variáveis quanto aos fatores determinantes, diagnóstico e consequências nutricionais à saúde do adolescente, de acordo com os autores citados e ano de publicação dos artigos.

De acordo com Fortes et al (2014) várias são as causas que podem ter ligação com as manifestações de transtorno alimentar, sendo estas: morfologia corporal, raça, condição econômica, sexo, idade, estado de humor, dentre outros. Porém, alguns pesquisadores apontam que os sinais para os transtornos podem estar correlacionados ao perfil da personalidade, por exemplo, a presença de perfeccionismo em adolescentes do sexo masculino. O perfeccionismo é por sua vez descrito, por altos padrões de exigência, julgamentos a maneira de se comportar, sentimentos de fracassos e opiniões de que as pessoas o analisam de forma dura.

Já para Gonçalves et al (2013), os espaços social, familiar e a mídia, representam maiores fatores de risco para o surgimento de transtornos alimentares. A influência da mídia e do ambiente social foram associados ao culto a magreza. Já no meio familiar, o momento das refeições mostrou-se de fundamental importância na determinação do comportamento alimentar e no progresso dos transtornos. Ainda segundo o autor, estudos, desenvolvidos com 1.664 crianças e adolescentes apontam a influência do ambiente familiar para determinar os transtornos alimentares nos mesmos. O estudo mostrou uma relação positiva entre controle excessivo, aplicação de regras alimentares rigorosas pelos pais com o surgimento dos transtornos alimentares. Ainda se tratando do ambiente familiar, a pesquisa evidenciou que houve maior internalização do ideal de beleza pelo adolescente quando a mãe

estimulou o emagrecimento (GONÇALVES et al, 2013).

Os meios de comunicação também desempenham forte domínio sobre a conduta alimentar de crianças e adolescentes. Diante dos fatos, um estudo com 245 pré-adolescentes do sexo feminino identificou relação positiva entre o hábito de assistir novelas, canais musicais ao refreamento alimentar e insatisfação corporal. Outra pesquisa com 7.172 adolescentes encontrou associação entre o desejo de aparentar uma figura midiática do mesmo sexo com o início de métodos purgativos (GONÇALVES et al, 2013).

De acordo com Palma, et al., (2013), o estado nutricional e o metabolismo são fortemente alterados na presença de transtornos alimentares. As complicações atuam sobre vários sistemas orgânicos, podendo gerar alterações endócrinas, hidroeletrólíticas, gastrintestinais, alterações no sistema imunológico com diminuição dos mecanismos de defesa, da força muscular e comprometimento do músculo cardíaco.

Já segundo Kandemir et al., (2017), a presença de amenorreia, que significa ausência de menstruação, causada pela privação alimentar ou inanição, juntamente com o baixo peso, são um grande marcador de gravidade da perda óssea na anorexia nervosa, sendo esta uma complicação que irá interferir no crescimento e desenvolvimento da adolescência. Ainda segundo os autores, mulheres jovens anoréxicas jamais poderão alcançar um nível adequado de massa óssea, devido a duas características clínicas apresentadas na anorexia nervosa que são: Deficiência estrogênica e perda de peso, estes são fatores de risco importantes para redução da massa óssea, aumentando o risco de fraturas (SILVA, X.M; DURVAL, D; COLMINATO, L. 2013).

Os critérios de diagnóstico são variáveis importantes na determinação e na diferenciação dos transtornos alimentares. Fortes et al (2014), retrataram os critérios de diagnóstico para os transtornos alimentares por meio de questionário, composto por 26 questões (EAT-26), distribuídas em três partes: 1- Dieta, que diz respeito a recusa patológica a alimentos com grande teor calórico e preocupação com a aparência física; 2- bulimia e preocupação com os alimentos, refere-se a episódios de compulsão alimentar, seguidos por comportamentos purgativos para perda/controlar de peso corporal; 3- autocontrole oral, que

reflete o autocontrole em relação a comida e avalia as forças ambientais.

Já os autores Kandemir et al (2017) e Silva, X.M.M; Durval, D; Cominato, L. (2013), utilizaram como critérios diagnóstico para transtornos alimentares, os manuais DSM-5 e o DSM- IV, manuais diagnóstico e estatístico feito pela Associação Americana de Psiquiatria para definir como é feito o diagnóstico de transtornos mentais, já que os transtornos alimentares também se enquadram nesta perspectiva.

Conclusões

O presente estudo foi desenvolvido com a intenção de investigar os possíveis fatores de risco o diagnóstico, bem como as complicações clínicas e nutricionais de adolescentes que possuem transtornos alimentares, se tratando de bulimia nervosa e anorexia nervosa.

Estas são patologias de origem complexa, que merecem um cuidado especial, devido ao seu potencial caráter latente e que inicialmente pode muito ser confundida com dietas restritivas e da moda, gerando assim uma dificuldade em seu diagnóstico e tratamento.

Diante das situações aqui expostas, pôde-se entender a dinâmica dos transtornos alimentares em adolescentes, no qual os fatores de risco podem surgir desde a imposição familiar, dentro de casa, através da alimentação, até a influência da mídia, no seu contexto global.

Quanto as carências nutricionais, estas apresentam-se sob formas clínicas e merecem um olhar de investigação para o diagnóstico e o tratamento, afim de recuperar o estado nutricional dos adolescentes, visto que é uma fase de desenvolvimento que necessita de um aporte maior de nutrientes, por isso estas carências merecem atenção.

Agradecimentos

Agradeço a esta instituição, a Faculdade Anísio Teixeira, pelo excelente ambiente de aprendizado oferecido aos seus alunos e por disponibilizar profissionais qualificados para nos ensinar, assim como agradeço a todos os professores que colaboraram para o desenvolvimento e conclusão desta pesquisa, todo o incentivo, cuidado e dedicação fizeram com que este trabalho pudesse ganhar respaldo e de alguma maneira contribuir para o bem da sociedade como um todo.

Referências

ALBINO, E. B. S.; MACÊDO, E. M. M. Transtornos alimentares na adolescência: uma revisão de literatura. **Veredas Favip**, [S.L], v. 7, n. 1, p. 109-129, maio.2014.

BITTENCOURT et al. Risco para transtornos alimentares em escolares de Salvador, Bahia, e a dimensão raça/cor. **Rev. Nutr.**, Campinas, 26(5):497-508, set./out., 2013.

ESCOTT-STUMP, S. **Nutrição relacionada ao diagnóstico e tratamento**. 6 ed. São Paulo: Manole, 2011.

FORTES, L.S et al. Sintomas de transtorno alimentar: associação com os traços perfeccionistas em adolescentes do sexo masculino. **Arch. Clin. Psychiatry**, São Paulo, v.41, n.5, p.117-120, 2014.

FORTES, L.S et al. Autoestima, insatisfação corporal e internalização do ideal de magreza influenciam os comportamentos de risco para transtornos alimentares. Ver. **Nutr., Campinas**, v.3, n.28, p.253-264, junho 2015.

GONCALVES, Juliana de Abreu et al. Transtornos alimentares na infância e na adolescência. **Rev. paul. pediatr.**, São Paulo, v. 31, n. 1, p. 96-103, Mar. 2013. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-05822013000100016&lng=en&nrm=iso
Acessado em: 27 maio 2018.

KANDEMIR, N.M et al. Impact of Low-Weight Severity and Menstrual Status on Bone in Adolescent Girls with Anorexia Nervosa. **Int J Eat Disord**. Authormanuscript; available in PMC 50(4): 359–369 April 01 2018.

PALMA, R.F. M.; SANTOS, J. E.; RIBEIRO, R. P. P. Evolução nutricional de pacientes com transtornos alimentares: experiência de 30 anos de um Hospital Universitário. **Rev. Nutr.**, Campinas, v.26, n.6, p. 669-678, Dec. 2013.

SILVA, M. M. X.; DAMIANI, D.; COMINATO, L. Avaliação da densidade mineral óssea em adolescentes do sexo feminino com transtorno alimentar. **Arq Bras Endocrinol Metab**, São Paulo, v. 57, n. 7, p. 527-532, Oct. 2013.