ATUAÇÃO DO PROFISSIONAL NUTRICIONISTA NOS TRANSTORNOS ALIMENTARES

Simpósio de Saúde e Meio Ambiente, 4ª edição, de 06/11/2023 a 08/11/2023
ISBN dos Anais: 978-65-5465-072-4
DOI: 10.54265/QTBK5290

JORGE; Alejandra de Freitas Jorge [1], MELO; Bruna Silva Lopes [2]

RESUMO

INTRODUÇÃO

Na atualidade se faz cada vez mais necessário uma compreensão mais profunda do comportamento alimentar dos indivíduos e das coletividades. A alimentação é uma prática contínua e essencial para a sobrevivência humana e é definida como um fenômeno complexo que inclui aspectos psicológicos, fisiológicos e socioculturais. Estas práticas são particularmente afetadas no caso dos transtornos alimentares, pois são caracterizadas por consumo irregular de alimentos, obsessões e obsessões por comida, dietas rigorosas e comportamentos purgativos. Pode ser definida como uma síndrome comportamental de etiologia multifatorial envolvendo fatores genéticos, psicológicos e/ou socioculturais. Entre os transtornos alimentares mais comuns estão anorexia, bulimia e transtorno da compulsão alimentar periódica. (Kessler; Poll, 2018).

Segundo Uzunian e Vitalle (2015,p.3496), "Transtornos Alimentares ou Transtornos do Comportamento Alimentar (TCAs) são síndromes comportamentais cujos critérios diagnósticos têm sido amplamente estudados nos últimos 30 anos." Reis *et al.,* (2014), descrevem os transtornos alimentares como uma etiologia multifatorial composta por predisposições genéticas, socioculturais e vulnerabilidade biológica e psicológica. Nos anos atuais, a frequência de transtornos alimentares tem aumentado na população. Apesar das diferenças nas ferramentas, metodologia e critérios diagnósticos, a prevalência estimada desses transtornos em brasileiros varia de 0,5 a 5,0% na faixa etária de 18 a 30 anos e afeta predominantemente mulheres. Os dois principais transtornos alimentares são anorexia e bulimia nervosa. Esses transtornos são caracterizados por difícil tratamento e comprometimento da saúde e da nutrição que predispõem os indivíduos à desnutrição ou obesidade e estão relacionados à baixa qualidade de vida.

Além disso, Andrade e Santos (2009), evidenciam na literatura que os transtornos alimentares estão intimamente relacionados à forma como o indivíduo vivencia seu corpo e como ele (re)organiza sua imagem corporal durante a adolescência. Porém, em relação aos jovens que desenvolvem transtornos alimentares, há pouco conhecimento sistematizado sobre como essas alterações são vivenciadas ou percebidas e como as experiências corporais influenciam a imagem que eles criam sobre seu corpo.

Nesse sentido, Pedrosa *et al.,* (2019) evidencia que o tratamento dessa condição é multidisciplinar, envolvendo uma equipe de psiquiatras, clínicos, nutricionistas, psicólogos e outros profissionais de saúde. Para garantir decisões padronizadas e objetivas,recomenda-se que a equipe acorde conjuntamente as recomendações e metas de tratamento, sob a orientação de um especialista (geralmente um psiquiatra com experiência em TA) que deve gerenciar a decisão de selecionar ações baseadas em evidências.

Desse modo, no tratamento de indivíduos com TA, o atendimento nutricional é diferenciado, destoando do tratamento convencional, focado na prescrição dietética. Muitas vezes, esses pacientes buscam tratamento primeiramente com o profissional nutricionista, visando melhorar a alimentação ou por conta da insatisfação com o peso corporal ou obesidade. Dessa forma, é fundamental que estes profissionais saibam reconhecer e abordar comportamentos relacionados aos TA. Essas enfermidades, quando diagnosticadas e tratadas precocemente, apresentam um melhor prognóstico, e dependendo do diagnóstico em questão, pode-se evitar o desenvolvimento da obesidade e diminuir a mortalidade. A abordagem nutricional nos TA, além do foco nos alimentos, tem como meta principal o aconselhamento nutricional, atentando para as percepções e pensamentos do indivíduo em relação aos seus hábitos alimentares. Para resolver esses problemas, é importante se conectar com o paciente. (Moraes; Maravalhas; Mourilhe, 2019).

Diante disso, Latterza *et al.,* (2004), relata que a terapia nutricional é dividida em fases educativas e experimentais. Uma história detalhada dos hábitos alimentares e do histórico médico do paciente deve ser obtida. É importante medir seu peso e altura, avaliar suas restrições alimentares, crenças sobre nutrição e sua relação com a alimentação. A educação nutricional inclui o conceito de alimentação saudável, tipos, funções e fontes de nutrientes, recomendações dietéticas, efeitos de restrições alimentares e purgações. Dessa forma, buscamos no presente estudo analisar a atuação do profissional nutricionista no tratamento dos transtornos alimentares.

MATERIAIS E MÉTODOS

Visando a realização de uma revisão integrativa da literatura, foi feita uma análise de materiais on-line referentes ao tema definido, utilizando bancos de dados como: *MedLine*, *PubMed* e SciELO. Diferentes foram as bases de dados utilizadas para melhor atender o tema escolhido. Palavras chaves foram utilizadas para a pesquisa, palavras como: transtornos alimentares, nutricionista, nutrição nos transtornos alimentares. A busca foi realizada nos campos: título, ano, resumo e métodos. A lista de referência de alguns artigos foram analisadas a fim de encontrar mais publicações.

Ademais, outros critérios foram utilizados para a inclusão de artigos, os critérios de seleção de artigos para análise foram: artigos publicados em português e inglês, artigos publicados nos anos de 2010 a 2023, artigos com a temática envolvendo a atuação do profissional nutricionista nos transtornos alimentares.

Dentro dos artigos selecionados, foi feito um quadro para análise nos resultados, visando expor os artigos selecionados e suas finalidades, diante disso será realizada a discussão dos assuntos.

RESULTADOS

Com a busca descrita foram encontrados um total de 50 artigos e com os critérios de exclusão de ano de publicação 20 foram excluídos, e seguindo os demais critérios 15 foram os artigos excluídos, ao realizar uma análise de leitura completa dos artigos mais 7 foram excluídos por não se tratar diretamente do tema definido, restando então 8 artigos para a análise final.

[1] Centro Universitário Uniredentor, freitasalejandra1@gmail.com
[2] Centro Universitário Uniredentor, bruna.slopes@gmail.com

Quadro 01 – Artigos utilizados relacionados a atuação do profissional nutricionista nos transtornos alimentares.

Autores/ Ano	Título	Objetivo do estudo	Conclusão
Moraes; Maravalhas; Mourilhe, 2019	O papel do nutricionista na avaliação e tratamento dos transtornos alimentares.	Abordar o papel do nutricionista na avaliação e tratamento dos TA.	O nutricionista desempenha papel importante na equipe multiprofissional para tratamentos dos TA. É o profissional responsável pela avaliação do estado nutricional e padrão alimentar dos pacientes, bem como pela realização das intervenções nutricionais.
Souza *et al.*, 2014	Atitudes em relação ao corpo e à alimentação de pacientes com anorexia e bulimia nervosa	Avaliar como se relacionam as atitudes alimentares e corporais de pacientes com anorexia ou bulimia nervosa.	Conclui-se que, para esse grupo de pacientes com diagnóstico de AN e BN e que procuraram tratamento em centro especializado para TA: a relação com o alimento e a imagem corporal foi mais comprometida para BN; as atitudes alimentares foram correlacionadas com as atitudes corporais, de maneira mais forte para pacientes com AN; as atitudes alimentares foram preditoras das atitudes corporais para as pacientes em geral.
Gomes *et al.*, 2021	Transtornos alimentares e a influência das mídias sociais na autoimagem corporal: um olhar sobre o papel do nutricionista	O presente estudo buscou realizar um panorama sobre a influência das mídias sociais na autoimagem corporal e na ocorrência de transtornos alimentares, destacando o papel do nutricionista nesses casos.	Por fim, foi possível identificar que o nutricionista, dentro de uma equipe multidisciplinar de tratamento, possui papel fundamental, pois pode atuar tanto no diagnóstico, ao verificar alterações, quanto no tratamento em si, através da reeducação alimentar e outras metodologias, sendo essencial o conhecimento específico do tema
Leite; Diniz, 2021	O papel da nutrição comportamental no tratamento dos transtornos alimentares e na distorção da imagem	O objetivo do artigo foi descrever o papel da nutrição comportamental no tratamento dos transtornos alimentares e na distorção da imagem.	O papel de um nutricionista é fundamental no diagnóstico e no tratamento, principalmente na educação e reeducação alimentar, podendo assim adquirir o restabelecimento da saúde desses pacientes que sofrem com transtornos alimentares, suas vertentes e na distorção da autoimagem.
Bechara; Kohatsu,2014	Tratamento nutricional da anorexia e da bulimia nervosas:aspectos psicológicos dos pacientes, de suas famílias e das nutricionistas.	Analisar como é feito o acompanhamento de nutricionistas que atuam no tratamento de TAs.	Percebeu-se que os estudos na área dos TAs se direcionam mais para os aspectos ligados ao paciente e à sua família e pode-se notar a escassez de estudos abordando os impactos psicológicos acarretados no profissional da Nutrição ao trabalhar com estes transtornos.
Cori; Petty; Alvarenga, 2015	Atitudes de nutricionistas em relação a indivíduos obesos – um estudo exploratório.	Entender como nutricionistas que trabalham com obesidade, transtornos alimentares e comportamento alimentar atuam.	A culpabilização do paciente e o foco de que o problema poderia ser resolvido com "força de vontade" foram evidenciados nos resultados - com os profissionais respondendo que é desconfortável ser associado a um obeso, e que os obesos poderiam alcançar o peso ideal se fossem motivados.
Alvarenga, M. *et al.* 2015	Nutrição comportamental.	Analisar o comportamento alimentar, os tipos e a relação com o nutricionista.	A remissão das compulsões alimentares é capaz de frear o ganho de peso dos pacientes com TCA, o que deve ser encarado de forma positiva, uma vez que eles tendem a ganhar peso progressivamente se não forem tratados.
Pedrosa; Teixeira, 2015	A perspectiva biomédica dos transtornos alimentares e seus desdobramentos em atendimentos psicológicos	Analisar os desdobramentos da perspectiva biomédica em atendimentos psicológicos em um serviço interdisciplinar de transtornos alimentares	Na clínica dos transtornos alimentares, a participação da nutricionista se destaca no ensino à ingestão dos alimentos e no balanceamento adequado de valores calóricos considerados normais a serem ingeridos, assim como a suplementação de vitaminas necessárias para o bom funcionamento do organismo.

DISCUSSÃO

Em informações relatadas por Galisa *et al.,* (2014), conforme citado por Leite e Diniz (2021), o nutricionista deve conhecer os hábitos alimentares do paciente. Ao realizar a anamnese torna-se perspicaz e busca a maior quantidade de informação possível, para então ter um diagnóstico preciso. Os profissionais devem informar adequadamente os pacientes sobre: a importância nutricional e consequências fisiológicas que os TA podem desenvolver no paciente. Ter um nutricionista deve fazer o paciente se sentir seguro para permitir intervenções e mudanças entre paciente/alimento para que a pessoa consiga autonomia na hora de ingerir alimentos de forma consciente e saudável, aproveitando os benefícios que a alimentação traz para o corpo.

Nesse sentido, Moraes, Maravalhas, Mourilhe (2019), relatam que os cuidados nutricionais são diferenciados no tratamento de indivíduos com TA, diferenciando-se dos tratamentos tradicionais. Normalmente, esses pacientes procuram primeiro tratamento com um profissional nutricionista com o objetivo de melhorar a alimentação ou por insatisfação com o peso ou obesidade. Portanto, esses profissionais devem saber identificar e abordar os comportamentos relacionados aos TA. Se forem diagnosticadas e tratadas precocemente, o prognóstico é melhor e, dependendo do diagnóstico relevante, o desenvolvimento de complicações futuras.

Diante disso, Gomes *et al.,* (2021 *apud* Kachani, 2012), evidencia que o tratamento nutricional para pessoas com transtornos alimentares envolve duas fases distintas: educacional e experimental. A fase educacional é a primeira a ser realizada e pode ser realizada por qualquer profissional graduado, inclui coleta e fornecimento de informações para fornecer informação nutricional adequada aos pacientes e suas famílias. Já a fase experimental possui objetivos mais terapêuticos e devem ser conduzidos por profissionais treinados e com conhecimentos básicos de psicologia. Envolve ajudar os pacientes a separar os comportamentos relacionados ao peso e à alimentação dos sentimentos e emoções. Abordando questões psicológicas através de reeducação nutricional e aconselhamento de comportamento alimentar.

No entanto, nenhuma parte deste trabalho seria tão eficaz sem o envolvimento da psiquiatria, que está mais capacitada para gerir as condições emocionais dos pacientes, como ansiedade e depressão, através de medicamentos. A dinâmica entre vários profissionais deve ser comum para apoiar o plano de tratamento, caso

[1] Centro Universitário Uniredentor, freitasalejandra1@gmail.com
[2] Centro Universitário Uniredentor, bruna.slopes@gmail.com

contrário será impossível para a equipe continuar a resolver os seus problemas. Indivíduos com transtornos alimentares apresentam um perfil de risco real que necessita de trabalho em equipe organizado para os acompanharem. (Pedrosa; Teixeira, 2015).

Como relata Souza *et al.,* (2014), o profissional deve abordar as atitudes alimentares e corporais para ajudar a prevenir a recaída e a cronicidade do transtorno da compulsão alimentar periódica, pois com a descoberta de que o TA tem uma pior relação com a alimentação sugere que mais do que apenas os sintomas clássicos da compulsão alimentar periódica e da síndrome purgativa precisam ser abordados no tratamento. Acredita-se que quanto mais preocupados com a alimentação, os tipos de alimentos e a imagem corporal, mais fácil será para os pacientes apresentar compulsões e mais métodos compensatórios inadequados. Isto leva à coerção e a métodos de compensação menos adequados.

Ademais, Bechara; Kohatsu (2014), discutem que ao tratar os TAs, os nutricionistas não devem seguir regras rígidas, como prescrições dietéticas. Esses são os principais fatores etiológicos precipitantes desta doença e também podem atuar como fator de manutenção. Os nutricionistas devem trabalhar em um ritmo que os pacientes possam seguir e atingir objetivos pessoais estabelecidos em conjunto, para que as mudanças sejam graduais e evite reforçar sentimentos de frustração e inadequação.

Diante do exposto, Cori, Petty, Alvarenga (2015), a falta empatia e conhecimento em alguns profissionais da área para a melhor compreensão do paciente e de sua relação com a alimentação. Um olhar sem julgamento e sem preconceito para não dificultar ou até então impedir que o paciente receba tratamento e orientações adequadas, ficando mais vulnerável e propenso a desenvolver TA. Dietas restritivas e desbalanceadas devem ser melhor discutidas na conduta nutricional.

Assim sendo, Alvarenga *et al,.* (2015), relatam que a atuação do profissional nutricionista é de extrema importância para auxiliar os pacientes a melhorar sua relação com a comida e o corpo, conversar sobre crenças alimentares com os pacientes com base científica, explorar padrões de beleza e qualidade de vida, visando melhorar o comportamento alimentar.

Dessa maneira, Pedrosa; Teixeira (2015), evidenciam que nas clínicas de transtornos alimentares, a atuação dos profissionais nutricionistas se fazem presente no ensino à ingestão dos alimentos e na quantidade adequada de valores calóricos, considerados normais, não só isso mas também assim como a suplementação de vitaminas necessárias para o bom funcionamento do organismo. Porém todo esse trabalho deve ser feito com uma equipe multidisciplinar para maior efetividade no controle sob as condições emocionais que acompanham o paciente como a ansiedade e a depressão.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Dentre os dados analisados neste estudo, através de pesquisas e publicações científicas, visando analisar a atuação do profissional nutricionista no tratamento dos transtornos alimentares, os estudos mostram que a atuação de um profissional nutricionista é extrema importância no diagnóstico e no tratamento de TAs. No fato exposto que alguns profissionais da área desfavorecem a empatia e conhecimento para melhor compreender o paciente, se faz necessário a humanização e melhor capacitação desses profissionais, para melhor atender seus pacientes. Diante do fato que o nutricionista é um profissional instruído a entender sobre os componentes alimentares, das proporções calorias e nutrientes ele é um profissional adequando a instruir os pacientes com TAs, auxiliando na educação e reeducação alimentar, orientando na quantidade e qualidade dos alimentos podendo assim influenciar positivamente na melhora dos TAs ajudando a restabelecer a saúde desses pacientes que sofrem com transtornos alimentares, suas vertentes e na distorção da autoimagem. Desse modo, se faz preciso a participação de uma equipe multidisciplinar para melhor tratar as pessoas com transtornos alimentares, pois de nada é válido mudar os comportamentos alimentares se não for tratado a parte emocional correlacionando a pessoa e o seu corpo, seu bem estar. Portanto faz se necessário a desmistificação da atuação do profissional nutricionista e de outros profissionais capacitados para que mais pessoas possam buscar ajuda quando preciso e necessário.

REFERÊNCIAS

ALVARENGA, M. et al. Nutrição comportamental. São Paulo: **Manole**, 2015.

ANDRADE, T. F. DE; SANTOS, M. A. DOS. A experiência corporal de um adolescente com transtorno alimentar. **Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental**, v. 12, p. 454–468, 1 set. 2009.

BECHARA, A. P. DO V.; KOHATSU, L. N. **Tratamento nutricional da anorexia e da bulimia nervosas: aspectos psicológicos dos pacientes, de suas famílias e das nutricionistas.** Vínculo, v. 11, n. 2, p. 07-18, 1 dez. 2014.

LEITE, R. P. P.; DINIZ, T. M. **O papel da nutrição comportamental no tratamento dos transtornos alimentares e na distorção da imagem.** dspace.uniceplac.edu.br, 9 set. 2021.

CORI, G. DA C.; PETTY, M. L. B.; ALVARENGA, M. DOS S. Atitudes de nutricionistas em relação a indivíduos obesos – um estudo exploratório. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, n. 2, p. 565–576, fev. 2015.

GOMES, G. DA S. C. R. et al. Transtornos alimentares e a influência das mídias sociais na autoimagem corporal: um olhar sobre o papel do nutricionista. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 16, p. e191101623277–e191101623277, 11 dez. 2021.

LATTERZA, A. R. et al. Tratamento nutricional dos transtornos alimentares. **Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)**, v. 31, n. 4, p. 173–176, 2004.

MORAES, C. E. F. de; MARAVALHAS, R. de A.; MOURILHE, C. O papel do nutricionista na avaliação e tratamento dos transtornos alimentares. **Debates em Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 9, n. 3, p. 24–30, 2019. DOI: 10.25118/2763-9037.2019.v9.51. Disponível em: https://revistardp.org.br/revista/article/view/51. Acesso em: 10 out. 2023.

PEDROSA, M. A. A. et al. Aspectos gerais da avaliação e tratamento dos transtornos alimentares. **Debates em Psiquiatria**, v. 9, n. 3, p. 14–23, 30 set. 2019.

PEDROSA, R. L.; TEIXEIRA, L. C. A perspectiva biomédica dos transtornos alimentares e seus desdobramentos em atendimentos psicológicos. **Psicologia USP**, *[S. l.]*, v. 26, n. 2, p. 221-230, 2015. DOI: 10.1590/0103-656420140035. Disponível em: https://www.revistas.usp.br/psicousp/article/view/102396. Acesso em: 10 out. 2023.

REIS, J. A. DOS et al. Factors associated with the risk of eating disorders among academics in the area of health. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 35, n. 2, p. 73–78, 1 jun. 2014.

SOUZA, A. C. DE et al. Atitudes em relação ao corpo e à alimentação de pacientes com anorexia e bulimia nervosa. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria,** v. 63, n. 1, p. 1–7, mar. 2014.

UZUNIAN, L. G.; VITALLE, M. S. DE S. Habilidades sociais: fator de proteção contra transtornos alimentares em adolescentes. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, n. 11, p. 3495–3508, nov. 2015.

KESSLER, A. L.; POLL, F. A. Relação entre imagem corporal, atitudes para transtornos alimentares e estado nutricional em universitárias da área da saúde. Jornal Brasileiro de Psiquiatria, v. 67, p. 118–125, 2018.

[1] Centro Universitário Uniredentor, freitasalejandra1@gmail.com
[2] Centro Universitário Uniredentor, bruna.slopes@gmail.com

PALAVRAS-CHAVE: Transtornos Alimentares, Nutricionista, Nutrição nos transtornos alimentares

[1] Centro Universitário Uniredentor, freitasalejandra1@gmail.com
[2] Centro Universitário Uniredentor, bruna.slopes@gmail.com