

ATUAÇÃO MULTIPROFISSIONAL DE PSICÓLOGO E NUTRICIONISTA PERANTE O TRANSTORNO ALIMENTAR DE BULIMIA NERVOSA¹

**Clarissa de Oliveira², Lara da Silva Carvalho³, Milene Thomas⁴, Victória da Silva
Soardi⁵, Rafaela Pietczacka de Almeida⁶, Solange Castro Schorn⁷**

¹ Trabalho realizado na disciplina de Psicologia Aplicada a Nutrição da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul.

² Acadêmica do curso de Nutrição, clarissa.oliveira@sou.unijui.edu.br

³ Acadêmica do curso de Psicologia, lara.carvalho@sou.unijui.edu.br

⁴ Acadêmica do curso de Nutrição, milene.thomas@sou.unijui.edu.br

⁵ Acadêmica do curso de Nutrição, victoria.soardi@sou.unijui.edu.br

⁶ Acadêmica do curso de Nutrição, rafaela.pietczacka@sou.unijui.edu.br

⁷ Professora Dra dos cursos da saúde, solange.schorn@unijui.edu.br

INTRODUÇÃO

Os transtornos alimentares são condições psiquiátricas caracterizadas por alterações persistentes nas refeições ou em comportamentos relacionados aos hábitos alimentares. Quando há alteração no consumo ou na absorção de alimentos, afeta a saúde física e mental do indivíduo. De acordo com a Associação Brasileira de Psiquiatria, estima-se que mais de 70 milhões de pessoas no mundo sejam afetadas por algum transtorno alimentar, incluindo anorexia, bulimia, compulsão alimentar e outros (LOPES 2022).

A bulimia nervosa (BN), é um transtorno alimentar caracterizado por episódios recorrentes de ingestão de alimentos em excesso, seguido por comportamentos compensatórios, como vômitos induzidos, uso indevido de diuréticos ou exercício físico excessivo. Ela afeta muitos aspectos da saúde, tanto física quanto mental. Dessa forma, é imprescindível uma rede de apoio multidisciplinar que acolha o paciente, a nutrição e a psicologia são duas áreas de grande importância para o tratamento de transtornos alimentares. O padrão alimentar na bulimia é caótico, começa com uma dieta restritiva em qualidade e quantidade de comida, acompanhada por compulsão alimentar. Essa compulsão é ocasionada por uma alta ingestão de alimentos, a qual provoca o medo de engordar e ansiedade, levando a pessoa a métodos purgativos e não purgativos. O tratamento nutricional é fundamental para recuperação desse paciente, pois o mesmo se encontra em um quadro nutricional depreciado (BECHARA E KOHATSU 2020).

As modificações ocorridas na sociedade, no que diz respeito ao padrão de beleza, aumentam as complicações associadas a aceitação da estética corporal, este fato pode criar danos e desencadear indícios de transtornos alimentares tais como a bulimia nervosa (BN) que por sua vez pode causar agravos sérios a saúde psíquica e física do indivíduo, que vão desde inflamação na garganta devido a contínua indução de emese, até problemas cardíacos, sangramentos, complicações gastrointestinais e distúrbios neurológicos (ALVARENGA 2020).

Diante disso, o presente trabalho tem o objetivo de realizar uma revisão de literatura sobre o transtorno alimentar de bulimia nervosa (BN), destacando o importante papel da atuação multiprofissional de psicólogos e nutricionistas nesses casos.

METODOLOGIA

O estudo está caracterizado como uma revisão de literatura. Embasada em estudos científicos de fontes diversas, tais como artigos e livros sobre o assunto tratado, buscando o aprimoramento dos conhecimentos sobre o transtorno alimentar de bulimia nervosa (BN) e sua relação entre nutrição e psicologia.

Foi realizada a leitura profunda e específica desses materiais que estão relacionados à temática estudada pelo grupo. A estratégia de pesquisa foi definida por referências teóricas e bibliográficas visando a relação psicológica e nutricional sobre a bulimia nervosa onde as mesmas norteiam a construção desse resumo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A bulimia nervosa (BN), é um transtorno alimentar que se desencadeia pela grande ingestão de alimentos de forma rápida, ou seja, com perda de controle, os chamados episódios bulímicos. Os mesmos são acompanhados de tentativas de métodos compensatórios que são criados com o objetivo de controlar o peso, como emese provocada, utilização de medicamentos diuréticos, laxantes e inibidores de apetite, dietas e exercícios físicos exagerados (ASSUNÇÃO 2022).

As compulsões alimentares são ocasionadas inúmeras vezes pela visão equivocada que os indivíduos acometidos pela bulimia nervosa (BN), têm no que se refere à alimentação adequada. Assim, considerando apenas a alimentação restritiva como saudável, os mesmos não

se permitem consumir alimentos que não possuem um alto valor nutricional, mas que proporcionam a sensação de prazer que está ligado a hormônios que causam o bem-estar, como o chocolate por exemplo que aumenta a produção de serotonina; porém no momento em que comem esses alimentos, sentem uma culpa muito grande, seguida por um pensamento de fracasso por não ter conseguido resistir desta maneira impulsionando o transtorno alimentar, (ALVARENGA 2020).

Ainda segundo Alvarenga, o tratamento nutricional para bulimia nervosa (BN), assim como para Anorexia Nervosa (AN), é um trabalho diferenciado das abordagens nutricionais realizadas para outras doenças. Pois, em outros tratamentos, o estado nutricional de eutrofia, ou seja, perda de peso é o objetivo a ser alcançado, já nos casos de transtornos alimentares o principal foco é investigar a relação que o indivíduo tem com o alimento, ou seja, outros aspectos devem ser considerados numa visão mais ampla sobre os hábitos alimentares desse indivíduo. Desta forma, o nutricionista que atende os mesmos é chamado de terapeuta nutricional, sendo este um termo que engloba todas as ações individualizadas e diferenciadas realizadas com esses pacientes.

O atendimento multiprofissional incluindo psicólogo e nutricionista é necessário nos casos de transtornos alimentares, pois o suporte de ambos profissionais pode contribuir para diminuir a ansiedade, a frustração, a tristeza, entre outros sentimentos considerados facilitadores de episódios de compulsão alimentar e de indução a êmese (vômitos) nesses indivíduos, bem como facilitar a compreensão dos mesmos sobre o transtorno vivenciado, evidenciando as complicações a saúde psíquica e corporal (BECHARA E KOHATSU 2020).

Indivíduos acometidos pelo transtorno alimentar de bulimia nervosa (BN) demoram a perceber de forma consciente que estão doentes. Acreditam que estão agindo de maneira correta para se sentirem bonitos e satisfeitos com sua imagem corporal, levando em consideração que suas motivações falam sobre perder peso e manter o controle, preocupando-se apenas com a questão estética e não priorizando sua saúde psíquica e fisiológica. Deste modo, assim que o problema é diagnosticado é importante realizar um tratamento individualizado e multiprofissional levando em conta que a bulimia nervosa envolve não somente o indivíduo acometido pela mesma, mas também toda a sua família e sociedade em geral (BASTOS 2022).

No transtorno alimentar de bulimia nervosa (BN), é necessário trabalhar com a chamada abordagem psicodinâmica que se refere a uma compreensão do psiquismo em seus processos dinâmicos. Essa abordagem está fundamentada nos princípios da teoria psicanalítica cuja técnica propõe resolver conflitos intrapsíquicos do indivíduo com o objetivo de promover a reestruturação, reorganização e compreensão de suas atitudes. Essa técnica consiste em uma comunicação simbólica sobre o transtorno vivenciado no momento, destacando a determinação inconsciente de desejos, motivação ou medos que levam a realizar tal atitude. O pensamento psicanalítico desenvolve a compreensão do funcionamento psíquico assim contribuindo na terapêutica nos casos de transtornos alimentares (ASSUNÇÃO 2022).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Portanto, após a conclusão deste estudo, foi possível identificar a importância da atuação conjunta entre psicólogos e nutricionistas no que se refere aos casos de transtornos alimentares, destacando o quanto é necessário a observação e atenção dos sinais e sintomas que a bulimia nervosa (BN) apresenta. Esse tipo de investigação deve ter início desde a infância do indivíduo até sua vida adulta, evidenciando as possíveis causas que proporcionaram o surgimento do distúrbio alimentar.

Diante o exposto, é importante salientar que o atendimento multiprofissional nos casos de transtornos alimentares principalmente na bulimia nervosa (BN), influencia em uma melhor adesão ao tratamento juntamente como o acompanhamento familiar, a psicoterapia cognitivo comportamental e o aconselhamento nutricional juntos são fortes aliados no desenvolvimento da melhora do paciente (BASTOS 2022).

Palavras-chave:

Bulimia nervosa. Distúrbio alimentar. Atuação multiprofissional. Psicólogo. Nutricionista

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVARENGA, Marle dos Santos; SCAAGLIUSI, Fernanda Baeza. **Tratamento nutricional da bulimia nervosa:** nutritional therapy for bulimia nervosa. 2020. 12 f. Curso de Nutrição, Departamento de Ciências da Saúde, Universidade Federal de São Paulo, Campinas (SP), 2020. Cap. 10. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1415-52732010000500020>. Acesso em: 29 abr. 2023.

ASSUNÇÃO, Carmen Leal de; CABRAL, Mônica. **Complicações clínicas da anorexia nervosa e bulimia nervosa:** medical complications of anorexia nervosa and bulimia nervosa. 2022. 5 v. Curso de Psicologia, Ciências da Saúde, Instituto Estadual de Diabetes e Endocrinologia do Rio de Janeiro (Iede).Rio de Janeiro (RJ), 2022. Cap. 20. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1516-44462002000700007>. Acesso em: 29 abr. 2023.

BASTOS, Isadora Moreira; MOCO, Camila Medina Nogueira. **A Terapia Cognitiva-comportamental no Transtorno da Bulimia Nervosa:** cognitive -behavioral therapy in the treatment of bulimia nervosa. 2022. 16 f. Curso de Psicologia, Departamento da Saúde, Centro Universitário Universidade Redentor, São Paulo (SP), 2022. Cap. 9. Disponível em: <https://www.periodicorease.pro.br/rease/article/download/7566/2968>. Acesso em: 29 abr. 2023.

BECHARA, A. P. V. KOHATSU, L. N.. **Tratamento nutricional da anorexia e da bulimia nervosas:** aspectos psicológicos dos pacientes, de suas famílias e das nutricionistas. Vínculo, São Paulo , v. 11, n. 2, p. 07-18, dez. 2020. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php.script=sci-abstract&pid=S1806-24902014000200003>. Acesso em: 28 abr.2023

LOPES, Cintia Matos; RODRIGUES JUNIOR, Omero Martins. **A influência da mídia no comportamento alimentar entre os adolescentes: Transtornos alimentares anorexia nervosa e a bulimia nervosa:** the influence of the media on the eating behavior of adolescents: eating disorders anorexia nervosa and bulimia nervosa. 2022. 11 v. Curso de Nutrição, Saúde, Universidade Nilton Lins, Brasil, Manaus, 2022. Cap. 13. Disponível em: <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i13.35648>. Acesso em: 29 abr. 2023.