

ANOREXIA NERVOSA E FATORES ASSOCIADOS EM ADOLESCENTES

Gabriela Maximiano da Costa ⁽¹⁾; Jessica Silva dos Santos ⁽¹⁾; Cristiane Saraiva Monteiro ⁽²⁾;
Ed Carlos Morais dos Santos ⁽³⁾; Adriana Sousa Carvalho de Aguiar ⁽⁴⁾

(1-Faculdade Ateneu-Fate, gabwcosta@gmail.com. 1-Faculdade Ateneu-Fate, jessica_ximinessilva@hotmail.com. 2-Faculdade Ateneu-Fate, cristianetcag@hotmail.com. 3-Faculdade Ateneu-Fate, edcarlos.morais@fate.edu.br. 4-Faculdade Ateneu-Fate, adrianaufc@gmail.com.).

Resumo do artigo: A enfermagem encontra-se constantemente preocupada com a atenção primária à saúde da população, sobretudo estando essa na delicada fase que é a adolescência. Os hábitos alimentares de adolescentes têm sido caracterizados como de risco para o desenvolvimento de enfermidades crônicas. Anorexia nervosa é um transtorno do comportamento alimentar, séria condição psiquiátrica caracterizada por limitações dietéticas auto impostas, padrões bizarros de alimentação e acentuada perda de peso. A anorexia nervosa pode desencadear diversos problemas à saúde, dentre eles alterações metabólicas, endócrinas e eletrolíticas. Objetivou-se investigar os comportamentos alimentares de adolescentes como fatores de risco para anorexia nervosa e realizar avaliação antropométrica. Trata-se de um estudo descritivo exploratório com abordagem quantitativa realizada numa escola estadual de educação profissional em Eusébio-CE. Participaram 227 alunos regularmente matriculados na escola, do 1º ao 3º ano do ensino médio. Foi aplicado um questionário com perguntas sobre anorexia nervosa e fatores de risco relacionados. Realizou-se também a medição da altura e peso desses adolescentes para cálculo do índice de massa corporal (IMC). Estudo extraído do projeto interdisciplinar da disciplina nutrição aplicada à enfermagem. Participaram do estudo 227 alunos sendo 101 do sexo masculino e 126 do sexo feminino. Com relação a classificação do IMC 168 adolescentes foram classificados como peso adequado, 9 abaixo do peso e 50 sobrepeso. O questionário procurou saber um pouco mais dos hábitos alimentares dos adolescentes, no qual 56% dos estudantes consideram regulares, 25% o classificam como bom, 13% como ruim e 6% consideram seus hábitos alimentares como péssimo, e como se sentiam com relação ao seu corpo foi uma variável analisada e 44% se dizem satisfeitos com seu próprio corpo, 36% gostariam de emagrecer, 8% se consideravam acima do peso e apenas 12% relatavam estar abaixo do peso. O que nos mostra que os jovens tem conhecimento de que precisam ter hábitos saudáveis, e de sua importância, embora isto ainda esteja ligado inteiramente a aparência física e não focado na saúde. Este trabalho revela ainda, a contribuição do profissional de enfermagem, junto à equipe multiprofissional, com relação ao tratamento do adolescente acometido com anorexia nervosa.

Palavras-chave: Anorexia nervosa, Adolescentes, Distúrbios alimentares, Hábitos alimentares.

INTRODUÇÃO

Para a Organização Mundial de Saúde (OMS) e Organização Pan-americana de Saúde (OPS) a adolescência se constitui em um processo biológico e vivências orgânicas, no qual se aceleram o desenvolvimento cognitivo e a estruturação da personalidade, abrangendo a pré-adolescência (entre 10 e 14 anos) e a adolescência (dos 15 aos 19 anos). E hoje temos uma questão muito importante que gera muitas discussões, que são os hábitos alimentares dos adolescentes do mundo inteiro (BRASIL, 2015).

Hábitos alimentares de adolescentes brasileiros têm sido caracterizados como de risco para o desenvolvimento de enfermidades crônicas por apresentarem elevado consumo de alimentos marcadores de alimentação não saudável, tais como alimentos processados, bebidas com adição de açúcar, ricos em gorduras saturadas, açúcar de adição e sódio e baixo consumo de alimentos marcadores de alimentação saudável, como frutas, verduras, feijão e produtos lácteos (TORAL et al., 2009; LEVY et al., 2010; MALTA et al., 2010; IBGE, 2011).

Os transtornos alimentares são considerados graves, complexos e com alto grau de morbidade, sobretudo na adolescência. Sendo assim, vale salientar que essas patologias iniciam-se normalmente nesse período e afetam severamente o desenvolvimento do indivíduo. Apresentam, ainda, um prognóstico que mobiliza toda a família (PINZON et al., 2004). Os transtornos alimentares trazem um sofrimento intenso não apenas para o portador, mas também para seus familiares e amigos. Estas desordens contemplam basicamente a anorexia e bulimia nervosa, as quais são de duas a cinco vezes mais comuns que as outras alterações do comportamento alimentar (BERMÚDEZ et al, 2016; ORNELAS et al, 2016).

A ideia predominante é de que o que é belo é bom, sendo o magro sinônimo de beleza (COSTA, 2010). A mídia, por sua vez, tem corroborando e ampliando esse famigerado conceito, apresentando como itens influentes para constituição da identidade moderna dos indivíduos. Assim, os transtornos vêm sendo desenvolvidos diante de um grande drama social, introduzidos através de revistas, jornais, programas de TV, filmes, músicas, esportes e publicidade (GONÇALVE et al, 2013). Sempre é bom frisar que na maioria das vezes esses comportamentos são reflexos da concepção da sociedade sobre ter o corpo ideal, podendo haver grandes transformações na vida de indivíduos que buscam isso de forma incansável, podendo levá-los ao desenvolvimento de doenças como a anorexia nervosa (AN) (BERMÚDEZ et al, 2016).

A palavra anorexia vem do grego, *anorektos* tendo como significado falta de apetite ou inapetência, sendo que o indivíduo entra em dieta de forma voluntária. As primeiras descrições da anorexia foram feitas na literatura teológica entre os séculos V e XVI, nos casos de jovens jejuadoras, reconhecidas, posteriormente, pela Igreja Católica como santas, ("santas anoréxicas"). Naquela época, os sintomas estavam vinculados ao discurso religioso e eram explicados como milagres divinos ou possessão demoníaca (CUNHA et al, 2013). É um quadro psiquiátrico que afeta principalmente adolescentes e adultos jovens do sexo feminino, levando a grandes prejuízos biopsicossociais com elevada morbidade e mortalidade (GONÇALVES et al, 2013).

Anorexia nervosa (AN) é um transtorno do comportamento alimentar (TA), séria condição psiquiátrica caracterizada por limitações dietéticas auto impostas, padrões bizarros de alimentação e acentuada perda de peso, tudo isso associado a grande temor de engordar, recusa em manter o peso mínimo adequado para a idade e a altura, distúrbio da imagem corporal e transtorno endócrino generalizado envolvendo o eixo hipotálamo- hipofisário- gonadal com atraso puberal ou involução dos caracteres sexuais secundários nos adolescentes do sexo masculino. Ocorre principalmente em adolescentes e adultos jovens do sexo feminino, sendo incomum em adolescentes do sexo masculino (CAÑETE, 2008; VIANEZ; BRANDÃO, 2015).

Quando a AN é desencadeada na adolescência, muitos problemas são gerados, como desidratação rigorosa, perda de potássio e riscos maiores de arritmias cardíacas. Ressecamento da pele e mucosa, cabelos quebradiços e finos, ocorrendo uma má distribuição de líquidos corporais, gerando inchaços nas pernas e barriga, constipação intestinal, desnutrição, enfraquecimento físico, amenorreia (ausência da menstruação), devido à carência do tecido gorduroso, que evita o metabolismo dos hormônios. Com a privação dos alimentos, o organismo se apropria da própria massa muscular, pois necessita de energia para as funções vitais (ORNELAS et al, 2016).

O transtorno do comportamento alimentar refere-se a toda e qualquer circunstância que suponha uma disfunção no comportamento alimentar do indivíduo. Os transtornos alimentares são multideterminados e resultam da interação entre fatores biológicos, psicológicos, culturais e experiências pessoais (GONÇALVES et al, 2013).

Dentro dessa perspectiva o presente trabalho torna-se relevante em razão do índice elevado de incidência dos Transtornos Alimentares relacionado a grande exposição e influência dos meios de comunicação quanto ao conceito irrealista de beleza, gerando uma preocupação com a imagem perfeita e inatingível representada pela magreza, isso causa uma busca

incontrolável para alcançar o corpo perfeito, levando o indivíduo a grandes prejuízos biopsicossociais com uma alta taxa morbimortalidade. Com tudo, se questionou então, qual conhecimento dos jovens sobre anorexia nervosa e qual a percepção que estes têm sobre a imagem corporal.

O que torna o papel da equipe de saúde fundamental, na promoção de saúde desses adolescentes. Não apenas no tratamento da doença, mas principalmente na sua prevenção por meio de educação em saúde nas escolas, informando a esses jovens a importância de se ter uma alimentação saudável e dos malefícios com um mau hábito alimentar (SOUZA et al, 2015). O prejuízo pessoal e social de indivíduos caracteristicamente jovens, o curso longo e variável, e o prognóstico reservado, requerem um planejamento terapêutico eficaz, baseado numa equipe multidisciplinar (TOLEDO et al, 2011).

A importância de estar atento para os sinais que possam sinalizar a presença ou manifestação desses transtornos, enfatizando a necessidade de um tratamento multiprofissional, cujos melhores resultados ocorrem nos casos de intervenção e tratamento precoces. É de grande importância incluir os familiares na avaliação e no processo desse planejamento, sendo necessário avaliar a família como um sistema de apoio. O presente estudo objetivou investigar os comportamentos alimentares de adolescentes como fatores de risco para anorexia nervosa e realizar avaliação antropométrica.

METODOLOGIA

Estudo descritivo exploratório com abordagem quantitativa realizada em uma escola de ensino médio localizada no município de Eusébio-CE. Para estabelecimento do tamanho da amostra foi realizado um cálculo estatístico do tipo população finita com intervalo de confiança de 95% e uma margem de 5% de erro. Amostra definida foi de 227 alunos, sendo que esta quantidade foi dividida por 12, total de salas do ensino médio da referida escola. Foram selecionados de forma aleatória 19 alunos para cada sala de aula.

Critérios de inclusão: alunos que estivessem presentes no dia da coleta de dados e que estivesse regularmente matriculado do 1º ao 3º ano do ensino médio, independente do sexo, a coleta dos dados ocorreu no mês de outubro 2016.

Os dados foram coletados através de um questionário fechado de múltiplas alternativas, que investigou o conhecimento dos adolescentes sobre anorexia nervosa. Realizou-se o cálculo do índice de massa corporal de cada aluno. Respeitaram-se princípios éticos como anonimato, privacidade e sigilo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram do estudo 227 alunos, dos quais 101 (44,49%) eram do sexo masculino e 126 (55,51%) do sexo feminino. A idade variou de 15 a 18 anos. Quanto aos resultados obtidos no preenchimento do questionário: A primeira variável investigou: “Você já ouviu falar de anorexia nervosa?” Dos estudantes, 47% responderam que sim e 53% desconheciam. Esse dado demonstra que os participantes tinham algum tipo de conhecimento sobre a doença, uma vez que ela é um quadro psiquiátrico que afeta principalmente adolescentes e adultos jovens do sexo feminino, sendo 90% dos casos registrados, levando a grandes prejuízos biopsicossociais com elevada morbidade e mortalidade.

A segunda variável investigou: “Como você se sente em relação a seu corpo?” teve como objetivo ver qual a percepção que esses jovens tinham em relação à imagem do seu corpo. Diante dessa questão, 44% se dizem satisfeitos com seu próprio corpo, 36% gostariam de emagrecer, 8% se consideravam acima do peso e apenas 12% relatavam estar abaixo do peso. Algo bem característico desta fase, na qual a imagem do corpo passa a ser muito importante, gerando a expectativa de ter um corpo magro, esbelto e bonito.

A terceira variável procurou saber com que frequência esses adolescentes realizavam regimes: “Com que frequência você costuma fazer regimes?”. Diante dessa questão 4,40% responderam que sempre fazem regimes, 65,65% relataram nunca fazer regimes e 29,95% disseram fazer regime as vezes.

A quarta variável questionava sobre a frequência com que esses adolescentes realizavam jejuns prolongados: “Você costuma realizar jejuns prolongados?”. De acordo com os jovens, 65% nunca realizam jejuns prolongados entre os intervalos das refeições, e 25% responderam que às vezes realizam esses jejuns a grandes intervalos. A literatura menciona que o jejum prolongado é um dos primeiros sintomas de anorexia nervosa (GIORDANI, 2016).

A quinta variável investigou saber quantas refeições os jovens faziam por dia: “Quantas refeições você faz por dia?” Diante deste questionamento, 4,84% respondeu que realiza de uma a duas refeições por dia, 55,52% diz fazer de três a quatro, 37,44% realiza de cinco a seis e 2,20% não sabe informar quanta refeições realiza ao dia.

A sexta variável questionava foi sobre as refeições que esses adolescentes costumavam realizar todos os dias: “Quais refeições você realiza todos os dias?” nesta pergunta, os alunos poderiam marcar mais de uma alternativa. Diante das respostas, as refeições principais do dia foram: 25% é o almoço, 17% café da manhã e 18% é o jantar. Importante ressaltar que, a escola onde o estudo foi realizado é de tempo integral, onde os alunos passam o dia. Deve ser levado

em consideração quanto a refeição do almoço, que é fornecida pela escola aos alunos.

A sétima pergunta do questionário investigou como os adolescentes classificavam seus hábitos alimentares. Diante dessa questão 56% dos estudantes consideram regulares, 25% o classificam como bom, 13% como ruim e 6% consideram seus hábitos alimentares como péssimo. Segundo Paixão (2010), no decorrer dos anos a alimentação do adolescente vem mudando cada vez mais, demonstrando assim uma grande perda nutricional. Os hábitos alimentares na adolescência pode ser fator de risco grave para doenças crônicas não transmissíveis na adolescência e também na fase adulta.

A oitava variável tratava-se da frequência com que os adolescentes praticavam atividade física: “Com que frequência você pratica atividade física?”. A partir desse questionamento, 45,83% responderam que realizam atividade física somente quando podem, 17,62% respondeu que só pratica atividade física na escola, 13,65% não pratica nenhum tipo de atividade física e 20,70% disseram praticar exercícios todos os dias. Dentre os alunos tiveram também 2,20% que não responderam ao questionamento.

Calculou-se o Índice de Massa Corporal dos alunos, tomando como referência parâmetros do Ministério da Saúde. Segundo essa classificação 74% dos alunos está no peso adequado para sua altura e 22% dos alunos estão com sobrepeso. O que nos permite fazer uma comparação com segunda variável onde os alunos foram questionados acerca de suas percepções em relação a sua imagem do seu próprio corpo, na qual 36% assinalaram que gostariam de emagrecer um pouco mais, quando vemos com esses dados que uma grande parcela dos alunos encontra-se no peso adequado para a altura que possuem. O medo excessivo de engordar e a distorção da imagem vêm sendo desencadeada principalmente por mulheres.

CONCLUSÃO

Diante dos resultados obtidos pode-se concluir que os adolescentes possuem algum conhecimento sobre anorexia nervosa, mesmo que superficialmente. E mesmo estando satisfeitos com a percepção que possuem de seus corpos, o desejo de emagrecer é sempre constante, o que deve ser observado com cuidado pelos profissionais de saúde, em especial aos enfermeiros, com ajuda da família do adolescente.

O enfermeiro juntamente com uma equipe multidisciplinar, devem preocupar-se também em orientar a família da importância que é se ter bons hábitos alimentares e os benefícios decorrente de uma boa alimentação, enfatizando as consequências que podem advir de uma má alimentação. Visto que esses jovens sabem que precisam melhorar seus hábitos, e não o fazem por muita das vezes menosprezam suas consequências.



REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

SOUZA, Laura Viela; SANTOS, Manoel Antônio. Histórias de sucesso de profissionais da saúde no tratamento dos transtornos alimentares. **Psicologia: ciência e profissão**, São Paulo, v 35(2), p.528-542, Abr. 2015. Universidade de São Paulo.

GONÇALVES, Juliana de Abreu; MOREIRA, Emilia Addison M.; TRINDADE, Erasmo Benício S. de M.; FIATES, Giovanna Medeiros R. Transtornos alimentares na infância e na adolescência. **Rev. Paul Pediatr**, Florianópolis, v 31(1), p. 96-103, Mai. 2012. Universidade Federal de Santa Catarina.

ORNELAS, Elide Dezoti Valdanha; SANTOS, Manoel Antônio. Family Pyschic Transmission and Anorexia Nervosa. **Psico- USF**, Bragança Paulista, v. 21, n.3, p. 635-649, Set/Dez. Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto.

CUNHA, Flavio Coutinho Campos; VORCARO, Ângela Maria Resende. Anorexia: “uma neurose paralela à melancolia”. **Rev. Latinoam. Psicopat. Fund.**, São Paulo, v. 16(2), p. 232-245, Jun.2013. Universidade Federal de Minas Gerais.

ABREU, Cristiano Nabuco; FILHO, Raphael Cangelli. Anorexia nervosa e bulimia nervosa- abordagem cognitivo-construtivista de psicoterapia. **Rev. Psiq. Clin**, São Paulo, v. 31(4), p.177-183, Set.2004. Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo.

CAÑETE, Márcia Cecília Vianna; VITALLE, Maria Sylvia de Sousa; SILVA, Flavia Calanca. Anorexia nervosa: estudo de caso com uma abordagem de sucesso. **Revista de psicologia**, São Paulo, v. 20, n.2, p. 377-386, Jul./Dez. 2008. Universidade Federal de São Paulo.

VIANEZ-CASTRO, Priscila da Silva; BRANDÃO, Elaine Reis. Desafios éticos, metodológicos e pessoais, profissionais do fazer etnográfico em um serviço público de saúde para atendimento aos transtornos alimentares na cidade do Rio de Janeiro. **Saúde Soc.**, São Paulo, v.24, n.1, p. 259-272, 2015. Universidade do Rio de Janeiro.

PINZON, Vanessa et al. Peculiaridades do tratamento da anorexia nervosa e da bulimia nervosa na adolescência: A experiência do Protad. **Rev. psiquiatr. clín.**, São Paulo, v. 31(4), p. 167-169, 2004. Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo.

COSTA, Larissa da Cunha Feio; VASCONCELOS, Francisco de Assis Guedes. Influência de fatores socioeconômicos, comportamentais e

nutricionais na insatisfação com a imagem corporal de universitárias em Florianópolis. SC. **Rev. bras. epidemiol.** Santa Catarina, v.13(4), p.665-76, 2010. Universidade federal de Santa Catarina.

NIEMEYER, Fernanda; KRUSE, Maria Henriqueta Luce. Construindo sujeitos anoréxicos: discursos da revista Capricho. **Texto contexto – Enferm.** Porto Alegre, v.17(3), p.457-65, Jul./Set. 2008. Universidade Federal do Rio Grande do Sul.

PAIXÃO, Mirian Patrícia Castro Pereira; FERNANDES, Kaline das Graças. Hábitos alimentares e níveis pressóricos de adolescentes de escola pública em Itabira(MG). **Rev SOCERJ.** v.22(6), p.347-355, Nov./Dez. 2009.

BARBOSA, Fernanda Damascena; CASARIN, Roberson Giovani. A percepção da anorexia nervosa sob ótica de jovens estudantes de um município de pequeno porte de Rondônia. **Rev Científica da Faculdade de Educação e Meio Ambiente.** Rondônia, v.6(1), n.1, p. 135-152, Jul. 2015.

TOLEDO, Vanessa Pellegrino et al. Processo de enfermagem para pacientes com anorexia. **Rev. Brasileira de Enfermagem.** Brasília, v. 64(1), p. 193-197, Jan./Fev. 2011. Universidade Estadual de Campinas.