



TRANSTORNOS ALIMENTARES NA ADOLESCÊNCIA

¹ Allana Destefani Bueno

Graduanda no Curso de Psicologia, Faculdade América, Cachoeiro de Itapemirim-ES. E-mail: allana.destefani01@gmail.com

²Lincon Fricks Hernandez, Professor e Coordenador do Curso de Psicologia da Faculdade América, Mestre em Políticas Públicas e Desenvolvimento Local-EMESCAM. E-mail: psicologia@sempre.faculdadeamerica.edu

Palavras-chave: Adolescência; Transtornos alimentares, Psicologia

Introdução

O presente trabalho possui como objetivo discutir acerca dos Transtornos Alimentares, uma vez que essas síndromes comportamentais vem crescendo de maneira significativa nos últimos 20 anos, com maior índice em adolescentes. Isto porque a fase da adolescência apresenta diversas transformações, como mudanças físicas e uma auto cobrança da própria imagem, principalmente com mulheres. Essa insatisfação corporal e o desejo por emagrecimento podem desencadear esses transtornos, sendo mais comum a bulimia e a anorexia nervosa.

Vale ressaltar que tais discussões são de suma importância, pois a prática dessa conduta gera prejuízos biológicos, psicológicos e sociais ao indivíduo, uma vez que podem passar horas sem comer, como no caso da anorexia, ou ingerir uma grande quantidade de alimento e após induzir vômitos, utilizar de medicamentos e dietas restritivas, como no caso da bulimia. Além disso, a anorexia nervosa provoca no indivíduo uma distorção da imagem corporal, acreditando estar sempre gordos, agravando a restrição alimentar. Já a bulimia nervosa causa no indivíduo uma obsessão pelo seu peso, tentando sempre se manter próximo ao peso normal.

Ao longo do trabalho será apresentado de forma mais detalhada como esses transtornos ocorrem, as possíveis causas e consequências, a fim conscientizar a sociedade e produzir discussões acerca da temática, uma vez que os números de casos vem crescendo de maneira alarmante.

Desenvolvimento

Ao falar sobre adolescência, é importante compreender que se trata de uma fase caracterizada por transição entre a infância e a fase adulta, envolvendo mudanças físicas, cognitivas, emocionais e sociais, na qual assume formas diferentes dependendo do contexto social, cultural e econômico. O fato de não terem o cérebro totalmente maduro leva os adolescentes a praticarem comportamentos de riscos capazes de comprometer sua saúde física e mental, como por exemplo, uso e abuso de álcool e outras drogas, comportamento suicida, comportamento sexual de risco, hábitos alimentares não saudáveis, entre outros.

Diante das mudanças hormonais e físicas supramencionadas, o adolescente vê a necessidade de se adequar a imagem corporal, na qual é formada através das experiências do indivíduo. Essa imagem corporal pode ser influenciada por fatores físicos, psicológicos, culturais, ambientais, etc. Sendo assim, essa insatisfação corporal e a busca pelo corpo supostamente ideal pode levar a práticas alimentares inadequadas, podendo estar associadas ao aumento dos índices de transtornos alimentares na adolescência.

Vale ressaltar também, que os adolescentes passam a maior parte de seu tempo em redes sociais, onde se é disseminado a idealização de um corpo perfeito. Tais meios de comunicação vem desempenhando um papel determinante na formação desses estereótipos e a busca por esse corpo ideal vem crescendo cada vez mais, atingindo principalmente os adolescentes, afetando na sua forma de se alimentar e na diminuição da prática dos exercícios físicos.

Tais fatores descritos acima podem ocasionar uma preocupação intensa com alimentação, peso e corpo, caracterizando transtornos alimentares (TA). Os sintomas clássicos dos TA são dietas severas, alimentação inadequada, compulsões e comportamentos compensatórios e de purgação. Eles geralmente se manifestam principalmente na adolescência, pois como mencionado anteriormente, a não satisfação com o corpo pode levar a depressão e a distúrbios alimentares, como a anorexia e a bulimia.

A anorexia nervosa (AN) é caracterizada pelo desejo de magreza, ou seja, o sujeito possui uma imagem de si mesmo sempre acima do peso, levando à práticas de dietas altamente restritivas, limitando a ingestão de alimentos, resultando em um

atraso no desenvolvimento. Além disso, pode ocorrer também episódios frequentes de compulsão alimentar e purgação.

Já a bulimia nervosa (BN) é caracterizada pela indução de vômito, uso abusivo de laxantes e diuréticos, práticas excessivas de atividades físicas ou jejuns, a fim de compensar todo o alimento ingerido. Ou seja, o indivíduo consome uma grande quantidade de alimentos e em contrapartida acaba se culpando e tentando compensar com práticas excessivas e prejudiciais à saúde.

Conclusão

Diante do que foi exposto, pode-se concluir que as discussões acerca da temática são de suma importância, uma vez que contribui para que a sociedade reflita sobre o aumento dos casos dos transtornos alimentares e tome conhecimento sobre suas causas, que são multifatoriais, e suas consequências. Além disso, concluímos o quanto é importante ter um olhar mais atento às mudanças que ocorrem na fase da adolescência e na influência que a mídia produz, disseminando uma idealização de corpo perfeito. É importante conscientizar esses indivíduos que as suas escolhas alimentares, que são fortemente influenciadas pelos padrões que a mídia estabelece, não possibilita alcançar esse modelo de “corpo perfeito”, e sim, trazem graves consequências para a sua saúde.

Referência bibliográfica

SOARES, A. BITTAR, C. Mídia e comportamento alimentar na adolescência. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, São Paulo, 291-308. Disponível em: <https://www.cadernosdeterapiaocupacional.ufscar.br/index.php/cadernos/article/view/2511/1288>. Acesso em: 01 jun. 2022.

MENDONÇA, R. C; COSTA, A. L. B. **Psicologia e socioeducação: um diálogo possível sobre a medida de internação**. Curitiba/PR: 2016, ed. 1, p. 41-67. Disponível em: https://crppr.org.br/wp-content/uploads/2019/05/AF_CRP_CadernoJuridico_pdf.pdf#page=41. Acesso em: 24 nov. 2022.

DIAS, A. C. G; SANTOS, S. S; FERRÃO, I. S. **Psicologia e práticas restaurativas na socioeducação: relato de experiência**. Psicologia: ciência e profissão. Abr/Jun. 2016, v. 36, n. 2, p. 354-363. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/pcp/a/RVrNR54cGgVWgPwpQcQ9ZdB/?format=pdf&lang=pt>
. Acesso em: 24 nov. 2022.

MAYER, A. S. **Psicologia e socioeducação: práticas, perspectivas e possibilidades**. Universidade Federal de Santa Maria. Rio Grande do Sul: 2017. Disponível em:
https://repositorio.ufsm.br/bitstream/handle/1/18841/DIS_PPGPSICOLOGIA_2017_MAYER_ANDRESSA.pdf?sequence=6&isAllowed=y. Acesso em: 25 nov. 2022.

ENNES, J. V. **O psicólogo na socioeducação: entraves e potências na intervenção com jovens-resto**. Porto Alegre: 2021. Disponível em:
<https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/229582/001131192.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 25 nov. 2022.

BISINOTO, C. et al. **Socioeducação: origem, significado e implicações para o atendimento socioeducativo**. Maringá, v. 20, n. 4, p. 575-585, out./dez. 2015. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/2871/287145780007.pdf>. Acesso em: 25 nov. 2022.