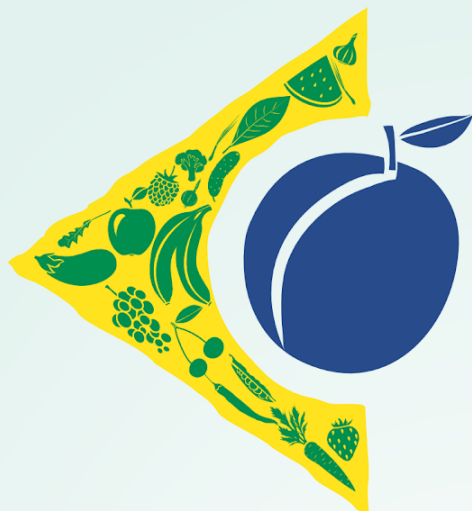




**1º CONGRESSO
NACIONAL DE
NUTRIÇÃO
E SAÚDE**
U N I F I P

**COMPORTAMENTO ALIMENTAR
E INTEGRAÇÃO DE SAÚDE**

ANAIIS

Organização
Yasmim Regis Formiga de Sousa

**22 À 24
MARÇO**
2 0 2 3



Nutrição



CORPO EDITORIAL

1º CONGRESSO NACIONAL DE NUTRIÇÃO E SAÚDE - UNIFIP - 2023

REITOR

João Leuson Palmeira Gomes Alves

VICE-REITORA

Sylvania Palmeira Gomes Alves

PRÓ-REITORA ACADÊMICA

Alana Candeia Melo

PRÓ-REITORA DE ENSINO

Elzenir Pereira de Oliveira Almeida

PRÓ-REITORA DE PÓS-GRADUAÇÃO, PESQUISA E EXTENSÃO

Milena Nunes Alves Bezerra de Sousa

COORDENAÇÃO DO CURSO DE PSICOLOGIA

Yasmim Regis Formiga de Sousa

COMISSÃO CIENTÍFICA

Flávio Franklin Ferreira de Almeida

Christiane Leite Cavalcante

Yasmim Regis Formiga de Sousa

Ana Paula Loura Ribeiro

Maria do Socorro de Lucena Silva

SUMÁRIO

RESUMOS

A IMPORTÂNCIA DA ALIMENTAÇÃO ADEQUADA NO TRATAMENTO PARA O TDAH NA INFÂNCIA.....	04
A IMPORTÂNCIA DO NUTRICIONISTA NO TRATAMENTO DA SELETIVIDADE ALIMENTAR EM CRIANÇAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA.....	08
ALGORITMO DE INSTAGRAM E O EFEITO AMPLIFICADOR SOB A ORTOREXIA NERVOSA EM SEUS USUÁRIOS.....	11
ANSIEDADE, COMPULSÃO ALIMENTAR E NUTRIÇÃO.....	16
AVALIAÇÃO DA PREVALÊNCIA DE SARCOPENIA EM IDOSOS.....	20
AVALIAÇÃO DO REFLEXO DA SINTOMATOLOGIA E TRATAMENTO MEDICAMENTOSO DA DEPRESSÃO E DA ANSIEDADE NA ALIMENTAÇÃO.....	24
HORMÔNIOS DA FOME E SUA RELAÇÃO COM TRANSTORNO DA COMPULSÃO ALIMENTAR PERIÓDICA	28
IDENTIFICAÇÃO DA ANOREXIA NERVOSA A PARTIR DA AVALIAÇÃO NUTRICIONAL: REVISÃO INTEGRATIVA.....	32
IMPACTO DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR NA SAÚDE: REVISÃO BIBLIOGRÁFICA.....	36
IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL DIRECIONADA PARA CRIANÇAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA (TEA): REVISÃO BIBLIOGRÁFICA.....	39
IMPORTÂNCIA DA ORIENTAÇÃO NUTRICIONAL NA PREVENÇÃO E TRATAMENTO DOS TRANSTORNOS ALIMENTARES NA ADOLESCÊNCIA.....	43
INFLUÊNCIA DA ALIMENTAÇÃO MATERNA NO PERÍODO FETAL E CONSEQUÊNCIAS FUTURAS NO COMPORTAMENTO ALIMENTAR DO INDIVÍDUO.....	46
INFLUÊNCIA DO HÁBITO ALIMENTAR NO PACIENTE COM ANSIEDADE.....	51
INTERVENÇÃO NUTRICIONAL EM TRANSTORNOS ALIMENTARES: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA.....	55

PESQUISAS EXPERIMENTAIS ASSOCIADAS À SÍNDROME METABÓLICA: REVISÃO INTEGRATIVA.....	59
SELETIVIDADE ALIMENTAR EM CRIANÇAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA (TEA): REVISÃO BIBLIOGRÁFICA.....	63
SUPLEMENTAÇÃO DE ÁCIDO GRAXO ÔMEGA-3 NO TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA.....	66

A IMPORTÂNCIA DA ALIMENTAÇÃO ADEQUADA NO TRATAMENTO PARA O TDAH NA INFÂNCIA

Mayara de Lima Sales¹; Michaelma Pereira Leite¹; Kalliny Gomes de Almeida¹; Larruama Priscylla Fernandes de Vasconcelos Lino¹

¹Centro Universitário de Patos–UNIFIP, Patos, Paraíba, Brasil.

Mayarasales741@gmail.com

Introdução

O transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH) é um transtorno de neurodesenvolvimento que surge ainda na infância e afeta inúmeras crianças e adolescentes (MOHAMMADI *et al.*, 2019), havendo relação entre o surgimento dos sintomas com suas condições físicas, como a presença de infecções, asma, alergias alimentares e a obesidade (GALÉRA *et al.*, 2022).

O seu diagnóstico é caracterizado por sintomas como hiperatividade, impulsividade, desatenção, tendo também o tipo combinado de TDAH, qual traz todos os principais sintomas simultaneamente (SALVAT *et al.*, 2022). Sua causa é multifatorial, envolvendo fatores genéticos e ambientais. E devido a componentes genéticos, foi observado que pacientes com o transtorno de déficit de atenção e hiperatividade possuem uma maior chance de ter filhos com o distúrbio (LARIA *et al.*, 2021). Segundo Checa-Ros *et al.* (2021), o eixo microbioma-intestino-cérebro é responsável pelos principais sintomas do TDAH e suas comorbidades associadas, por meio de sua ligação nos mecanismos fisiopatológicos de neuroinflamação e estresse oxidativo.

Por meio de um estudo longitudinal com jovens durante as fases da primeira infância, meia infância e adolescência, foi possível observar uma ligação entre os sintomas do TDAH e condições físicas, tais como, infecções, asma, alergias alimentares e a obesidade (GALÉRA *et al.*, 2022).

Segundo pesquisa recente analisando os padrões alimentares de crianças e sua ligação com o distúrbio de TDAH, foi possível observar que o padrão alimentar saudável, com a alimentação rica em vegetais, frutas, legumes e peixes diminui as chances de ter o transtorno em até 37%, já as crianças com alto padrão alimentar não saudável, contendo alimentos ricos em açúcares, carnes processadas e gordura hidrogenada, apresentaram um maior risco ligado ao diagnóstico ou sintomas de TDAH (SHAREGHFARID *et al.*, 2020). Nesse sentido, vale destacar que a alimentação inadequada nesses pacientes exerce influência no agravamento dos sintomas do TDAH, assim como uma boa alimentação tem a capacidade de impactar de forma benéfica. Diante disso, o presente estudo justifica-se pela importância de investigar mais a fundo sobre a temática.

Dessa forma objetivou-se, por meio desse estudo, avaliar a relação da alimentação adequada na infância e os sintomas do transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH).

Material e Métodos

A presente pesquisa tratou-se de um estudo de revisão bibliográfica, de abordagem

qualitativa e caráter descritivo dos dados, a qual baseia-se na avaliação da literatura recente ou atual (SOUSA, *et al.*, 2018).

Para compor os dados da pesquisa, realizou-se a catalogação dos artigos através de buscas por literaturas científicas em bases de dados como Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), *National Library of Medicine National* (PUBMED), Biblioteca Regional de Medicina (BIREME) e *Science Direct*, sendo utilizados os seguintes descritores: “transtorno do déficit de atenção com hiperatividade”, “dieta”, “terapia nutricional”, indexados nas bases de dados Descritores em Ciências da Saúde (DeCS).

Foram incluídos na pesquisa artigos científicos (primários e de revisão) dos últimos 5 anos, nas línguas portuguesa e inglesa, que abordaram a temática do estudo: “a importância da alimentação adequada no tratamento para o TDAH na infância” e excluídos artigos repetidos e/ou duplicados e todos aqueles que não contribuíram positivamente para a presente pesquisa, assim como teses, dissertações e os que não apresentaram metodologia clara.

A seleção dos manuscritos da pesquisa foi realizada no período do dia 18 ao dia 23 de fevereiro de 2023, onde, durante essa fase foi feita uma análise criteriosa dos artigos selecionados para o presente trabalho, identificando as informações mais relevantes, através do título, autor, ano, idioma, resumo, palavras-chave, tabelas ou quadros explicativos, tipo de estudo e base de dados. Em seguida, os critérios de inclusão e exclusão foram aplicados, sendo realizada a leitura dos artigos selecionados cautelosamente, com o objetivo de identificar se, de fato, abordavam a temática da pesquisa. Por fim, os dados oriundos da pesquisa foram tratados, através de análise e descrição do conteúdo, abordando e discutindo os principais achados literários.

Resultados e Discussão

Por meio de um estudo longitudinal com jovens durante as fases da primeira infância, meia infância e adolescência, foi possível observar uma ligação entre os sintomas do TDAH e condições físicas, tais como, infecções, asma, alergias alimentares e a obesidade (GALÉRA *et al.*, 2022).

Um estudo observou que as crianças com TDAH apresentam níveis séricos baixos de vitamina B12, vitamina B6 e folato, já na questão dos minerais apresentam menor concentração em ferritina e maior de fósforo inorgânico em comparação às crianças controle. Também foi visto que apresentam uma proporção menor de ácidos graxos monoinsaturados e uma maior proporção de ácidos graxos saturados e poliinsaturados, isso ocorre, devido à preferência por alimentos pobres em nutrientes como doces e frituras, que contribuem para o desenvolvimento do TDAH (WANG *et al.*, 2019).

É notória a relação bidirecional entre o microbioma intestinal com seu hospedeiro por meio de mecanismos neurológicos, imunológicos e hormonais. O eixo microbioma-intestino-cérebro está ligado aos mecanismos fisiopatológicos de neuroinflamação e estresse oxidativo que originam sintomas e o surgimento de outros problemas em crianças e adolescentes com o distúrbio. Sabe-se que mudanças no microbioma intestinal representam uma terapêutica benéfica em crianças e adolescentes com TDAH, como o uso de ácidos graxos poli-insaturados ômega-3 (CHECA-ROS *et al.*, 2021). O consumo de frutos do mar também é reduzido em crianças com TDAH em comparação com crianças típicas, o que representa uma diminuição na ingestão de ômega-3 LC PUFA, como EPA e DHA, que são nutrientes essenciais para um bom desenvolvimento e função

cerebral (FRUENTES-ALBERO; MARTÍNEZ-MARTÍNEZ; CAULI, 2019). Segundo Döpfner *et al.* (2021), a suplementação de duas cápsulas contendo ácidos graxos ômega-3, ômega-6, duas vezes ao dia com uma dose diária de 372 mg de EPA, 116 mg de DHA e 40 mg de ácido gama-linolênico (GLA), por 4 meses apresenta efeitos benéficos nos problemas de desatenção e nos sintomas relacionados ao emocional e na questão da ansiedade. Foi visto por meio de uma revisão sistemática que a alimentação saudável desempenha um papel importante na saúde, no desenvolvimento e na melhora do quadro do TDAH, e que um padrão alimentar saudável possui um efeito protetor (OR: 0,65; IC 95%: 0,44-0,97), enquanto um padrão alimentar errôneo aumenta os riscos de TDAH em 41% (OR: 1,41; IC 95%: 1,15-1,74), (DEL-PONTE *et al.*, 2019). De acordo com Khoshbakht *et al.* (2021), as abordagens dietéticas para controlar a hipertensão arterial, quais priorizam o grande consumo de frutas, vegetais, laticínios com baixo teor de gordura, vitamina C e baixas quantidades de açúcares simples, podem melhorar os sintomas do transtorno de déficit de atenção e hiperatividade.

Os padrões alimentares errôneos são mais associados a essa patologia, em que níveis alterados de nutrientes, como ferro, zinco, vitamina D e PUFAS, são associados ao agravamento do distúrbio. Nesse sentido, a alimentação saudável é importante na melhora do TDAH (PINTO *et al.*, 2022).

Conclusões

Por fim, foi possível concluir que a alimentação adequada possui um importante papel no tratamento do transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH) ainda na infância, sendo uma terapia complementar com o objetivo de corrigir as carências nutricionais, por meio de estratégias favoráveis e promover a melhora de sintomas comportamentais, como hiperatividade, impulsividade, ansiedade e suas consequências.

O nutricionista tem o importante papel de oferecer a esses pacientes o acompanhamento nutricional necessário para a melhora dos sintomas, pois através de uma alimentação correta é possível fazer a síntese de neurotransmissores, que são uma parte muito importante do sistema nervoso.

Referências

- CHECA-ROS, A.; JERÉZ-CALERO, A.; MOLINA-CARBALLO, A.; CAMPOY, C.; MUÑOZ HOYOS, A. Current evidence on the role of the gut microbiome in ADHD pathophysiology and therapeutic implications. **Nutrients**, v. 13, n. 1, p. 249, 2021.
- DÖPFNER, M. *et al.* Efficacy of omega-3/omega-6 fatty acids in preschool children at risk of ADHD: A randomized placebo-controlled trial. **Journal of Attention Disorders**, v. 25, n. 8, p. 1096-1106, 2021.
- DEL-PONTE, B.; QUINTE, G.C.; CRUZ, S.; GRELLERT, M.; SANTOS, I.S. Dietary patterns and attention deficit/hyperactivity disorder (ADHD): a systematic review and meta-analysis. **Journal of affective disorders**, v. 252, p. 160-173, 2019.
- FUENTES-ALBERO, M.; MARTÍNEZ-MARTÍNEZ, M.I.; CAULI, O. Omega-3 long-chain polyunsaturated fatty acids intake in children with attention deficit and hyperactivity disorder.

Brain sciences, v. 9, n. 5, p. 120, 2019.

GALÉRA, C. *et al.* Medical conditions and Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder symptoms from early childhood to adolescence. **Molecular Psychiatry**, v. 27, n. 2, p. 976-984, 2022.

KHOSHBAKHT, Y.; MOGHTADERI, F.; BIDAKI, R., HOSSEINZADEH, M.; SALEHI ABARGOUEI, A. The effect of dietary approaches to stop hypertension (DASH) diet on attention-deficit hyperactivity disorder (ADHD) symptoms: a randomized controlled clinical trial. **European Journal of Nutrition**, v. 60, n. 7, p. 3647-3658, 2021.

LARIA, J.C.; DELGADO-GÓMEZ, D.; PEÑUELAS-CALVO, I.; BACA-GARCÍA, E.; LILLO, R. E. Accurate Prediction of Children's ADHD Severity Using Family Burden Information: A Neural Lasso Approach. **Frontiers in Computational Neuroscience**, v. 15, p. 674028, 2021.

MOHAMMADI, M.R. *et al.* Prevalence and correlates of psychiatric disorders in a national survey of Iranian children and adolescents. **Iranian journal of psychiatry**, v. 14, n. 1, p. 1, 2019.

PINTO, S. *et al.* Eating Patterns and Dietary Interventions in ADHD: A Narrative Review. **Nutrients**, v. 14, n. 20, p. 4332, 2022.

SOUSA, L.M.M.; FIRMINO, C.F.; MARQUES-VIEIRA, C.M.A.; SEVERINO, S.S.P.; PESTANA, H.C.F.C. Revisões da literatura científica: tipos, métodos e aplicações em enfermagem. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Reabilitação**, v.1, n. 1, p. 45-53, 2018.

SALVAT, H. *et al.* Nutrient intake, dietary patterns, and anthropometric variables of children with ADHD in comparison to healthy controls: A case-control study. **BMC pediatrics**, v. 22, n. 1, p. 1-9, 2022.

SHAREGHFARID, E.; SANGSEFIDI, Z.S.; SALEHI-ABARGOUEI, A.; HOSSEINZADEH, M. Empirically derived dietary patterns and food groups intake in relation with Attention Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD): A systematic review and meta-analysis. **Clinical nutrition ESPEN**, v. 36, p. 28-35, 2020.

WANG, L.J. *et al.* Dietary profiles, nutritional biochemistry status, and attention deficit/hyperactivity disorder: path analysis for a case-control study. **Journal of clinical medicine**, v. 8, n. 5, p. 709, 2019.

A IMPORTÂNCIA DO NUTRICIONISTA NO TRATAMENTO DA SELETIVIDADE ALIMENTAR EM CRIANÇAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA

Mônica Morgana Lopes Dos Santos Salustiano¹; Nicolly Alves Leite¹; Mércia de Fatima Azevedo Araújo¹; Gabrielly Pereira Zuza¹; Larruama Priscylla Fernandes de Vasconcelos Lino¹

¹Centro Universitário de Patos–UNIFIP, Patos, Paraíba, Brasil.

monicasalustiano@nutri.fiponline.edu.br

Introdução

O transtorno do Espectro Autista (TEA) é um transtorno caracterizado por alterações cognitivas e no convívio social (CAETANO; GURGEL, 2018), marcado por ser uma síndrome comportamental que compromete o desenvolvimento psicomotor e motor e ainda de causa desconhecida (PAULA et al., 2020).

A Organização Mundial da Saúde, OMS, calcula que o autismo afeta uma em cada 160 crianças no mundo. Sinais de alerta no neurodesenvolvimento da criança podem ser percebidos nos primeiros meses de vida, sendo o diagnóstico estabelecido por volta dos 2 a 3 anos de idade. A prevalência é maior no sexo masculino. Dentre as alterações comportamentais presente nos quadros de TEA destaca-se a seletividade alimentar, sendo uma característica comum em crianças com o referido transtorno, variando de 46 a 89% dos casos (LAZARO, 2018).

A seletividade alimentar pode ser entendida como um comportamento alimentar que tem como característica principal a exclusão de uma variedade de alimentos. Essa postura, muitas vezes, pode ser transitória, (correspondendo à fase de adaptação a novos alimentos), ou perdurar ao longo do desenvolvimento da pessoa. A Seletividade Alimentar caracteriza-se pela tríade: pouco apetite, recusa alimentar e desinteresse pelo alimento. Essa combinação pode provocar uma certa limitação a variedades de alimentos ingeridos, além disso provoca um comportamento de resistência em experimentar novos alimentos (Rocha et al., 2019).

A alimentação pode ser negativamente afetada pela sensibilidade sensorial a texturas, gostos, cheiros e temperaturas dos alimentos, especialmente em crianças com autismo. Dessa forma, objetivou-se demonstrar a importância da atuação do nutricionista na educação nutricional em crianças com TEA que possuem a seletividade alimentar com a intenção de melhorar sua alimentação trazendo informações adequadas aos pais ou responsáveis, no intuito de tornar os hábitos alimentares cada vez mais diversificados e nutritivos, auxiliando nas melhores abordagens para que a criança aceite novos alimentos e tenha um estado nutricional adequado.

Material e métodos

Tratou-se de uma revisão da literatura na base de dados de plataforma virtual Scientific Electronic Library Online (SCIELO), PubMed no período de fevereiro de 2023. O resultado bibliográfico foi executado por meio da seleção de estudos publicados entre o período de 2015 a 2022 que abordavam a temática central, utilizando as seguintes palavras-chaves: Nutricionista; TEA; Comportamento Alimentar; Exclusão de Alimentos., seletividade alimentar, tendo como critério de inclusão: artigos disponíveis na íntegra no idioma português, que obtivessem relação com o objetivo da pesquisa, e como critérios de

exclusão, artigos duplicados ou que não atendiam a finalidade da pesquisa. A partir da análise dos critérios estabelecidos do total de 15 artigos encontrados foram selecionados 6 para construção desse estudo de revisão para análise.

Resultados e discussão

As dificuldades na alimentação em autistas está ligado a diversos fatores como, atrasos na habilidade motora, comportamento restritos, repetitivos ou estereotipados. Essas crianças tem resistência a introdução de novos alimentos, geralmente elas preferem carboidratos e tem aversão a frutas, grãos e vegetais. Um grande impacto que podemos ver diante dessa introdução alimentar são os estímulos como texturas, cheiros, temperatura ou cores, por isso ocorre que esse grupo de crianças com seletividade alimentar venha a rejeitar o alimento ofertado. Isso vem se tornando um grande problema na dieta e no estilo vida dessa criança, que tem forte tendência ao sobrepeso e obesidade, distúrbios gastrointestinais, faltas de vitaminas, deficiência em aminoácidos essenciais que leva a baixa de vitamina D, ferro e cálcio, comprometendo seu desenvolvimento e sono. As crianças com TEA tem alterações no trato gastrointestinal, e por possuírem uma alimentação ricas em conservantes e pobre em nutrientes apresentam diversos sintomas como inchaço abdominal, fezes alteradas, flatulência, irritabilidade, entre outros.

O papel do nutricionista é fundamental pois ele pode oferta um suporte adequado com criança com TEA e assim suprir suas necessidades com uma dieta rica em nutrientes. O profissional atuará em parceria juntamente com os pais e responsáveis passando ações educativas para que possa facilitar a constância dessa dieta diariamente. A finalidade é tornar a experiência de comer mais agradável e mais acessível, oferecendo e apresentando novos alimentos. Com isso, o acompanhamento nutricional vai ajudar a melhorar a qualidade de vida da criança e o seu desenvolvimento, com uma alimentação adequada de nutrientes essenciais para seu metabolismo para que então o mesmo venha a ter uma melhor qualidade de vida.

As crianças que possuem TEA geralmente são resistentes ao novo, não experimentando novos alimentos, texturas e sabores (LEAL *et al.*, 2015). Os autistas possuem a característica de alterações sensoriais que muitas das vezes não são notadas por possuírem dificuldade na comunicação que está ligada a uma modelação prejudicada no sistema nervoso central (POSAR; VISCONTI, 2018).

O papel do nutricionista em ação da educação nutricional de crianças autistas está em compreender como o paciente se relaciona com o alimento e mediante a isso propor uma estratégia nutricional adequada tendo em vista a melhoria e promovendo a educação nutricional também dos pais e dos cuidadores (PAIVA; GONÇALVES, 2020).

A seletividade alimentar é uma característica que deve ser trabalhada, pois pode acarretar deficiências nutricionais graves, dificultando o desenvolvimento da criança, com isso é indispensável a presença do nutricionista capacitado para oferecer o tratamento nutricional adequado (LEAL *et al.*, 2015).

Conclusão

A alimentação deve ser realizada de uma forma que atenda às necessidades específicas do indivíduo. Nos casos de seletividade alimentar é de extrema importância o acompanhamento de um nutricionista, no sentido de avaliar as condições de saúde e da

alimentação. Isto possibilita individualizar cada caso, respeitando o paladar da criança, e recomendar alimentos e suplementos eventualmente ausentes na dieta.

A partir da criação e manutenção diária de bons hábitos alimentares, conseguimos criar um ambiente favorável para que o indivíduo possa experimentar uma maior variedade de alimentos saudáveis tendo como consequência uma boa aceitabilidade, garantindo assim uma boa nutrição para o corpo. Uma alimentação saudável irá contribuir com a quantidade de nutrientes necessários para fornecer energia para realizar as atividades diárias, manter uma boa forma e prevenir doenças. Conclui-se que a presença do nutricionista é indispensável, pois o profissional irá aderir uma estratégia para que haja uma adequação do comportamento alimentar da criança autista.

Referências

- CAETANO, M. V.; GURGEL, D, C. Perfil Nutricional de crianças portadoras do transtorno do espectro autista. **Revista Brasileira de Promoção à saúde**, Fortaleza, v.31, n.1, p.1-11, 2018.
- LAZARO, C. P. et al. Escalas de avaliação do comportamento alimentar de indivíduos com transtorno do espectro autista. **Revista Psicologia: Teoria e Prática**, Brotas, Salvador, BA, v.20, n.3, p.1-19, 2018.
- LEAL, M. et al. Terapia nutricional em crianças com transtorno do espectro autista. **UniBrasil centro universitário**, v.1, n.13, p.1-13, 2015.
- PAIVA, G. da S. J. de; GONÇALVES, É. C. B. de A. Educação nutricional e autismo: qual caminho seguir. **RAIZES E RUMOS**, [S. I.], v.8, n.2, p.98-114, 2020.
- PAULA, R.M. et al. Transtorno do Espectro do Autismo: impacto no comportamento alimentar. **Brazilian Journal of health Review**, Curitiba, v.3, n.3, p.5009-5023, 2020.
- POSAR, A.; VISCONTI, P. Sensory abnormalities in children with autism spectrum disorder. **Jornal de pediatria**, v.94, n.4, p.342-350, 2018.
- ROCHA, G.S.S., JÚNIOR, F.C. de M., LIMA, N.D.P., SILVA, M.V.R.S., MACHADO, A.S., PEREIRA, I.C., LIMA, M.S., PESSOA, N.M., ROCHA, S.C.S., & SILVA, H.A.C. da. Análise da seletividade alimentar de pessoas com Transtorno do Espectro Autista. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n.24, p. e538, 2019.

ALGORITMO DE INSTAGRAM E O EFEITO AMPLIFICADOR SOB A ORTOREXIA NERVOSA EM SEUS USUÁRIOS

Waleska Gualberto da Silva¹; Rafael Ferreira Lima¹; Kaliny Gomes do Nascimento¹.

¹Universidade Federal de Campina Grande, Campina Grande, Paraíba, Brasil.

waleska.gual@gmail.com

Introdução

No século regido pela Internet e Redes Sociais, em destaque o Instagram, somados ao progressivo conhecimento e a teoria de um multiverso, os quais exercem controle e influência por meio de inteligência artificial de robôs, conscientemente ou não, na vida das pessoas que as utilizam dispor de uma ferramenta social com tamanha capacidade de estimulação, sentimento de pertença e persuasão deve atentar para sua capacidade de intervenção no comportamento humano e nele, na forma como se relaciona a aspectos essenciais à vida, como a alimentação, e por meio do Efeito Amplificador como isso pode gerar transtornos alimentares, dentre eles, a ortorexia nervosa pela busca incessante de um padrão alimentar perfeccionista e por vezes irreal (CONDE; CASAIS, 2023; DUNN; BRATMAN, 2016).

Não é novidade que há todo um poder influenciador mediante as propagandas em meios televisivos e na internet, e outras estratégias de marketing ou publicidade. No entanto, o Instagram pela sua própria ideia estrutural e design estimula o maior consumo, engajamento e interação através de imagens, pelo estímulo e valorização do indivíduo pelo maior número de interações, curtidas e recebimento de directs e ao maior número de seguidores. Sob esta perspectiva mais abrangente e profunda sutilmente molda comportamentos e padrões alimentares de forma massiva assim como individual (DE VEIRMAN; CAUBERGHE; HUDDERS, 2017; MAGALHÃES, 2018).

A ortorexia nervosa é entendida como um distúrbio alimentar relacionado a obsessão à uma nutrição adequada, caracterizada pela adesão obstinada a uma dieta com alimentos saudáveis, cuidado na pureza destes alimentos, restrições alimentares severas e radicais, disponibilidade de tempo excessiva para fazer compras e preparar alimentos, uma certa busca pelo ato de comer sozinho, um juízo de superioridade alimentar sobre as outras pessoas devido os hábitos que tem, perfeccionismo enraizado e episódios de culpa após o que seriam as consideradas transgressões alimentares (BRATMAN, 2017; BARNES; CALTABIANO, 2017; CENA et al., 2019).

Nesse sentido, o objetivo desta pesquisa é analisar o efeito amplificador do Instagram e seu poder de influência sobre o comportamento e as escolhas alimentares dos indivíduos que o utilizam.

Material e Métodos

Trata-se de uma revisão bibliográfica por método hipotético-dedutivo realizado mediante levantamento de dados em sites de pesquisa científica como Google Acadêmico, Science Direct, Scielo, Pubmed, Medline, realizado no período de março de 2023, contando com artigos científicos, teses e dissertações, resumos publicados em anais e notícias publicados em língua portuguesa, inglesa e espanhola nos últimos dez anos, usando os descritores instagram, ortorexia nervosa, algoritmo e efeito amplificador.

Resultados e Discussão

Num mundo globalizado sob sistema de interdependência e pós-pandêmico com a ascensão das redes sociais e maior interação das pessoas por meios eletrônicos e remotos os mecanismos de criação de vínculo, percepção de realidade e subjetividades e sua influência no entendimento de padrões de vida e saúde ideias principalmente por meio da inteligência artificial por trás do algoritmo do Instagram corroboraram para fortalecimento de uma cultura perfeccionista e irreal, que cria uma certa bolha de convivência que acaba por potencializar a intervenção nos padrões de comportamento (PRIMO, 2020; BEZERRA; GILBERTONI, 2021).

Com mais de dois bilhões de usuários no mundo, e ainda crescendo, com quase 100 milhões de usuários apenas no Brasil o Instagram é uma das redes sociais mais populares do mundo, segundo o Jornal O Globo (2022), onde mais se aborda sobre alimentação, estilo de vida, padrões de beleza, estética e imagem corporal e que tem no seu conceito estrutural a maior valorização e até reconhecimento daqueles usuários que publicam imagens com maior qualidade resolutiva e que mostram alimentos mais bem apresentados, por vezes sofisticados, mais palatáveis, tidos como mais saudáveis, seguros, ou que tragam algum benefício a quem o consome, ou ainda que responda a algum desejo ou que o gere em quem a visualiza torna o Instagram uma verdadeira ferramenta de comparação, fomento ao consumo e influenciadora potencial das escolhas alimentares (PAULA; GARCIA, 2014; ALMEIDA et al., 2018; SILVA, 2021).

Neste sentido, pontua-se também uma característica essencial que é agregar pessoas a temas, assuntos ou interesses comuns, isto é, o indivíduo começa a se relacionar cada vez mais com seus semelhantes e pode por vezes diminuir a sua percepção da realidade que o cerca, somado ao fato de que pessoas possam ter mais autoridade e poder de persuasão sobre outras com base no número de seguidores, qualidade das fotos, locais e experiências que vive e situações que aparenta e mostra na rede social viver de forma que os seus padrões se tornam cada vez mais altos e podem levar o indivíduo a uma total desconexão com a vida fora das telas (OLIVEIRA, 2014; BORGES TIAGO et al., 2023).

Esta forma alterada e tendenciosa conduzida pela rede social, que por sua vez foi desenhada para criar uma relação parassocial virtual e que se utiliza dos interesses em comum para unir pessoas com propósitos e valores similares pode tendenciar o comportamento e as decisões nas mais diferentes áreas da vida humana e nelas o aspecto nutricional, gerando um comportamento desordenado denominado ortorexia nervosa, por Bratman e Knight em 2000.

Segundo Turner e Lefevre (2017), o uso do Instagram foi associado a uma maior tendência a ortorexia nervosa, Mediante a qual há busca pela alimentação perfeita, sempre muito saudável, após avaliar 680 usuários da rede social que seguiam contas sobre alimento, alimentação e estilo de vida saudáveis, Sendo que nenhum outro canal de mídia apresentou este efeito.

Embora não conste no Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Alimentares (DSM) é possível perceber nela os traços comportamentais com foco obsessivo em alimentação saudável, ansiedade alimentar e restrições alimentares, podendo causar prejuízos clínicos à saúde. No entanto, segundo Simpson e Mazzeo (2017), é dos transtornos o que acaba sendo percebido como menos angustiante e por isso muitas vezes melhor tolerado, por isso, o potencial patológico é subestimado na maioria dos casos.

Em estudo desenvolvido com usuários russos, observou-se que o público predominante com ortorexia nervosa era feminino e ao passo que a plataforma pode gerar a

ortorexia nervosa ela tem por outro lado também o estímulo a comportamentos alimentares que seriam a resolução do transtorno por meio de fatores considerados de influência positiva pelos autores como o encorajar a alimentação intuitiva e autônoma, aumento da conscientização sobre a temática e as postagens que apoiam outras pessoas (SANTAROSSA et al., 2019).

As redes sociais neste sentido se tornam uma fonte irrestrita de informação dietética e nutricional e acaba por induzir cada vez mais a procura frenética por dietas da moda, estilos alimentares mais corretos, maior valorização de um grupo alimentar em detrimento de outros e o pior, e uma certa romantização de que para uma dieta ser considerada saudável ela tem que ter a conotação e normalização da restrição, proibição e rigor sob a ameaça constante do sentimento de culpa após qualquer deslize (BOEPPLE et al., 2016).

Por meio das chamadas “*Fit Inspirations*”, as contas de usuários que se apresentam como verdadeiros modelos da incorporação de um estilo de vida, imagem corporal e padrão de consumo considerados ideais, cria-se assim uma espécie de valorização daquelas contas, pessoas e comportamentos que seguem tais determinações, trazendo isso para um âmbito moral, onde a alimentação “saudável” se torna socialmente elogiável, bem vista e quista e o tido não saudável vem a se tornar uma verdadeira infração perante essa sociedade construída sob este prisma (BOEPPLE, et al., 2016; HOGUE; MILLS, 2019; HANGANU-BRESCH, 2019).

Conclusões

A partir dos dados analisados foi possível detectar que o Instagram é uma rede social poderosa que pode interferir na construção do comportamento alimentar humano o que pode ser danoso para sua relação com a alimentação, com sua própria imagem corporal podendo gerar quadros de ortorexia nervosa naqueles indivíduos que se expõe ao seu uso, faltando contudo um meio para mensurar o tamanho do impacto real na vida cotidiano dos usuários.

Referências

- ALMEIDA, S. G; ALMEIDA, A. G.; SANTOS, A. L.; SILVA, M. L. et al. A Influência de uma Rede Social nos Padrões de Alimentação de Usuários e Profissionais de Saúde Seguidores de Perfis Fitness. **Ensaio e Ciência: C. Biológicas, Agrárias e da Saúde**, v. 22, n. 3, p. 194, 2018.
- BARNES, M. A.; CALTABIANO, M. L. The interrelationship between orthorexia nervosa, perfectionism, body image and attachment style. **Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity**, v. 22, n. 1, p. 177–184, 2016.
- BEZERRA, L. S.; GIBERTONI, D. AS MÍDIAS SOCIAIS DURANTE A PANDEMIA DO COVID-19: análise comportamental dos usuários durante este período e as possibilidades para o futuro. **Revista Interface Tecnológica**, v. 18, n. 2, p. 144–156, 2021.
- BOEPPLE, L. et al. Strong Is the New skinny: a Content Analysis of Fitspiration Websites. **Body Image**, v. 17, n. 17, p. 132–135, 2016.
- BORGES-TIAGO, M. T.; SANTIAGO, J.; TIAGO, F. Mega or macro social media influencers: Who endorses brands better? **Journal of Business Research**, v. 157, p. 113606, 2023.

BRATMAN, S. Orthorexia vs. theories of healthy eating. **Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity**, v. 22, n. 3, p. 381–385, 2017.

CENA, H. et al. Definition and diagnostic criteria for orthorexia nervosa: a narrative review of the literature. **Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity**, v. 24, n. 2, p. 209–246, 2018.

CONDE, R.; CASAIS, B. Micro, macro and mega-influencers on instagram: The power of persuasion via the parasocial relationship. **Journal of Business Research**, v. 158, p. 113708, 2023.

DE VEIRMAN, M.; CAUBERGHE, V.; HUDDERS, L. Marketing through Instagram influencers: the impact of number of followers and product divergence on brand attitude. **International Journal of Advertising**, v. 36, n. 5, p. 798–828, 2017.

DUNN, T. M.; BRATMAN, S. On orthorexia nervosa: A review of the literature and proposed diagnostic criteria. **Eating Behaviors**, v. 21, p. 11–17, 2016.

HOGUE, J. V.; MILLS, J. S. The Effects of Active Social Media Engagement with Peers on Body Image in Young Women. **Body Image**, v. 28, n. 1740-1445, p. 1–5, 2019.

HANGANU-BRESCH, C. Orthorexia: eating right in the context of healthism. **Medical Humanities**, v. 46, n. 3, p. 2019-011681, 2019.

MAGALHÃES, L. M.; BRASIL E BERNARDES, A. C.; TIENGO, A. A influência de blogueiras fitness no consumo alimentar da população. **RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 11, n. 68, p. 685-692, 2018.

O GLOBO, **Número de usuários do Instagram ultrapassa 2 bilhões e se aproxima do Facebook**. Disponível em:

<<https://oglobo.globo.com/economia/tecnologia/noticia/2022/10/numero-de-usuarios-do-instagram-ultrapassa-2-bilhoes-e-se-aproxima-do-facebook.ghtml>>.

OLIVEIRA, M. Imagens que consumimos; imagens que nos consomem. In: I Encontro Nacional de Pesquisa em Comunicação e Imagem, 2014, Universidade Estadual de Londrina. **Encontro Nacional de Pesquisa em Comunicação e Imagem**, Londrina- PR: Universidade Estadual de Londrina, 2014, p. 1-15.

PAULA, D. F. L.; GARCIA, W. .In: I Encontro Nacional de Pesquisa em Comunicação e Imagem, 2014, Universidade Estadual de Londrina. **Encontro Nacional de Pesquisa em Comunicação e Imagem**, Londrina- PR: Universidade Estadual de Londrina, 2014, p. 1-15.

PRIMO, A. Afetividade e relacionamentos em tempos de isolamento social: intensificação do uso de mídias sociais para interação durante a pandemia de COVID-19: Emotions and relationships during social isolation: intensifying the use of social media for interaction during the COVID-19 pandemic. **Comunicação & Inovação**, v. 21, n. 47, 2020.

SANTAROSSA, S. et al. Orthorexia on Instagram: a descriptive study exploring the online conversation and community using the Netlytic software. **Eating and weight disorders: EWD**, v. 24, n. 2, p. 283–290, 2019.

SILVA, A.S.P.A.P. **A influência do Instagram nas escolhas alimentares**. Lisboa, Portugal, 2021, 153 f. Dissertação de mestrado, Escola Superior de Comunicação Social. Repositório Científico do Instituto Politécnico de Lisboa.

SIMPSON, C. C.; MAZZEO, S. E. Attitudes toward orthorexia nervosa relative to DSM -5

eating disorders. **International Journal of Eating Disorders**, v. 50, n. 7, p. 781–792, 2017.

TURNER, P. G.; LEFEVRE, C. E. Instagram use is linked to increased symptoms of orthorexia nervosa. **Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity**, v. 22, n. 2, p. 277–284, 2017.

ZEMLYANSKAYA, Y.; VALENTE, M.; SYURINA, E. V. Orthorexia nervosa and Instagram: exploring the Russian-speaking conversation around #орторекия. **Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity**, 2021.

ANSIEDADE, COMPULSÃO ALIMENTAR E NUTRIÇÃO

Érica Pereira Diniz Wanderley¹; Paloma Cyntia da Silva Figueiredo Siqueira¹

ericawanderleyfacu@gmail.com

¹CENTRO UNIVERSITÁRIO DE PATOS–UNIFIP, Patos, Paraíba, Brasil.

²Universidade Federal de Campina Grande, Campina Grande, Paraíba, Brasil.

autorcorrespondente@fip.com.br

Introdução

Atualmente a ansiedade é conhecida como um transtorno mental complexo e que segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), no ano de 2021, afetou mais de 18,5 milhões de brasileiros. É uma patologia ligada a agitação, medo, nervosismo e angústia, ocasionando mudanças comportamentais e emocionais no indivíduo (MAZARIOLLI; VILLEMOR-AMARAL, 2021).

Relacionado às crises de ansiedade estão os distúrbios alimentares, entre eles a compulsão alimentar, que é caracterizada pelo consumo descontrolado de alimentos num curto espaço de tempo, geralmente, ligada a busca de um conforto emocional para os sintomas de angústia, causado pela a ansiedade (SILVA et al., 2021).

Nos episódios de compulsão, mesmo sem fome, o indivíduo come até sentir um grande desconforto estomacal devido ao alto consumo de alimentos. Após esses quadros, são comuns os sentimentos de vergonha e culpa, principalmente pela decepção com a própria falta de controle na ação de comer e, conseqüentemente, a pessoa compulsiva termina por recorrer ao alimento novamente a fim de amenizar essas emoções (BLOC et al., 2019).

Tendo em vista que a ansiedade e a compulsão alimentar estão cada vez mais presentes na vida de inúmeras pessoas e são patologias com grandes consequências na qualidade de vida e bem estar, o presente estudo se justifica por evidenciar a importância de uma alimentação balanceada no controle dessas doenças.

Sendo assim, este resumo tem como objetivo abordar sobre a ansiedade, a compulsão alimentar como sua consequência e a importância da nutrição no tratamento dessas patologias.

Material e Métodos

Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica com a consulta sobre o tema a partir de revistas e periódicos científicos em base de dados como: Google Acadêmico e SCIELO. Foram selecionados artigos de publicações nacionais dos últimos 5 anos. Para a pesquisa foram utilizados os descritores (DeCS): “ansiedade e alimentação”, “ansiedade”, “compulsão alimentar”, “ansiedade e compulsão alimentar”, “distúrbios alimentares”. Foram encontradas 19 bibliografias, entre elas artigos e trabalhos de conclusão de curso, onde 11 foram incluídas neste estudo, relacionadas a ansiedade, compulsão alimentar e nutrição.

Resultados e Discussão

A ansiedade é uma tensão normal do ser humano, geralmente, sentida ao anteceder um evento importante ou que possa causar algum tipo de medo e ameaça. Ela passa a ser

considerada uma patologia apenas quando se torna persistente e capaz de dificultar ou até mesmo impedir que o indivíduo prossiga com sua vida e afazeres de forma normal. Pode influenciar na qualidade do sono e concentração, além do desenvolvimento de uma mudança de comportamento, aumento do estresse, sedentarismo e hábitos alimentares não condizentes com a saúde em busca de alívio dos sintomas (CASSIA; BARBOSA, 2019).

Segundo Lemos et al. (2022), o ato de se alimentar tem como papel suprir adequadamente as necessidades nutricionais a fim de manter a sobrevivência do ser humano, além da busca de prazer no ato de saborear a comida. A mudança comportamental desenvolvida por quem sofre com o transtorno de ansiedade interfere diretamente nessa relação que o indivíduo tem com o alimento, ocasionando um desequilíbrio que pode levar ao desenvolvimento de transtornos alimentares, entre eles a compulsão alimentar.

A compulsão alimentar tem como característica o consumo desenfreado de alimentos, geralmente ricos em carboidratos, gorduras e açúcares, mesmo sem fome e num pequeno espaço de tempo. Quando ocorre, o indivíduo acaba por experimentar uma perda de controle sobre quais alimentos ingerir, a quantidade e até sobre si mesmo, lhe gerando um grande sentimento de culpa, podendo ocasionar um ciclo vicioso, onde ele recorre a comida novamente para se sentir melhor (SCHMITT; BOTEGA, 2020).

Silva et al. (2021) fala que a compulsão alimentar é ocasionada através de vários fatores, entre eles os socioculturais, predisposição genética e pessoas psicologicamente vulneráveis. Sendo assim os quadros ansiosos estão diretamente ligados à compulsão, onde através dos insistentes pensamentos negativos e de baixa autoestima, o indivíduo compulsivo desconta todos esses sentimentos comendo de forma impulsiva uma quantidade de comida maior do que geralmente uma pessoa conseguiria ingerir.

Normalmente os indivíduos em episódios compulsivos não sentem prazer de sentar e fazer suas refeições na mesa, por vergonha de seu descontrole optam por comer escondidos e só param quando são interrompidos por outra pessoa, quando a comida acaba ou devido ao mal-estar causado pela grande quantidade de alimento consumido (VIANNA; NOVAES, 2019).

Ainda segundo Vianna e Novaes (2019), a pessoa acometida por essa patologia acaba desenvolvendo uma sequência de outras doenças, entre elas a obesidade, problemas cardíacos e respiratórios, diabetes, cálculos renais, distanciamento social, cultural e familiar. Sendo assim, para promover uma melhor qualidade de vida tratando todos esses sintomas e consequências, a alimentação adequada e saudável se torna indispensável, podendo ser responsável também por melhorar as funções cerebrais, controlando a compulsão e por consequência a ansiedade.

A diminuição da ingestão de alimentos de valor nutricional adequados e o aumento da ingestão dos alimentos nutricionalmente inadequados para a saúde, tem feito com que haja um desencadeamento de transtornos que afetam a parte psicológica e nutricional da pessoa compulsiva. Além do que, a deficiência na absorção da quantidade adequada de vitaminas e minerais está diretamente associada ao agravamento da saúde de pessoas ansiosas. Assim como, o consumo de vitaminas do complexo B está ligada a produção e regulamentação da serotonina, conhecida como hormônio da felicidade e a ingestão de vitamina C e E, devido suas ações neuroprotetoras, anti-inflamatórias e antioxidantes, são de suma importância no combate de doenças neurológicas minimizando os sintomas da ansiedade e compulsão alimentar (SILVA et al., 2022).

De acordo com Rocha et al. (2020) em uma metanálise de 21 estudos, de 10 países, pode-se verificar que a população que predominantemente consumia alimentos ricos em vitaminas antioxidantes, como frutas, vegetais, grãos, carne branca e azeite, reduziram seus

riscos de doenças psicológicas significativamente em comparação a população de alimentação no estilo ocidental.

Uma dieta pobre em nutrientes está expressamente associada à gravidade dos sintomas de ansiedade e consequentemente à piora de quadros compulsivos. A alimentação balanceada e rica em ácidos graxos ômega-3, vitaminas do complexo B e aminoácidos, precursores de neurotransmissores no sistema nervoso central e periférico, ajuda a sintetizar mais serotonina, noradrenalina e dopamina, neurotransmissores importantes e responsáveis pela sensação de bem-estar e saciedade (BAKLIZI et al., 2021).

De acordo com Silva et al. (2021) as mensagens enviadas entre os neurônios e todo o corpo são de competência dos neurotransmissores, esses por sua vez, tem sua composição formada por vitaminas, minerais e aminoácidos. Assim, é através de uma alimentação adequada e saudável, como alimentos ricos em triptofano, que a maioria dos neurotransmissores são produzidos, tendo o indivíduo grandes benefícios na sua saúde física e mental.

Oliveira et al. (2019) fala que, assim como existem os alimentos que são de suma importância para o bem estar físico e mental, também existem os que pioram significativamente a saúde, que além de afetar o indivíduo fisicamente, também tem o poder de deixá-lo mais depressivo e sem energia, como são os casos das frituras e dos açúcares.

Em busca da sensação de bem-estar e diminuição dos sentimentos de angústia e medo, pessoas com compulsão alimentar e ansiedade recorrem, geralmente, ao consumo de alimentos hipercalóricos com alto teor de açúcares, gorduras, alimentos ultraprocessados e refinados que trazem uma liberação de serotonina passageira, fazendo com que esses indivíduos comam com mais frequência. Em vista disso, se observa a grande importância de um plano alimentar saudável e adequado a fim de manter estáveis não apenas os níveis hormonais como o funcionamento do indivíduo num todo, reduzindo os sintomas ansiosos e de compulsão (SILVA et al., 2021).

Conclusões

Conclui-se que a discussão sobre esse tema, principalmente com o atual aumento dos casos, é de extrema importância para alertar as pessoas sobre como a ansiedade está diretamente associada à compulsão alimentar e todos os riscos que essas patologias juntas podem acarretar na vida do indivíduo, além de evidenciar o quanto a intervenção nutricional é de grande importância no tratamento das mesmas, assim como na melhora da saúde a longo prazo.

Referências

- BAKLIZI, G.S.; BRUCE, B.C.; SANTOS, A.C.C.P. Neuronutrição na depressão e transtorno de ansiedade. **Research, Society and Development**, v.10, n.17, p. e52101724454, 2021.
- BLOC, L.G.; NAZARETH, A.C.P.; MELO, A.K.S.; MOREIRA, V. Transtorno de compulsão alimentar: revisão sistemática da literatura. **Revista Psicologia e Saúde**, v.11, n.1, p. 3-17, 2019.
- CASSIA, L. da S.; BARBOSA, L.B.G. Identificação da presença de ansiedade em mulheres adultas e sua relação com a compulsão alimentar. **Journal of the Health Sciences Institute**, v.37, n.2, p. 134-139, 2019.

- LEMOS, A.E.; SILVA, A. da S.e.; COUTINHO, G. da C.; FERREIRA, J.C. de S.; FIGUEIREDO, R. S. Alimentação no tratamento do transtorno de ansiedade. **Research, Society and Development**, v.11, n.14, p.e547111436897, 2022.
- MAZARIOLLI, A.S.; VILLEMOR-AMARAL, A.E. O psicodiagnóstico de Rorschach na avaliação de ansiedade, autopercepção e autoestima em policiais militares. **Revista Brasileira de Estudo e Segurança Pública-REBESP**, v.14, n.1, p.1, 2021.
- OLIVEIRA, A.P.A. de O.; MOLEIRO, I.C.G.; PESSOA, S.C.S.; CALDEIRA, E. B.; COS, E.S. Os alimentos e os transtornos mentais. **Psicologia.pt**, ISSN 1646-6977, 2019.
- ROCHA, A.C.B.D.; MIVA, L.M.M. **O papel da alimentação no tratamento de transtornos de ansiedade e depressão**. Brasília, DF, 2020, 22f. Monografia (Bacharelado em Nutrição) – Faculdade de Ciências da Educação e Saúde, Centro Universitário de Brasília.
- SCHMITT, S.F.S.; BOTEAGA, G.P. **Possíveis intersecções entre transtorno da compulsão alimentar e quadros de ansiedade em jovens: um olhar para o Sistema Único de Saúde (SUS)**. Pedra Branca, MG, 2020, 31f. Trabalho de Conclusão de Curso - RUNA-Repositório Universitário da Ânima.
- SILVA, B.M.; MENDONÇA, L.M.; ANDRADE, M.C.S. **A importância da alimentação balanceada para o controle da ansiedade e compulsão alimentar**. Divinópolis, MG, 2021, 26f. Trabalho de Conclusão de Curso - RUNA-Repositório Universitário da Ânima.
- SILVA et al. Distúrbio da ansiedade e impacto nutricional: obesidade e compulsividade alimentar. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v.15, n.4, p. e10108, 2022.
- VIANNA, M.; NOVAES, J. V. Compulsão alimentar: Uma leitura psicanalítica. **Revista Polêmica**, v. 19, n. 2, p. 84-103, 2019.

AVALIAÇÃO DA PREVALÊNCIA DE SARCOPENIA EM IDOSOS

Ianne Renata Pereira de Carvalho Teles¹; Isadora Tatyale De Lima ¹; Fernanda Mirela Amaral Gomes¹; Francieli Araújo Silva²; Tamires Alcântara Dourado Gomes Machado¹

¹Faculdade de Integração do Sertão-FIS, Serra Talhada, Pernambuco, Brasil. ² Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, Paraíba, Brasil.

tamiresprofessor@gmail.com.br

Introdução

A população brasileira cursa com severas mudanças epidemiológicas, na qual o número de pessoas idosas em relação ao de nascidos vivos aumenta cada vez mais. Os principais fatores causais da inversão da pirâmide etária, que resulta no aumento do número de idosos são: a redução da natalidade, elaboração de tecnologias, descobertas científicas e farmacológicas que proporcionam o tratamento de doenças, e que consequentemente, prolongam o tempo de vida (MENDES et al., 2018). E ao falar de envelhecimento, cada vez mais observa-se uma crescente na busca por qualidade de vida mesmo na terceira idade. A senescência representa uma fase natural no ciclo vital que apresenta efeitos biológicos associados ao declínio fisiológico, sensorial, funções cognitivas e emocionais, que tem reflexo direto na interação do idoso (SANTOS et al., 2018).

Embora, haja procura por qualidade de vida, algumas condições patológicas podem surgir, oriundas da idade e afetar o indivíduo, dentre elas destaca-se a sarcopenia. Esta condição gera uma redução na massa muscular e afeta consequentemente a força e capacidade funcional do idoso, estima-se que no Brasil, a prevalência de sarcopenia estratificada por sexo é de 12% e 20% para homens e mulheres, respectivamente (DIZ et al., 2016).

É fundamental, portanto, estudar e pesquisar a respeito da terceira idade e as patologias que possam vir a afetá-los, pois o conhecimento destas condições evita uma redução da expectativa de vida dos mesmos, garantindo assim o apoio e atendimento correto, promovendo sempre qualidade de vida. Este estudo tem como objetivo verificar a prevalência de sarcopenia nos últimos dez anos.

Material e Métodos

Trata-se de um estudo de tipo bibliográfico de revisão de literatura, explicativo, retrospectivo com abordagem quantitativa. Realizado através de publicações ao tema, baseando-se nos últimos dez anos. A pesquisa fundamentou-se através de artigos, revisões periódicas e diretrizes, acessíveis na forma virtual. Para compor esse estudo os critérios de inclusão utilizados foram artigos em língua portuguesa e inglesa sobre a prevalência de sarcopenia em idosos. Os critérios de exclusão foram artigos não disponíveis online ou de forma física e aqueles publicados em espanhol.

A busca por esses artigos ocorreu através da biblioteca digital Scielo, plataforma da BRASPEN, google acadêmico e portal da BVS (Biblioteca Virtual em Saúde). A coleta de dados foi realizada utilizando o operador booleano “AND” e os descritores: Sarcopenia “AND” Envelhecimento “AND” Sarcopenia em Idosos. De início foi realizada a busca dos artigos, seguido de uma leitura minuciosa dos artigos encontrados. A pesquisa foi feita em março de 2022 a dezembro de 2022. Ao final foram obtidos 20 artigos e após o refinamento

foram descartados 14 artigos que não atendiam a proposta do presente trabalho e totalizando assim a quantidade de 6 artigos.

Resultados e Discussão

AUTOR DO ESTUDO	ANO	METODOLOGIA APLICADA	RESULTADO PRINCIPAL
PÍCOLI, T. S; FIGUEIREDO, L. L; PATRIZZI, L. J.	2011	Avaliação da força muscular dos idosos utilizando 48 indivíduos, divididos em 4 grupos de 12 participantes.	A força muscular atinge seu pico por volta dos 30 anos de idade e é satisfatoriamente preservada até os 50 anos.
OLIVEIRA, V; DEMINICE, R.	2021	Para realizar a pesquisa referente a sarcopenia, foi feito uma investigação bibliográfica não sistemática nas bases de dados eletrônicas MEDLINE/PubMed, Embase e SciELO (pesquisa inicial).	Os estudos de prevalência da sarcopenia são mais robustos em indivíduos idosos, onde a prevalência estimada é de que 10% da população com mais de 60 anos apresentou sarcopenia.
DIZ, JULIANO BERGAMASCHINE MATA. QUEIROZ, BARBARA ZILLE. BARBOSA, LEONARDO. PEREIRA, LEANI SOUZA MÁXIMO.	2015	Trata-se de uma pesquisa de uma discussão de caráter exploratório, seguida de meta análise, na qual foram incluídos estudos indexados, publicados desde 2000 a 2014, selecionados através das seguintes bases de dados: Scielo - Scientific Electronic Library Online e BVS - Biblioteca Virtual em Saúde, pelo portal BIREME (Medline, Pubmed, Lilacs, Cid. Saúde, IBICS - Espanha), acessado pela biblioteca virtual da Universidade do Vale do Rio dos Sinos – UNISINOS/RS.	A prevalência de sarcopenia variou de 21,5% a 63,5%. A média ponderada pelo tamanho amostral de todos os estudos foi de 33,3%.
MESQUITA, A. F	2015	Para investigar a relação entre sarcopenia e variáveis preditoras, foi utilizado o modelo de regressão de Poisson com variância robusta, estimando a razão de prevalência, e seus respectivos intervalos de confiança a 95% em idosos de ambos os sexos.	A prevalência de sarcopenia nesta população foi de 72,2%.
CORDEIRO, R. S.	2017	Para o estudo foram utilizados dados bibliográficos disponíveis no PubMed. Estudos publicados entre 2010 e 2016 em inglês e português sobre sarcopenia.	Entre os dados utilizados não foi obtido uma única prevalência, no entanto observou-se maior frequência de sarcopenia está presente em idosos do sexo masculino e com idade acima de 70 anos.

ADAMI, D. M. dos S.	2022	Estudo de delineamento transversal, com a população idosa, com um total de 44 participantes, analisando as seguintes variáveis: I – Sociodemográficas II – Estilo de vida III – Doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) E com as variáveis antropométricas: I – Índice de massa corporal (IMC) II – Peso III – Altura	A maioria dos participantes eram do sexo feminino, foi avaliado um total de 126 idosos, levando-se em consideração, que as mulheres são mais preocupadas com a saúde e quando foi avaliado o sobrepeso, 66% dos participantes eram do sexo feminino.
---------------------	------	---	---

É inegável que a sarcopenia é uma condição que afeta a terceira idade e reduz os níveis de massa muscular. Um estudo evidenciou que a força muscular do indivíduo se mantém preservada até os 50 anos (PÍCOLI; FIGUEIREDO; PATRIZZI, 2011), enquanto, ao observar o estudo de Oliveira e Deminice (2021), podemos observar que a prevalência de sarcopenia se dá na população acima dos 60 anos. Desse modo, podemos concluir que após os 60 anos é o período no qual naturalmente ocorre uma depleção da massa muscular, havendo então maior probabilidade desse público desenvolver sarcopenia.

O estudo de Diz, Queiroz, Barbosa e Pereira (2015) verificou que a sarcopenia apresenta um percentual que varia de 21,5% a 63,5%, já o estudo de Mesquita (2015) evidenciou que a sarcopenia muitas vezes se faz presente no público do sexo masculino (72,2%), independentemente da faixa etária. Outrossim, o estudo de Cordeiro (2017) explanou que a sarcopenia faz-se mais presente nos homens acima dos 70 anos. Somado a isso, o artigo de Adami (2022) constatou que as mulheres são mais preocupadas e cuidadosas com a saúde do que os homens, a prova disso é que 66% dos participantes eram mulheres, e o estudo avaliava a população idosa e o seu estado nutricional. Dessa forma, é possível entender que a prevalência de sarcopenia no público masculino ocorre, haja visto o seu estilo de vida e o descuido com a saúde.

Conclusões

Através deste estudo, pode-se concluir que a sarcopenia nos idosos tem se mostrado um impasse atual e que precisa ser estudado e avaliado com intuito de diminuir os percalços que impedem a qualidade de vida. Consoantes trabalhos avaliados observou-se que a prevalência da sarcopenia em homens e mulheres é maior que 10% nessa população. Deste modo o estudo voltado para minimizar os danos da sarcopenia em idosos são importantes e podem proporcionar uma melhora na qualidade de vida.

Referências

ADAMI, D. M. dos S. et al. **Circunferência do pescoço e sua relação com indicadores antropométricos convencionais e não convencionais de risco cardiovascular e estado nutricional em idosos da comunidade.** São Paulo: BONE, 2022. Disponível em: <<http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/2047/1278>>. Acesso em: 11/01/2023

as 23:12.

CORDEIRO, R. S. **Sarcopenia e Envelhecimento**. Coimbra: FMUC, 2017. Disponível em: <<https://eg.uc.pt/bitstream/10316/82753/1/Sarcopenia%20e%20Envelhecimento%2C%20FI%20NAL%2C%20RODRIGO%20CORDEIRO%2C%20jan2017%2C%20vp.pdf>>. Acesso em: 09/01/2023 as 23:02.

DIZ, B. M.; QUEIROZ, B. Z.; BARBOSA, L.; PEREIRA, L. S. M. **Prevalência de sarcopenia em idosos brasileiros: uma revisão sistemática e metanálise**. Rev. bras. geriatra. gerontol, v.18, n.3, 2016. Acesso em: 25/08/2022 as 19:00.

ELIAS, S. G. et al. **Indicadores da sarcopenia e o risco de quedas em idosos institucionalizados**. Disponível em:

<<https://estacio.periodicoscientificos.com.br/index.php/rrsfesgo/article/view/268/263>>. Acesso em 07/02/2023 as 15:20.

LIMA, D. P. **Sarcopenia na doença de parkinson: avaliação clínica, risco de quedas e protocolo de reabilitação**. Fortaleza: UFC, 2021. Disponível em:

<https://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/62945/1/2021_tese_dplima.pdf>. Acesso em: 11/01/2023 as 23:35.

MENDES, J. L. V et al. **O Aumento da População Idosa no Brasil e o Envelhecimento nas Últimas Décadas: Uma Revisão da Literatura**. REV. EDUC. MEIO AMB. SAÚ., 2018;8(113):13-26. Acesso em: 25/08/2022 as 14:35.

MESQUITA, A. F. **Sarcopenia em idosos institucionalizados: prevalência e fatores associados**. Salvador – BA. Universidade Federal da Bahia, 2015. Disponível em:

<https://repositorio.ufba.br/bitstream/ri/20123/1/Disserta%20a7%20a3o_Nut_%20Alice%20Ferreira%20Mesquita.pdf>. Acesso em: 24/02/2023 as 17:20.

OLIVEIRA, V; DEMINICE, R. **Atualização sobre a definição, consequências e diagnóstico da sarcopenia: uma revisão literária**. Disponível em:

<http://www.scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2182-51732021000600550&lang=pt#B4>. Acesso em 18/12/2022 as 21:45.

PÍCOLI, T. S; FIGUEIREDO, L. L; PATRIZZI, L. J. **Sarcopenia e envelhecimento**. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/fm/a/NXbpCrcqsg54cndCk9VHPd/?format=html>>. Acesso em 18/12/2022 as 22:10.

AValiação DO REFLEXO DA SINTOMATOLOGIA E TRATAMENTO MEDICAMENTOSO DA DEPRESSÃO E DA ANSIEDADE NA ALIMENTAÇÃO

Ianne Renata Pereira De Carvalho Teles¹; Isabella da Silva Franco¹; Francieli Araújo Silva²;

Tamires Alcântara Dourado Gomes Machado¹

¹Faculdade de Integração do Sertão-FIS, Serra Talhada, Pernambuco, Brasil.

tamiresprofessor@gmail.com.br

²Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, Paraíba, Brasil.

Introdução

A Organização Mundial de Saúde define a depressão como um transtorno mental, no qual o indivíduo apresenta desânimo ao realizar os afazeres diários e demais atividades que anteriormente proporcionavam satisfação e bem-estar. Esse transtorno já acomete mais de 322 milhões de pessoas no mundo, e vem expandindo-se de forma perceptível e acelerada (OMS, 2018). Entre os sintomas mais comuns da depressão estão a melancolia constante, sentimentos de culpabilidade, baixa autoestima, desejos suicidas, bem como alteração no comportamento alimentar, entre outros (ROSA, CAVALCANTE, TERRA JUNIOR, 2018).

Alguns estudos relatam que esse transtorno pode ser desencadeado ou agravado pela baixa concentração de neurotransmissores que possuem papel fundamental na transmissão da mensagem de um neurônio a outro, possibilitando a interação entre as células, a qual é realizada através da síntese de aminoácidos essenciais específicos como a tirosina, fenilalanina, triptofano, entre outros (SANTOS, 2021; MORGESE, TRABACE, 2019). Bioquimicamente, a depressão é caracterizada pela redução das aminas biogênicas cerebrais como a serotonina, que costumam atuar durante episódios de ansiedade, obsessão e compulsão, e a dopamina e noradrenalina, que atuam, respectivamente, durante a redução da concentração, disposição e entusiasmo pela vida (ARAÚJO et al., 2020).

Já no que diz respeito à ansiedade, Leite et al. (2016) descrevem como um estado emocional que apresenta elementos psicológicos e fisiológicos triviais nas experiências humanas. Compreendendo sentimentos incômodos e vagos, bem como o medo, tensão, desconforto, apreensão sobre algo relacionado ao futuro devido à sensação antecipada de perigo (MIOTTO et al., 2022).

Os estudos apontam uma associação entre o estado emocional e a conduta alimentar, trazendo indícios que antecedem a sua manifestação clínica ou caracterizam esses transtornos citados. A presença de alguns nutrientes como as vitaminas do complexo B, vitamina D, magnésio, ômega 3 e 6, e o aminoácido triptofano podem apresentar uma atuação positiva no manejo dos transtornos de depressão e ansiedade (SILVA, CARDOSO, 2021; DA ROCHA, MYVA, ALMEIDA, 2020; DE ANDRADE et al., 2018).

Os antidepressivos psicofármacos são utilizados para reduzir a sintomatologia da depressão e ansiedade, porém, observa-se frequentemente o uso clínico desses compostos em patologias distintas do conjunto terapêutico a que foram designados (ABREU, 2020). Há uma conduta para a prescrição desses fármacos que será avaliada através da quantidade e intensidade dos sintomas apresentados pelos pacientes, isso será determinado pelo profissional responsável. Geralmente apresentam tratamentos com períodos mínimos de 6 meses, e podem ser empregados os antidepressivos tricíclicos (ADTS) e os Inibidores das

Monoaminas Oxidases (IMAOs) (ROSA, CAVALCANTE, TERRA JUNIOR, 2018).

Os ADTS possuem eficácia antidepressiva e analgésica, por efeito da recaptação dos neurotransmissores de noradrenalina, dopamina e serotonina (ABREU, 2020). Embora apresentem grande acurácia, os ADTS não são utilizados com maiores frequências, comparados a outros psicofármacos, isso ocorre devido aos efeitos adversos que podem ser desencadeados por eles (ROSA, CAVALCANTE, TERRA JUNIOR, 2018). Entre os quais podem ser citados a hipotensão ortostática, xerostomia, constipações intestinais, taquicardia, espasmos involuntários e alterações no apetite, anorexia ou compulsão (GIMENES, 2019). Para Abreu (2020), essa classe de fármaco está associada também ao ganho de peso a longo prazo, principalmente em mulheres usuárias dos ADTS, as quais são mais propensas que os homens.

Diante das modificações humorais associadas aos quadros citados o consumo alimentar pode se elevar, levando também ao aumento do interesse por alimentos mais palatáveis, os quais geralmente são deficientes em nutrientes como as vitaminas do complexo B, vitamina D, magnésio e os ômega. Apesar desses alimentos aumentarem a produção de serotonina no organismo, proporcionando bom humor imediato, esse efeito não se mantém a longo prazo (ARAÚJO, 2017). Desta forma, discutir sobre a influência da saúde mental na alimentação e vice-versa mostra-se relevante em razão dos elevados índices dessas doenças. Assim, o presente estudo objetivou identificar os fatores associados à fisiopatologia da depressão e ansiedade, entre eles a relação da utilização de medicamentos para o tratamento e a sua associação com a alimentação.

Material e Métodos

Trata-se de um estudo do tipo bibliográfico a partir de artigos científicos publicados em periódicos nacionais e internacionais, que foram selecionados nas seguintes bases de dados: SciELO, Pubmed e Google Acadêmico. A coleta de dados foi efetuada utilizando o operador booleano “AND” e os descritores: “Mental health” AND “Psychotropic”. Para a elaboração desse estudo foram selecionados artigos de revisões bibliográficas que continham informações associadas aos transtornos de depressão e ansiedade e sua relação com o uso dos psicofármacos e seus efeitos adversos, redigidos em inglês e português, publicados no período entre 2016 a 2022. Os parâmetros empregados para a inclusão dos artigos foram os seguintes: artigos originais, com acesso ao texto completo, disponíveis online e escritos em inglês ou português. Primeiramente foi realizada a busca pelos artigos, seguida pelo processo de interpretação e estruturação do presente trabalho.

Resultados e Discussão

Os transtornos mentais foram subestimados por muito tempo, por isso muitos dos pacientes com a saúde mental comprometida não apresentavam diagnóstico concreto e tratamento adequado (ARAÚJO, 2017). Segundo Celeste e Gonçalves (2020) as mulheres são mais acometidas pela depressão e ansiedade em comparação aos homens, considerando idades entre 20 e 59 anos e as diferentes fases da vida.

Os sintomas da depressão estão diretamente interligados aos da ansiedade, devido a compatibilidade dos mesmos, em especial as modificações no comportamento alimentar, como a redução ou aumento do apetite. Esses transtornos podem possuir ligações com uma alimentação inadequada, com baixa ingestão de frutas, verduras e alto consumo de ultraprocessados e fast- foods por serem alimentos mais palatáveis (DA ROCHA, MYVA,

ALMEIDA, 2020).

Os antidepressivos são fármacos utilizados para o tratamento das perturbações depressivas, com ação evidenciada, porém, podem ocasionar efeitos colaterais indesejáveis aos indivíduos (ABREU, 2020). Entre a classe de psicofármacos destaca-se os Antidepressivos Tricíclicos (ADTS) em razão da sua ação inibidora no processo de recaptação das Monoaminas oxidases nas fendas pré-sinápticas, desse modo, proporcionam aumento desses neurotransmissores. Porém, apesar da sua eficácia apresentam inúmeros efeitos adversos, sendo contra-indicados para hipertensos, cardiopatas e idosos (ROSA, CAVALCANTE, TERRA JUNIOR, 2018).

No que diz respeito à terapia nutricional, pesquisas afirmam que ainda não se tem uma diretriz preestabelecida para pacientes com depressão e ansiedade, porém, uma alimentação pautada em padrões alimentares equilibrados, com o consumo predominante de alimentos *in natura* e minimamente processados, apresentam indícios de menores probabilidades de desencadear essas desordens e de proporcionar benefícios no manejo quando elas já estiverem presentes no indivíduo (SILVA, CARDOSO, 2021; ARAÚJO et al., 2020; ARAÚJO, 2017). Entretanto, a adesão ao tratamento nutricional é essencial para que as metas propostas pelo profissional possam ser alcançadas com êxito. Entendemos que a adesão envolve processos multifatoriais, a clareza por parte do indivíduo que necessita mudar os hábitos que podem promover riscos à saúde e o empenho do mesmo para que as metas orientadas sejam alcançadas (SERRACENI, 2018).

Nesse sentido, a nutrição com abordagem comportamental visa abranger na atuação do nutricionista aspectos fisiológicos, sociais, culturais, religiosos, políticos, emocionais, relacionamento e gênero, memórias afetivas, questões familiares e demais pontos que influenciam na alimentação (ALVARENGA et al., 2019). Sem se limitar à visão dicotômica dos alimentos como “saudáveis” e “não saudáveis”, além de considerar a influência da mídia e da indústria do emagrecimento, as quais ditam quais alimentos devemos ou não consumir (ULIAN, 2018). Essa abordagem tem como objetivo geral proporcionar saúde ao indivíduo e melhorar o seu relacionamento com a comida através de mudanças saudáveis e sustentáveis. Diante disso, para que as alterações se tornem efetivas e duradouras, faz-se necessário modificar o comportamento de maneira integral e não apenas educar o paciente com o que deve ou não consumir (ULIAN, 2018).

Conclusões

A análise dos artigos selecionados permitiu conhecer os fatores associados à fisiopatologia da depressão e ansiedade, entre eles a relação da alimentação com esses distúrbios. Percebe-se, portanto, que a nutrição apresenta um papel fundamental no tratamento de problemas associados a esses transtornos, e que a abordagem comportamental mostra-se eficaz em apresentar mecanismos que possibilitem a adesão ao tratamento nutricional de forma sustentável a longo prazo. Porém, é evidente a necessidade de mais estudos relacionando a nutrição com abordagem comportamental e os transtornos mentais, os quais irão auxiliar na promoção de saúde a esses indivíduos.

Referências

ABREU, C. M. **Antidepressivos: para além da depressão**. 86 f. Dissertação (Mestrado em Ciências Farmacêuticas), Faculdade de Ciências e Tecnologia, Universidade do Algarve, Portugal, 2020.

ALVARENGA, M.; FIGUEIREDO, M.; TIMERMAN, F.; ANTONACCIO, C. **Nutrição Comportamental**. 2. ed. Barueri: Manole, 2019.

ARAÚJO, A. H. **Interaminense de influências de quadros de ansiedade e depressão no consumo alimentar em adultos jovens saudáveis**. xv, 104 f., Dissertação (Mestrado em Ciências e Tecnologias em Saúde), Universidade de Brasília, Brasília, 2017.

ARAÚJO, A. S. F. et al. Avaliação do Consumo Alimentar em Pacientes com Diagnóstico de Depressão e/ou Ansiedade. **Referências em Saúde do Centro Universitário Estácio de Goiás**, [S. l.], v. 3, n. 01, p. 18–26, 2020.

CELESTE, C. M.; GONÇALVES, C. Z. **Relação entre depressão e obesidade em mulheres**. 20f. 2020. Unicesumar - Universidade Cesumar: Maringá, 2020 .

DA ROCHA, A. C. B; MYVA, L. M. M; DE ALMEIDA, S. G. O papel da alimentação no tratamento do transtorno de ansiedade e depressão. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 9, p. e724997890-e724997890, 2020.

DE ANDRADE, E. A. F. et al. L-Triptofano, Ômega 3, Magnésio e Vitaminas do Complexo B na diminuição dos sintomas de ansiedade. **Revista de psicologia**, v. 12, n. 40, p. 1129-1138, 2018.

GIMENES, C.O. C. **Uso de antidepressivos, ganho de peso e obesidade**. 11. ed. Maringá: Epcc, 2019. 4 p.

MIOTTO, L. P. et al. Dor crônica, ansiedade e sintomas depressivos em estudantes de enfermagem em tempos de pandemia. **Escola Anna Nery**, v. 26, 2022.

MORGESE, M.G, TRABACE L. **Monoaminergic system modulation in depression and Alzheimer's disease: a new standpoint?** Front Pharmacol. 2019 May 17;10:483. doi: 10.3389/fphar.2019.00483. PMID: 31156428; PMCID: PMC6533589

OMS (Organização das Nações Unidas). **Depression**. 2018. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/depressao>. Acesso em: 06/03/2023

ROSA, I. S.S; CAVALCANTE, M. S.; TERRA JUNIOR, A. T. Breve relato dos antidepressivos tricíclicos, incluindo o efeito terapêutico do cloridrato de bupropiona. **Revista Científica da Faculdade de Educação e Meio Ambiente**, [S. l.], v. 9, n. edesp, p. 551–558, 2018.

SANTOS, J. F. **Influência da serotonina na fisiologia da depressão**: mestrado integrado em ciências farmacêuticas. 90 f. Tese (Doutorado em Farmácia), Faculdade de Ciências Farmacêuticas, Instituto Superior de Ciências da Saúde Egas Moniz, 2016. Cap. 5. Disponível em: <https://comum.rcaap.pt/handle/10400.26/17615>.

SARRACENI, A.V.; DONHA, G. S. F. **Percepção de nutricionistas a respeito da prática clínica embasada na nutrição comportamental**. 23 f. TCC (Graduação) - Curso de Nutrição, Centro Universitário Toledo, Araçatuba, 2018.

SILVA, L. A. D; CARDOSO, H. C. S. **A influência da alimentação adequada na depressão**. 16 f. TCC (Graduação) - Curso de Nutrição, Centro Universitário Una, Catalão, 2021.

ULIAN, M. D. **Os Efeitos de uma intervenção interdisciplinar baseada na abordagem Health at Every Size®: Uma avaliação das escolhas alimentares utilizando o modelo de métodos mistos**. 391 f. Tese (Doutorado em Nutrição em Saúde Pública) - Curso de Nutrição, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2018.

HORMÔNIOS DA FOME E SUA RELAÇÃO COM TRANSTORNO DA COMPULSÃO ALIMENTAR PERIÓDICA

Laura Izabele Xavier Guedes Martins¹; Mahalla Hanne dos Santos Vieira²; Yasmim Regis Formiga de Sousa¹

¹Discente do Centro Universitário de Patos–UNIFIP, Patos, Paraíba, Brasil.

² Docente do Centro Universitário de Patos – UNIFIP, Patos, Paraíba, Brasil. Doutora em Ciência e Tecnologia de Alimentos pelo Programa de Pós-Graduação em Ciência e Tecnologia de Alimentos – UFPB, João Pessoa, Paraíba, Brasil

lauramartins@nutri.fiponline.edu.br

Introdução

De acordo com o *Eating Disorder Hope* (2017), transtornos alimentares descrevem doenças que são caracterizadas por hábitos alimentares irregulares e sofrimento grave ou preocupação com o peso ou a forma do corpo, seja por ingestão inadequada ou excessiva de alimentos, que pode prejudicar o bem-estar de um indivíduo. As formas mais comuns incluem Anorexia Nervosa, Bulimia Nervosa e Transtorno da Compulsão Alimentar.

Segundo a Associação Americana de Psiquiatria (2002), o episódio de compulsão alimentar é caracterizado pela ingestão de uma grande quantidade de alimentos em um período de tempo delimitado (até duas horas), acompanhada da sensação de perda de controle sobre o que ou o quanto se come. Quando esses episódios ocorrem pelo menos dois dias por semana, em um intervalo de seis meses, recebe-se o diagnóstico de Transtorno da Compulsão Alimentar Periódica (TCAP). Este se caracteriza pela ingestão descontrolada de grande quantidade de alimentos, sem apetite e quase sem mastigar, até que seja alcançada a plenitude (VILLELA e CRUZ, 2003) e são comumente relatados por indivíduos obesos que buscam tratamento para perda de peso (SIQUEIRA e APOLLINARIO, 2005). Considerando todos os transtornos alimentares, conjuntamente, há uma prevalência, no Brasil, em 3% a 4% da população (AGÊNCIA BRASIL, 2002).

Pessoas acima do peso ou compulsivas por comida normalmente tem um desequilíbrio entre os hormônios grelina e leptina (CROZETA, 2021). A grelina atua estimulando o apetite, é produzida pelas células do estômago e está diretamente envolvida na regulação a curto prazo do balanço energético, já a leptina é um peptídeo responsável pela saciedade, desempenhando importante papel na regulação da ingestão alimentar (RODRIGUES, 2022). De acordo com Crispim *et al.* (2007), a alteração dos níveis de leptina e grelina é considerada um importante mecanismo capaz de alterar o padrão da ingestão alimentar e levar a desajustes nutricionais e ritmo e o sincronismo na secreção da leptina e grelina são importantes para o padrão diário das refeições. Segundo Geloneze (2006), o obeso demonstra ser mais sensível à ação da grelina e tem um mecanismo que reduz sua produção a partir do ganho de peso.

Perante o exposto, questiona-se: Qual a relação da grelina e leptina com o transtorno da compulsão alimentar periódica e como seus mecanismos interferem no quadro de saúde dos indivíduos?

Sendo assim, o presente trabalho teve como objetivo geral apresentar, por meio de uma revisão bibliográfica, estudos relacionados, como tema principal, a ação dos hormônios grelina e leptina no TCAP.

Material e Métodos

Trata-se de uma revisão bibliográfica, que segundo Cervo (2007) se apresenta como um meio de formação por excelência e procedimento básico para os estudos acadêmicos, destinado à procura da eficácia do estado da arte sobre determinado tema. Este estudo utilizou artigos disponibilizados nas bases de dados: Biblioteca Regional de Medicina (BIREME) e *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO), utilizando como descritor: “transtorno da compulsão alimentar”, “grelina” e “leptina”. O método utilizado foi a leitura analítica, na íntegra, de artigos publicados entre os anos de 2018 a 2023 que abordaram a temática sobre os hormônios envolvidos no Transtorno da compulsão alimentar. Foram incluídos os artigos publicados nos idiomas português e inglês disponibilizados na íntegra e excluídos os estudos inconclusivos, incompletos, duplicados ou que não se adequaram ao tema. Após a aplicação desses critérios, 06 artigos foram selecionados e analisados.

Resultados e Discussão

De acordo com Torrelly (2021), os mecanismos neuroendócrinos agem intermediando respostas adaptativas e de comportamento alimentar. Além disso, afirma que o excesso de triglicerídeos provoca mudanças fisiológicas e estruturais nas células adiposas, interferindo na sinalização hormonal e aumentando a inflamação do organismo. Um estudo realizado por Fuchs *et al.* (2018), em estudo experimental com ratos, no qual, aqueles que possuíam ausência do hormônio leptina, se encontravam obesos, enquanto os que continham esse hormônio em sua corrente sanguínea (em níveis séricos normais) eram mais magros, coincidindo com a maior prevalência de episódios de TCAP em obesos. Foi visto que o rato da linhagem db/db (obeso e diabético) produzia a leptina, mas possuía uma resistência hipotalâmica a ele, ou seja, o hormônio não era reconhecido por seus receptores.

A grelina deve ser considerada um hormônio do estresse, estando associada também em pacientes com transtornos alimentares que tiveram traumas na infância, as quais podem apresentar alterações neuroendócrinas (LELLI *et al.*, 2019). Um estudo realizado por Rossi (2021) afirma que esse hormônio pode estar implicado na manutenção de comportamentos alimentares patológicos relacionados à alimentação excessiva, como compulsão alimentar e alimentação emocional, sendo significativamente associada à frequência de episódios de compulsão alimentar e vômitos autoinduzidos. Hernandez *et al.* (2019) afirmam que há uma diminuição da concentração de grelina em pessoas diagnosticadas com TCAP, constatando o fato do indivíduo se alimentar não pela sensação de fome, mas pela vontade de comer. Outro estudo realizado por Carnnel *et al.* (2018) relatam que durante as refeições realizadas pela noite, os níveis de grelina são maiores e os de leptina menores, propondo-se que a tarde e noite pode ser um período de alto risco para comer demais, principalmente quando combinado com exposição ao estresse e para aqueles indivíduos com compulsão alimentar.

Conclusão

Conclui-se, a partir desse estudo, que indivíduos com TCAP, geralmente apresentam um quadro de obesidade, tendo como característica o excesso de triglicerídeos no organismo, influenciando no processo neuroendócrino, inclusive em uma desordem dos hormônios grelina e leptina, que influenciam diretamente no comportamento alimentar de indivíduos

com transtorno alimentar. Notou-se que pessoas com episódios de TCAP apresentam uma diminuição na concentração ou uma resistência à leptina. O mesmo acontece com a grelina, que tem suas concentrações diminuídas comparadas com indivíduos eutróficos e sem apresentar transtornos alimentares. Sendo assim, fica claro uma relação dos referidos hormônios com os transtornos alimentares, assim como a possibilidade de o nutricionista, além de realizar métodos de consumo alimentar durante uma avaliação, solicitar exames laboratoriais para avaliar os níveis de grelina e leptina no sangue, para uma possível percepção de TCAP.

Referências

AGÊNCIA BRASIL. Transtorno alimentar requer cuidado multidisciplinar, diz associação. Rio de Janeiro, Brasil, 2022.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. DSM-IV: manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais. 4ª Ed. Porto Alegre: **Editora Artmed**, 2002.

CARNEL, S. et al. Morning and afternoon appetite and gut hormone responses to meal and stress challenges in obese individuals with and without binge eating disorder. **International Journal of Obesity**, v. 42, p. 841–849, 2018.

CERVO, A. L.; BERVIAN, P.A.; DA SILVA, R. Metodologia científica. 6 ed. São Paulo: Pearson Prentice Hall, 2007.

CRISPIM, C. A. et al. Relação entre sono e obesidade: uma revisão da literatura. *Arq Bras Endocrinol Metab*, v. 51, suppl. 7, p. 1041-1049, 2007.

CROZETA, C. Como controlar a compulsão alimentar? **Portal RIC mais**, Paraná, 2021.

Eating Disorders: Causes, Symptoms, Signs & Treatment Help. **Eating Disorder Hope**, 2017.

FUCHS, T. et al. Modelos animais na síndrome metabólica. *Revista do Colégio Brasileiro de Cirurgiões*. Rio de Janeiro, v. 45, n. 5, p. 1-10, 2018.

GELONEZE, Bruno; PAREJA, José Carlos. Cirurgia Bariátrica na síndrome metabólica. **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia e Metabologia**, v. 50, n. 2, abr. 2006.

HERNANDEZ, D., MEHTA, N., & GELIEBTER, A. Meal-related acyl and des-acyl ghrelin and other appetite-related hormones in people with obesity and binge eating. **Obesity**, v. 27, n. 4, p. 629– 635, 2019.

LELLI, L. et al. Cortisol levels before and after cognitive behavioural therapy in patients with eating disorders reporting childhood abuse: A follow-up study. **Psychiatry Research**, v. 275, p. 269–275, 2019.

RODRIGUES, C. Leptina e grelina: entenda a relação desses hormônios com a obesidade. **Conquiste sua vida**, 2022.

ROSSI et al. Ghrelin as a possible biomarker and maintaining factor in patients with eating disorders reporting childhood traumatic experiences. **European Eating Disorders Review**, v.29, n. 4 p. 588-599, 2021.

SIQUEIRA KS, APPOLINÁRIO JC, SICHIERI R. Relationship between binge-eating episodes and self-perception of body weight in a nonclinical sample of five Brazilian cities.

Revista Brasileira de Psiquiatria; v. 27, p. 290-4, 2005.

TORRELLY, A.L. Leptina e grelina: ações hormonais e sua relação com o comportamento alimentar em pessoas obesas. Faculdade de Ciências da Educação e Saúde. Curso de Nutrição, Brasília, DF, 2021.

VILLELA, Nilze Barreto; CRUZ, Thomaz. **O transtorno da compulsão alimentar periódica.** *Revista Baiana de Saúde Pública*, Salvador, v. 27, n. 1/2, p. 76-83, jan./jul. 2003.

IDENTIFICAÇÃO DA ANOREXIA NERVOSA A PARTIR DA AVALIAÇÃO NUTRICIONAL: REVISÃO INTEGRATIVA

Mahalla Hanne dos Santos Vieira¹; Christianne Leite Cavalcanti²

¹Discente do Centro Universitário de Patos - UNIFIP, Patos, Paraíba, Brasil.

² Docente do Centro Universitário de Patos – UNIFIP; Doutora em Ciências da Nutrição pela Universidade Federal da Paraíba, Paraíba, Brasil.

mahallavieira@nutri.fiponline.edu.br

Introdução

A escolha alimentar humana está baseada, por um lado, na condição onívora do homem, e por outro, nos diversos fatores que influenciam o indivíduo nessa seleção, sejam relativos do alimento, tais como preço, sabor, variedade, aparência, higiene e valor nutricional ou relacionados ao indivíduo, assim como os aspectos socioculturais, biológicos, fisiológicos e psicológicos (JOMORI *et al.*, 2008).

Padrões de comportamento alimentar podem ser classificados como estilos alimentares, dividindo-se em três dimensões: emocional, quando o indivíduo se alimenta em resposta a emoções negativas; restritiva, quando a restrição alimentar é consciente a fim de modular o peso corporal e externa, que ocorre quando a ingestão é em resposta aos aspectos dos alimentos (VIANA, 2020).

Os transtornos alimentares são condições psiquiátricas caracterizadas por alterações persistentes nas refeições ou nos comportamentos relacionados aos hábitos alimentares. Quando há alteração no consumo ou na absorção de alimentos, pode afetar a saúde física e mental do indivíduo, precisando ser identificado, diagnosticado e tratado o mais rapidamente possível, pois pode acarretar em outros problemas de saúde. 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 nervosa, bulimia, compulsão alimentar e outros. (BRASIL, 2022).

A anorexia nervosa (AN) é um dos principais transtornos alimentares de natureza psiquiátrica que acomete uma grande parte dos adolescentes mundialmente (FANTONELE *et al.* 2019) e caracteriza-se por perda de peso intensa e intencional às expensas de dietas extremamente rígidas com uma busca desenfreada pela magreza (ARAÚJO, 2018). Algumas das causas da doença são a predisposição genética, o padrão atual que determina a magreza absoluta como símbolo de beleza e elegância, a pressão familiar e dos grupos sociais e a existência de alterações neuroquímicas cerebrais, especialmente nas concentrações de serotonina e noradrenalina (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2019).

Segundo o Instituto Israelita de Ensino e Pesquisa Albert Einstein (2020), Avaliação nutricional é definida como uma abordagem para a definição do estado nutricional por meio das histórias médica, alimentar e medicamentosa, do exame físico, das medidas antropométricas e dos exames bioquímicos, validado e analisado por um profissional. Nesse sentido, a realização de uma avaliação nutricional completa pode auxiliar o Nutricionista a identificar a presença de algum distúrbio alimentar, contribuindo para adequar seu estado nutricional e para a recuperar a sua saúde. Assim, buscou-se reunir informações com o propósito de responder a seguinte pergunta: Como identificar a presença da anorexia nervosa por meio da avaliação nutricional?

Perante o exposto, justifica-se a realização dessa revisão integrativa como um meio de

ampliar os conhecimentos para a ciência da nutrição, por meio de dados recentes, possibilitando atualizar as informações ao âmbito acadêmico e científico. Nesse contexto, o presente trabalho teve como objetivo geral identificar a presença da AN por meio da avaliação nutricional do indivíduo.

Material e Métodos

Trata-se de uma revisão integrativa (RI), desenvolvida em cinco fases, sendo elas: formulação e identificação do problema, coleta de dados, avaliação, análise e interpretação dos dados coletados e apresentação destes (WHITTEMORE E KNAFL, 2005). Este estudo utilizou artigos disponibilizados nas bases de dados: PUBMED, BIREME E SCIELO, utilizando como descritores: Anorexia, avaliação nutricional e o termo: Transtorno alimentar. O método utilizado foi a leitura analítica, na íntegra, de artigos publicados entre os anos de 2018 a 2023 que abordaram a temática sobre anorexia e sua associação com a avaliação nutricional. Foram incluídos os artigos publicados nos idiomas português e espanhol disponibilizados na íntegra. Foram excluídos os estudos inconclusivos, incompletos, duplicados ou que não se adequaram ao tema. Após a aplicação desses critérios, 10 artigos foram selecionados e analisados.

Resultados e Discussão

Castro e Brandão (2018) em um programa de transtornos alimentares no Rio de Janeiro, analisou que, na presença dos responsáveis, muitas vezes os adolescentes não se expressavam, mesmo quando as questões eram nomeadamente dirigidas a eles, o que dificulta na abordagem sobre esse assunto.

Em um levantamento realizado por Araújo (2018) com estudantes do curso de Nutrição, de uma faculdade particular do Distrito Federal, apontou que 38,6% das estudantes apresentavam risco de desenvolver AN. Kessler e Poll (2018) verificaram que 74,7% das estudantes, de diferentes áreas da saúde, desejavam pesar menos. Santos *et al.* (2021) em uma pesquisa também com universitários da saúde mostrou que a frequência de distorção (77%) e insatisfação (76,9%) da imagem foi elevada entre os estudantes e que entre as mulheres insatisfeitas, houve associação direta entre alimentação restritiva e inversa com o comportamento emocional.

De acordo com Franceschini, Jamnik e Santoro (2019) a atividade física excessiva foi uma característica comum apresentada nos casos de AN, além de quadros de depressão e ansiedade. Em relação a ingestão alimentar, percebeu-se durante a realização da anamnese, que pacientes com AN apresentam uma baixa ingestão calórica, além da irregularidade das refeições (SILVA *et al.*, 2018). Giordani e Silva (2021) realizaram um estudo com base em *blogs* pró-anorexia, apresentando como resultado uma insatisfação corporal, sendo a balança e fita métrica vilões do dia a dia de pessoas com algum desses transtornos, além da realização do jejum acompanhado do rígido controle alimentar.

Entre os métodos de avaliação nutricional, todos são importantes na busca de algum sinal de AN, destacando-se os métodos de consumo alimentar, dentre eles o Recordatório 24 horas, o Questionário de Frequência Alimentar (QFA) e o Diário alimentar, que visam respectivamente, a avaliação quantitativa da ingestão de nutrientes; do consumo de alimentos ou grupos alimentares e do padrão alimentar individual de forma posterior a consulta (FISBERG, MARCHIONI e COLUCCI, 2009). Detsky *et al.* (1987) criaram a Avaliação Subjetiva Global (ASG), como um método que avalia o estado nutricional a partir da

combinação de fatores como perda de peso, alterações na ingestão alimentar, sintomas gastrointestinais, alterações funcionais e exame físico do paciente, este último incluindo perda de gordura subcutânea, perda muscular e presença de edema. Apesar de ter sido elaborado para pacientes hospitalares, atualmente, é usado em várias outras situações, inclusive em consultório. Jeejeebhoy, Detsky e Baker (2020) sugerem que o método ideal de avaliação do estado nutricional, para que tenha importância clínica, deve ser capaz de prever a ocorrência de complicações associadas ao estado nutricional, o que confirma o uso Avaliação Subjetiva Global em situações necessárias, como em casos suspeitos de AN.

Nesse sentido, o nutricionista, assim como outros profissionais da saúde, devem estar atento para identificar algum sinal da AN, como a presença de desnutrição sem causa aparente, alterações alimentares e ou comportamentais, já que o tratamento precoce é fundamental para evitar maiores danos à saúde e traçar estratégias para recuperar a saúde do indivíduo.

Conclusões

Conclui-se, a partir desse estudo, que apesar da AN ser de difícil diagnóstico, é de extrema importância que o Nutricionista realize uma avaliação nutricional completa, identificando a presença de distúrbios alimentares e comportamentais, por meio da aplicação dos métodos dietéticos e, a partir dessas informações, diagnosticar e elaborar uma conduta dietética adequada para cada indivíduo. Sendo assim, a presença de uma equipe multiprofissional para acompanhar o indivíduo com esse distúrbio é fundamental para evitar maiores danos à saúde e para a recuperação do seu estado nutricional e de saúde, contribuindo para uma melhor qualidade de vida desses indivíduos.

Referências

ARAUJO, T.S; BENTO, F.C.J; CUSTÓDIO, M.R.M. Risco para o desenvolvimento de anorexia nervosa em estudantes universitárias de nutrição. **REVISA (Online)**, v.7, n.3, p.192-199, 2018.

BRASIL. Ministério da saúde. Saúde Mental. **Mais de 70 milhões de pessoas no mundo possuem algum distúrbio alimentar**. Brasília, 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Governo do Estado de Goiás. **Anorexia Nervosa**, Goiás, 2019.

CASTRO, P.S.; BRANDÃO, E.R. Desafios da atenção à anorexia nervosa na adolescência: etnografia em serviço público de saúde no Rio de Janeiro, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva [online]**, v. 23, p.2917-2926, 2018.

DETSKY AS, MCLAUGHLIN JR, BAKER JP, JOHNSTON N, WHITTAKER S, MENDELSON RA, et al. What is subjective global assessment of nutrition status. **Journal of Parenteral and Enteral Nutrition**, v.11; 1987.

FISBERG, R.M; MARCHIONI, D.M.L; COLUCCI, A.C.A. Avaliação do consumo alimentar e da ingestão de nutrientes na prática clínica. **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia [online]**, v. 53, n. 5, 2009.

FONTENELE, R. M, et al. Impacto dos transtornos alimentares na adolescência: uma revisão integrativa sobre a anorexia nervosa. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, v. 87 n.25;

2019.

FRANCESCHINI J.P; JAMNIK, S; SANTORO, I.L. Papel do binômio anorexia e perda de peso em pacientes com câncer de pulmão em estágio IV. **Jornal Brasileiro de Pneumologia**, v.46, n. 4, 2020.

GIORDANI, R.C.F; SILVA,F.S. Os corpos etéreos dos blogs pró-ana: Comunidades emocionais e espaços de sociabilidade na web. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 26. 2021.

HERNANDEZ, F.J.L; HERRANS, H.P; SEGOVIA, T.L. Actitudes de los profesionales de la salud mental ante la capacidad y el internamiento no voluntario en anorexia nerviosa: construcción, validación y resultados del cuestionario. **Revista Colombiana de Psiquiatria**, v. 51, n.3, p.168-175, 2022.

Instituto Israelita de Ensino e Pesquisa Albert Einstein. Centro de reabilitação. **Avaliação Nutricional**. 2020.

JEEJEEBHOY, K.N, DETSKY, A. S, BAKER, J.P. Assessment of nutritional status. **Journal of parenteral and Enteral Nutrition**, v. 14, p 193, 2020.

JOMORI, M.M.; PROENÇA, R. P. C.; CALVO, M. C. M. Determinantes de escolha alimentar. **Revista de Nutrição**. v. 21, n.1, p. 63-73, 2008. Disponível em: . Acesso em: 03 de jun.2019

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, 2018.

Ministério da Saúde. Anorexia Nervosa. Governo do estado de Goiás; 2019.

NICOLAU, D. A; CASTRO, A.G.P. de. Caracterização da dieta dos adolescentes com o Diretrizes Dietéticas para a População Brasileira. **Mundo Saúde (Impr.)**, v.41, p. 98-122, 2018.

SANTOS, M.M. dos, *et al.* Comportamento alimentar e imagem corporal em universitários da área de saúde. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v.70, 2021.

VIANA V. Psicologia, saúde e nutrição: contributo para o estudo do comportamento alimentar. **Análise Psicológica [online]**. v.20, n.4, p.611-24, 2002.

IMPACTO DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR NA SAÚDE: REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Laysa Fernanda Gambarra Dias¹; Christiane Leite Cavalcanti¹

¹CENTRO UNIVERSITÁRIO DE PATOS–UNIFIP, Patos, Paraíba, Brasil.

laysadiaz@nutri.fiponline.edu.br

Introdução

Durante as últimas décadas, o Brasil vivenciou modificações sociais que impactaram no consumo alimentar e no padrão de saúde da população, viabilizando desequilíbrios que conduzem para o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (BRASIL, 2017). Por sua vez, essa nova tendência alimentar apresenta variáveis ambientais que podem provocar mudanças comportamentais e no ritmo alimentar do indivíduo (COSTA, 2017).

Nesse sentido, o hábito, a prática ou comportamento alimentar são compreendidos como a relação com o alimento que envolve regras, significados e valores que transpassam os diferentes aspectos relacionados à prática do consumo alimentar, sendo primordiais para a manutenção da saúde e qualidade de vida (AZEVEDO *et al.*, 2008; LEÔNIDAS; DOS SANTOS, 2011).

Portanto, é fundamental compreender que a alimentação desempenha um papel importante na saúde do indivíduo. Nesse sentido, buscou-se reunir informações com o propósito de responder a seguinte pergunta: Qual o impacto do comportamento alimentar na saúde?

Perante o exposto, justifica-se a realização dessa revisão bibliográfica como um meio de ampliar os conhecimentos para a ciência da nutrição, por meio de dados recentes, possibilitando atualizar as informações ao âmbito acadêmico e científico.

Desse modo, este estudo teve como objetivo geral descrever o impacto do comportamento alimentar na saúde.

Material e Métodos

Trata-se de uma revisão bibliográfica, que segundo Cervo (2007) se apresenta como um meio de formação por excelência e procedimento básico para os estudos acadêmicos, destinado à procura da eficácia do estado da arte sobre determinado tema.

Este estudo utilizou artigos disponibilizados nas bases de dados: MEDLINE via PUBMED, LILACS E SCIELO, utilizando como descritores: alimentação, comportamento alimentar, saúde. O método utilizado foi a leitura analítica, na íntegra, de artigos publicados entre os anos de 2008 a 2022 que abordaram a temática sobre comportamento alimentar e sua associação com a saúde. Foram incluídos os artigos publicados nos idiomas português e inglês, disponibilizados na íntegra. Foram excluídos os estudos que não se adequaram ao tema. Após a aplicação desses critérios, 8 estudos foram selecionados e analisados.

Resultados e Discussão

O comportamento alimentar engloba todas as formas de convivência com o alimento, abrangendo fatores referidos à sensação de fome e saciedade, estados motivacionais e processos fisiológicos e metabólicos que atuam por meio de comandos dos sistemas nervosos

central e periférico (NUNES *et al.*, 2008; PHILIPPI, 2014). A alimentação corresponde a um ato social que faz parte do comportamento humano e está relacionado a imaginação, crença e simbolismo, contribuindo na formação do comportamento alimentar e estilo de vida ao longo do desenvolvimento (PHILIPPI, 2014). Desse modo, o comportamento alimentar exerce forte influência no estado nutricional do indivíduo, tendo em vista que o consumo excessivo de alimentos não saudáveis agravam o risco do desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis, com destaque para as doenças cardiovasculares, hipertensão arterial e cânceres (SOUZA, 2010). Em conformidade, os autores Oike, Oishi e Kobori (2014) abordaram que a dessincronização da ritmicidade, mediante modificações na qualidade, quantidade e horário das refeições podem atuar de forma adversa sobre o metabolismo e fisiologia endógena, resultando na instalação de doenças.

Diante disso, o Nutricionista tem o importante papel de educar e facilitar os conhecimentos relacionados à alimentação, auxiliando as mudanças nos hábitos de vida, especialmente os alimentares (FERNANDES; PONTES, 2020). Por este motivo, o profissional em nutrição é responsável pela promoção, prevenção e tratamento de doenças (LOPES *et al.*, 2020).

Portanto, deve-se ter um controle da qualidade e quantidade dos alimentos ingeridos, incentivando à prática de auto-observação para que, a partir disso, desenvolva-se equilíbrio entre o ambiente externo e a percepção de sinais internos, como a saciedade (SAMPAIO; GOMES; DA SILVA, 2022). Pois, uma alimentação de qualidade permite uma boa nutrição, impactando de forma positiva na sobrevivência e no pleno desenvolvimento físico e cognitivo em todos os ciclos da vida (ALMEIDA; BRAGA COSTA; LAUS, 2022).

Conclusões

Conclui-se que o comportamento alimentar é determinante para a saúde, tendo em vista o papel que exerce no metabolismo. Dessa forma, o comportamento alimentar irregular pode resultar no risco de desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis.

Com isso, o Nutricionista é o profissional habilitado que pode auxiliar na construção de hábitos e práticas alimentares saudáveis, contribuindo para a promoção da saúde e manutenção de uma boa qualidade de vida.

Referências

ALMEIDA, Sebastião de Sousa; BRAGA COSTA, Telma Maria; LAUS, Maria Fernanda. Psicobiologia do Comportamento Alimentar. Rio de Janeiro: **Rubio**, 2022.

AZEVEDO, R. C. S. *et al.* Hábitos alimentares na comunidade universitária do isecensa. **Perspectiva online**, 2008.

BRASIL, Ministério da Saúde. Portaria de Consolidação nº 02, de 28 de setembro de 2017. Anexo I. Dispõe sobre a Política Nacional de Promoção da Saúde. Anexo III. Dispõe sobre a Política Nacional de Alimentação e Nutrição. **Diário Oficial da União**. 28 de agosto 2017.

CERVO, Amado Luiz; BERVIAN, Pedro Alcino; DA SILVA, Roberto. Metodologia científica. 6. ed. São Paulo: **Pearson Prentice Hall**, 2007.

COSTA, Ana Carolina Oliveira. Comportamento alimentar e metabolismo em ratos a partir de mudanças da disponibilidade de alimento e/ou composição dietética. **Dissertação (Mestrado em Nutrição)** – Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2017.

FERNANDES, Daniel Pinheiro; PONTES, Magno Marcio de Lima. O ensino da educação nutricional na formação inicial de nutricionistas: uma breve revisão. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 4, p. e126942955- e126942955, 2020.

LEÔNIDAS, Carolina; DOS SANTOS, Manoel Antônio. A. Imagem corporal e hábitos alimentares na anorexia nervosa: Uma revisão integrativa da literatura. **Revista Psicologia: Reflexão e Crítica**, 2011.

LOPES, Wedja Myrelly de Andrade; COUTINHO, Diogenes José Gusmão; MARINHO, Geyson Alves; DE LIMA, Jadilson Lourenço. Atuação do nutricionista na prevenção e controle da hipertensão arterial sistêmica e do diabetes mellitus. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 1, p. 308-324, 2020.

NUNES, Maria Angélica; APPOLINARIO, José Carlos; GALVÃO Ana Luiza; COUTINHO Walmir. Psicobiologia do apetite: a regulação episódica do comportamento alimentar. In: Halford Jason CG. Transtornos Alimentares e Obesidade. Porto Alegre: **Artmed**, 2008.

OIKE, Hideaki; OISHI, Katsutaka; KOBORI, Masuko. Nutrients, clock genes, and chrononutrition. **Current Nutrition Reports**, v. 3, 204-212, 2014.

PHILIPPI, Sonia Tucunduva. Alimentação saudável e o redesenho da pirâmide dos alimentos. Pirâmide dos alimentos: fundamentos básicos da nutrição. São Paulo: **Manole**, 2014.

SAMPAIO, Rafaella; GOMES, Flávia da Silva; DA SILVA, Mara Jane Gonçalves. Padrões alimentares associados ao comportamento alimentar de universitários em uma instituição de ensino superior. **RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, 2022.

SOUZA, Elton. Bicalho de. Transição nutricional no Brasil: análise dos principais fatores. **Cadernos UniFOA**, Volta Redonda, v. 5, n. 13, p. 49–53, 2010.

SILVA, *et al.* Intervenção nutricional em adolescente com anorexia nervosa e componente bulímico: relato de caso. **Nutrição Clínica e Dietética Hospitalar**, v. 38, p.56-60, 2018.

WHITTEMORE, R; KNAFL, K. The integrative review: updated methodology. **Journal of Advanced Nursing**; v.52, n.5, p.546-53, 2005.

IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL DIRECIONADA PARA CRIANÇAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA (TEA): REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Mahalla Hanne dos Santos Vieira¹; Ayanne Luiza Almeida Leandro; Joana Luiza Almeida Marinho³; Laura Izabele Xavier Guedes Martins⁴; Larruama Priscylla Fernandes de Vasconcelos Lino¹

^{1,2,3,4}Discentes do Centro Universitário de Patos–UNIFIP, Patos, Paraíba, Brasil.

¹Docente do Centro Universitário de Patos–UNIFIP, Patos, Paraíba, Brasil. Doutoranda em Ciências e Saúde Animal – Universidade Federal de Campina Grande, PB, Brasil.
mahallavieira@nutri.fiponline.edu.br

Introdução

Transtorno do Espectro Autista (TEA) é um distúrbio do neurodesenvolvimento caracterizado por desenvolvimento atípico, manifestações comportamentais, déficits na comunicação e na interação social, padrões de comportamentos repetitivos e estereotipados, podendo apresentar um repertório restrito de interesses e atividades (BRASIL, 2022). Os modos repetitivos por eles apresentados podem estender-se aos hábitos alimentares da criança autista, que exibe desintegração sensorial, podendo limitá-la a consumir poucas categorias de alimentos, diminuindo sua consistência alimentar e ainda associar tal consumo a hábitos específicos (WILLIAMS; WRIGHT, 2008).

As crianças com TEA apresentam maior risco de apresentarem dificuldades alimentares, como a recusa e seletividade de determinados alimentos, disfunções motoras-orais e diversos problemas comportamentais (LEDFOORD; GAST, 2006), destacando-se assim a importância de adequadas estratégia de Educação Alimentar e Nutricional (EAN), definida como uma “prática contínua e permanente transdisciplinar e multiprofissional para se promover saúde e prevenir doenças, além de estimular mudanças no padrão alimentar e atividade física de forma voluntária e autônoma nesse e outros espaços” (BRASIL, 2012).

Isso porque, a má alimentação infantil pode provocar consequências a curto prazo, como a obesidade, e a longo prazo, como a diabetes tipo II, a hipertensão arterial e as doenças cardiovasculares (REZENDE *et al.* 2020), constituindo o quadro das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), que segundo dados da Fundação Oswaldo Cruz (2019), causam cerca de 41 milhões de óbitos por ano, equivalentes a 71% de todas as mortes do mundo. Em um relatório publicado em 2021, o Centro de Controle de Doenças e Prevenção afirmou que havia no mundo uma criança autista a cada 54, que segundo Paiva (2021), se estes dados fossem referentes ao Brasil, o país teria cerca de 4,84 milhões de autistas, entretanto, apesar de alguns estudos em determinados estados, não tem-se ainda um número de prevalência no Brasil.

Nesse sentido, questiona-se: Qual a importância das ações de EAN voltadas para crianças diagnosticadas com TEA e como estas contribuem na estimulação da alimentação saudável?

Sendo assim, o presente trabalho teve como objetivo geral apresentar, por meio de uma revisão bibliográfica, estudos realizados que busquem formas de introduzir ou transformar hábitos alimentares em crianças com TEA através de EAN.

Material e Métodos

Trata-se de uma revisão bibliográfica, que segundo Cervo (2007) se apresenta como um meio de formação por excelência e procedimento básico para os estudos acadêmicos, destinado à procura da eficácia do estado da arte sobre determinado tema. Este estudo utilizou artigos disponibilizados nas bases de dados: Biblioteca Regional de Medicina (BIREME) e *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO), utilizando como descritor: Transtorno do Espectro Autista; educação alimentar e nutricional; seletividade alimentar; nutricionista. O método utilizado foi a leitura analítica, na íntegra, de artigos publicados entre os anos de 2018 a 2023 que abordaram a temática sobre alimentação de crianças diagnosticadas com TEA. Foram incluídos os artigos publicados nos idiomas português e inglês disponibilizados na íntegra e excluídos os estudos inconclusivos, incompletos, duplicados ou que não se adequaram ao tema. Após a aplicação desses critérios, 09 artigos foram selecionados e analisados.

Resultados e Discussão

Um estudo realizado por Caetano e Gurgel (2018) avaliou o estado nutricional e o consumo alimentar de crianças portadoras do TEA e identificou que 65% apresentavam um consumo de lipídios abaixo do recomendado e 53,85% apresentavam um alto consumo calórico, de acordo com as referências da *Estimated Energy requirement* (EER). Em contrapartida, Siddiqi *et al.* (2018) observaram um menor consumo de frutas e hortaliças, o que diminui a quantidade de micronutrientes ingeridos, principalmente as vitaminas do complexo B, e minerais como Cálcio e ferro (RICCIO *et al.*, 2018). De forma corroborativa, Esteban-Figuerola *et al.* (2019) citam que também existe um menor consumo de alimentos ricos em vitamina D, fósforo e selênio, que a longo prazo podem trazer riscos à saúde e ao desenvolvimento da criança.

Yamane, Fujii e Hijikata (2020) apontam o fato de que saciar a fome da criança com autismo apenas com seus alimentos favoritos faz com que ela perca ainda mais o interesse em experimentar novos alimentos. No TEA, a severidade da recusa e a persistência em certos alimentos se devem principalmente à ativação de padrões específicos da sensibilidade gustativa e características neuropsicológicas típicas do transtorno, como a rigidez comportamental, e a intervenção precoce auxilia em uma maior palatabilidade dos alimentos, garantindo assim uma adequada oferta de fatores nutricionais, principalmente no início da infância (RICCIO *et al.*, 2018). O fato de a criança autista conhecer determinado alimento do ponto de vista sensorial aumenta a aceitabilidade do mesmo, auxiliando na redução da seletividade alimentar e suas consequências (LUISIER *et al.*, 2019; OLIVEIRA; FRUTUOSO, 2020).

O uso de jogos e ferramentas digitais também revela eficácia na transferência de conhecimentos acerca de alimentação, para diferentes públicos, com efetividade para crianças com TEA, além do uso de recursos visuais, que desperta o interesse daqueles a quem o conteúdo se destina, surtindo efeitos positivos em relação a intervenções tradicionais (DAUN; GAMBARDILLA, 2018).

Luisier *et al.* (2019) comprovaram que as crianças ampliam suas percepções de odor à medida que são familiarizadas com diferentes alimentos e seus cheiros, ampliando a aceitabilidade de dietas mais variadas. Lázaro *et al.* (2019) realizou um estudo com pais de crianças com TEA e concluiu que há uma grande queixa em relação a problemas da mastigação, além da seletividade alimentar e problemas gastrointestinais, como constipação e

refluxo, e propôs uma escala para diagnóstico e monitoramento do comportamento alimentar do indivíduo com o transtorno, para que se possa identificar as dimensões do comportamento alimentar que estão alteradas e assim haver um direcionamento mais específico em relação à terapêutica, sempre voltada às ações de EAN. Nesse sentido, o nutricionista, assim como outros profissionais da saúde, deve estar ciente de como as atividades de EAN podem contribuir para uma melhor aceitação dos alimentos em crianças com TEA, favorecendo o quadro de saúde das mesmas.

Conclusões

Conclui-se, a partir desse estudo, que apesar dos empecilhos encontrados na alimentação de crianças com TEA, existem possibilidades de diminuir a seletividade alimentar e rejeição por elas apresentadas, através de ações de EAN que contemplem determinada dificuldade, seja através de jogos, brincadeiras ou ferramentas digitais, apresentando novas texturas, cheiros e as características organolépticas do alimento de forma geral, e a longo prazo possam recorrer a mudança na alimentação, dando ênfase as frutas e hortaliças, que trazem vitaminas e minerais necessárias para o desenvolvimento, e aos macronutrientes necessários para cumprir as atividades diárias. Sendo assim, é de extrema importância esse olhar do nutricionista e de uma equipe multidisciplinar, além dos pais de crianças com TEA, visando contribuir para uma melhor qualidade de vida desses indivíduos.

Referências

- BRASIL. Ministério da Saúde. **TEA: saiba o que é o Transtorno do Espectro Autista e como o SUS tem dado assistência a pacientes familiares**. Brasília: Ministério da Saúde, 2022.
- BRASIL. **Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome**. Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas. Brasília, DF: MDS; Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012.
- CAETANO, M. V.; GURGEL, D. C. Perfil nutricional de crianças portadoras do transtorno do espectro autista. **Revista Brasileira Em Promoção Da Saúde**, v.31, n.1, p. 1–11, 2018.
- CENTROS PARA EL CONTROL E LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES. **Prevalencia del autismo levemente más alta según informe de la Red ADDM de los CD**, v. 404, p. 63903286, 2018.
- CERVO, A. L.; BERVIAN, P.A.; DA SILVA, R. Metodologia científica. 6 ed. **São Paulo: Pearson Prentice Hall**, 2007.
- DAUN, F.; GAMBARDELLA, A. M. D. Educational videos with nutritional approach in YouTube. **Revista de Nutrição**, v. 31, n.3, p. 339–348, 2018.
- ESTEBAN-FIGUEROLA, P. et al. Differences in food consumption and nutritional intake between children with autism spectrum disorders and typically developing children: A meta-analysis. **Autism**, v. 23, n. 5, p. 1079-1095, 2019.
- Instituto Oswaldo Cruz. Fundação Oswaldo Cruz. **Ministério da Saúde apresenta cenário das doenças não transmissíveis no Brasil**, Rio de Janeiro, 2019.
- LÁZARO, C. P.; SIQUARA, G. M.; PONDÉ, M. P. The scale for evaluating eating behaviour in autism spectrum disorder: Validation study. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 68, n. 4,

p. 191–199, 2019.

LEDFOORD, J. R.; GAST, D. L. Feeding problems in children with autism spectrum disorders: A review. **Focus on Autism and Other Developmental Disabilities**, Georgia, v. 21, n. 3, p. 153-166, 2006.

LUISIER, A. C.; PETITPIERRE, G.; CLERC BÉROD, A.; GARCIA-BURGOS, D.; BENSIFI, M. Effects of familiarization on odor hedonic responses and food choices in children with autism spectrum disorders. **Autism**, v. 23, n.6, p. 1460–1471, 2019.

OLIVEIRA, B. M. F. DE; FRUTUOSO, M. F. P. Sem receita: deslocamentos do olhar da Nutrição sobre o comer de crianças autistas. **Interface, Comunicação, Saúde, Educação**, v. 24, 2020.

REZENDE, M. L.; SANTOS, M. M. S.; GUIDINE, P. A. M.; DIAS, M. F. S.; SILVA, S. F. Má alimentação infantil como fator de risco para doenças crônicas não transmissíveis (dcnt). **Revista Multidisciplinar em Saúde**, v. 1, n. 3, p. 35, 2020.

RICCIO, M. P. *et al.* Is food refusal in autistic children related to TAS2R38 genotype? **Autism Research**, v. 11, n. 3, p. 531-538, 2018.

PAIVA JR, Francisco. EUA publica nova prevalência de autismo: 1 a cada 44 crianças, com dados do CDC. **Canal autismo**, 2021

SIDDIQI, S.; UROOJ, A.; D’SOUZA, M. J. Dietary Patterns and Anthropometric Measures of Indian Children with Autism Spectrum Disorder. **Journal of Autism and Developmental Disorders**, v. 49, n.4, p.1586–1598, 2018.

WILLIAMS, C.; WRIGHT, B. Alimentação. Convivendo com autismo e síndrome de Asperger: estratégias práticas para pais e profissionais. São Paulo: **M. Books do Brasil**, 2008.

YAMANE, K.; FUJII, Y.; HIJIKATA, N. Support and development of autistic children with selective eating habits. **Brain and Development**, v. 42, n. 2, p. 121-128, 2020.

IMPORTÂNCIA DA ORIENTAÇÃO NUTRICIONAL NA PREVENÇÃO E TRATAMENTO DOS TRANSTORNOS ALIMENTARES NA ADOLESCÊNCIA

Michaelma Pereira Leite¹; Mayara de Lima Sales¹; Kalliny Gomes de Almeida¹; Larruama Priscylla Fernandes Vasconcelos Lino¹

¹Centro Universitário de Patos–UNIFIP, Patos, Paraíba, Brasil.

michaelmaleite@nutri.fiponline.edu.br

Introdução

A adolescência é uma fase do ciclo de vida marcada por diversas transformações corporais, comportamentais e sociais. Dentre essas transformações, encontram-se as mudanças alimentares, as quais estão relacionadas com o estado nutricional e corporal do indivíduo. Nesse estágio de vida é necessário considerar a forma como o adolescente vê sua imagem corporal (BARBOSA *et al.*, 2018). No decorrer desse período existe a associação entre as intensas alterações nutricionais e a insatisfação da autoimagem desses jovens, o que os tornam vulneráveis a uma desordem alimentar, devendo portanto, esta insatisfação com a imagem corporal ser analisada com atenção merecida (ANDRADE *et al.*, 2019).

Os transtornos alimentares (TA) são caracterizados por distúrbios psicológicos debilitantes, tratando-se de um processo de desordem prolongado, o qual interfere nos hábitos alimentares ou no comportamento do controle do peso, correlacionado a massa corporal (CHIMBINHA *et al.*, 2019). Possuem uma etiologia multifatorial, e as concepções sociais desempenham um papel fundamental no modo como o indivíduo lidar com o seu corpo e sua alimentação (SAMUEL; POLI, 2019). Sabe-se que os transtornos de compulsão alimentar, anorexia nervosa e bulimia nervosa afetam predominantemente a população jovem, atingindo em grande parte as mulheres jovens e adolescentes, com estimativa de 90% dos casos (SILVA; CHITOLINA; ZINK, 2019).

As medidas preventivas são bastante relevantes para intervir no desenvolvimento dos transtornos alimentares. Sugere-se o acompanhamento de uma equipe multidisciplinar, a qual inclui orientações alimentares e nutricionais, sendo possível estimular adesão a uma alimentação nutricionalmente adequada (SILVA *et al.*, 2018). Ademais, o conhecimento em relação aos hábitos alimentares e o perfil nutricional dos adolescentes proporciona informações relevantes para o gerenciamento de ações preventivas e benéficas, associadas com o padrão alimentar e o estado nutricional dessa população (ANDRADE *et al.*, 2019).

Nesse sentido, o objetivo deste estudo foi evidenciar a importância das orientações nutricionais na prevenção e tratamento dos transtornos alimentares na adolescência.

Material e Métodos

O presente estudo tratou-se de uma revisão bibliográfica de literatura, a qual contempla uma diversidade de assuntos recentes ou atuais, que alcança diversos níveis de distintas temáticas, e em vista disso, alcançar os resultados da pesquisa (SOUSA *et al.*, 2018). As informações da pesquisa foram adquiridas nas bases de dados eletrônicas, como Scientific Electronic Library Online (SCIELO), Literatura Latino- Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Biblioteca Regional de Medicina (BIREME) e National Library of Medicine National (PUBMED) por meio do acesso através da biblioteca virtual em Saúde

(BVS). Para a seleção dos artigos, foram utilizados na pesquisa os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): “Alimentação”, “Distúrbios nutricionais”, “Nutrição”, “Terapia nutricional” e “Transtorno da compulsão alimentar” unidos com o operador booleano “AND”. Como critério de inclusão os artigos foram selecionados em português, inglês e espanhol, realizados nos últimos cinco anos (2018-2022). Foram excluídos artigos que fugiram do tema da pesquisa, o material obtido foi submetido a análise e leitura, sendo escolhidos os materiais que atendessem ao tema proposto.

Resultados e Discussão

Segundo a Sociedade para Saúde e Medicina do adolescente (2020) os profissionais de saúde desempenham um papel fundamental na prevenção dos distúrbios alimentares, excesso de peso, baixo peso e deficiências nutricionais. O apoio a esses jovens é crucial para o desenvolvimento de uma relação saudável com a comida e seus corpos. As intervenções de aconselhamento nutricional, orientação prévia, bem como o estímulo à construção de uma auto imagem positiva, auxilia na prevenção de problemas comportamentais alimentares, a qual é bastante comum nesse período de vulnerabilidade do início da adolescência. É necessário fornecer mensagens nutricionais constantes e positivas.

Estudo recente, evidenciou a importância de uma avaliação nutricional regular e cuidadosa, juntamente com o aconselhamento nutricional na fase de recuperação de pacientes com anorexia nervosa (AN) possibilitando a redução de casos de desnutrição (PETTERSSON *et al.*, 2021). Corroborando com tal pensamento, Silva *et al.*, (2018) apontam em um estudo de relato de caso observacional descritivo, a relevância de uma terapia nutricional adequada, a qual contribuiu significativamente no processo de evolução clínica e nutricional do paciente que apresentava anorexia nervosa e bulimia.

Indivíduos que apresentam obesidade na infância tendem a desencadear comportamentos desordenados alimentares, contribuindo para o crescimento dos transtornos alimentares. Tratamentos fundados em evidências para obesidade e transtornos alimentares englobam abordagens a perda de peso, acompanhado do manejo nutricional e mudanças no estilo de vida, através da terapia cognitivo comportamental (STABOULI *et al.*, 2021).

Estudos levantados por Kohen *et al.*, (2021) abrangem um protocolo detalhado de estratégias voltadas ao tratamento os transtornos alimentares, com o intuito de melhorar a prática assistencial nessa área, assim como trazem a importância da intervenção da educação nutricional (EN), a qual irá atuar nas modificações do cotidiano, relacionada à alimentação, em aspectos associados ao alcance de hábitos alimentares saudáveis e deixar os medos associados à alimentação.

Uma revisão recente de literatura considera a educação alimentar e nutricional (EAN) a estratégia principal para a prevenção e tratamento dos problemas alimentares e nutricionais, sendo apontada como uma ferramenta terapêutica que favorece a normalização dos comportamentos alimentares inadequados, desprendendo de idéias equivocadas sobre a alimentação e diminuindo o medo de certos alimentos, reduzindo assim a chance de risco nutricional e modificar o comportamento alimentar (CASTRO; VALERO-PÉREZ; BELMONTE; DIEGO, 2022).

Conclusões

Em conclusão, foi possível destacar a importância da orientação nutricional na prevenção e tratamento dos transtornos alimentares na adolescência, especialmente no que

tange a ações regulares de EAN, visto que as ações de intervenção nutricional auxiliará nas escolhas alimentares, bem como possibilitará uma alimentação saudável e equilibrada, de maneira que as pessoas com transtornos alimentares consigam obter uma boa relação com a comida e o seu peso corporal, para que assim recupere os hábitos alimentares saudáveis e um bom estado nutricional. As recomendações nutricionais têm por finalidade orientar e ajustar as alterações no comportamento alimentar de pessoas que apresentam distúrbios alimentares e diminuir o risco de possíveis complicações nutricionais, aplicar estratégias de aconselhamento nutricional e dispor de total assistência e acompanhamento multiprofissional, levando em consideração a situação psicológica e de saúde do indivíduo, para que desta forma melhore o quadro clínico do paciente.

Referências

- ANDRADE, L.M *et al.* Estado nutricional, consumo de alimentos ultraprocessados e imagem corporal de adolescentes de uma escola privada do município de Juiz de Fora–MG. **Hu Revista**, v. 45, n. 1, p. 40-46, 2019.
- BARBOSA, A *et al.* Percepção e Satisfação da Imagem Corporal em Adolescentes de Escolas Estaduais do Estado de Sergipe. **Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria**, v. 38, n. 4, p. 21- 26, 2018.
- CASTRO, M.J.; VALERO-PÉREZ, M.; BELMONTE, S.; DIEGO, M. Educação alimentar e nutricional nos transtornos alimentares. **Nutrición Hospitalaria**, v. 39, n. 2, p. 27-32, 2022.
- CHIMBINHA, Í.G.M.; JÁCOME, A.N.; SILVA, G.G.; BARRETO, M.J.R.; COSTA, I.C.C. Transtornos alimentares e manifestações orais em adolescentes. **Revista Ciência Plural**, v. 5, n. 3, p. 1-20, 2019.
- KOHEN, V.L *et al.* Nutritional education protocol in the treatment of eating disorders in the clinical and care settings. **Nutrición Hospitalaria**, v.38, n.4, p.857-870, 2021.
- PETTERSSON, C *et al.* Dietary intake and nutritional status in adolescents and young adults with anorexia nervosa: A 3-year follow-up study. **Clinical Nutrition**, v.40, n.10, p.5391-539, 2021.
- SILVA, A.M.B.; MACHADO, W. D. L.; BELLODI, A. C.; CUNHA, K. S. D.; ENUMO, S. R. F. Jovens insatisfeitos com a imagem corporal: estresse, autoestima e problemas alimentares. **Psico-USF**, Bragança Paulista, v. 23, n. 3, p. 483-495, jul./set. 2018.
- SILVA, J. V. A.; CHITOLINA, B. M.; ZINK, M. V. Fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares em universitários de Santa Catarina. **Leituras: Educação Física e Desporto** , v. 23, n. 249, pág. 42-55, 2019.
- SILVA, P.F.O.A *et al.* Intervenção nutricional em adolescente com anorexia nervosa e componente bulímico: relato de caso. **Nutrición Clínica Y Dietética Hospitalaria**. Pernambuco, v. 38, n. 3, p. 56-60, 2018.
- SAMUEL, L.Z; POLLI, G.M. Representações sociais e transtornos alimentares. **Boletim Academia Paulista de Psicologia**. São Paulo, Brasil, v. 40, n. 38, p. 91-99, 2020.
- STABOULI, S; ERDINE, S; SUURORG, L; JANKAUSKIENE, A; LURBE, E. Obesity and Eating Disorders in Children and Adolescents: The Bidirectional Link. **Nutrients**, 2021.

INFLUÊNCIA DA ALIMENTAÇÃO MATERNA NO PERÍODO FETAL E CONSEQUÊNCIAS FUTURAS NO COMPORTAMENTO ALIMENTAR DO INDIVÍDUO

Ianne Renata Pereira De Carvalho Teles¹; Cassiany Gabrielly Gomes de Sousa¹; Helen
Rebeca Fonseca Silva¹; Tamires Alcântara Dourado Gomes Machado¹

¹Faculdade de Integração do Sertão - FIS, Serra Talhada, Pernambuco, Brasil.

tamiresprofessor@gmail.com

Introdução

A alimentação materna no período gestacional é basilar para a estruturação e desenvolvimento do feto, tanto para a formação dos tecidos, órgãos e arcabouço ósseo, quanto a funcionalidade de todos os processos vitais do organismo (BISCHOFF, 2016). Consoante a isso, existe a possibilidade de haver prejuízos a longo prazo para o indivíduo que está sendo gerado decorrentes de comportamentos alimentares disfuncionais da mãe, tais como: obesidade, desnutrição, hipertensão, diabetes, desenvolvimento de alergias, transtornos alimentares, entre outros fatores indesejados (SCHWARZENBERGER; GEORGIEFF, 2018).

À vista disso, há uma enorme relevância no que diz respeito ao debate sobre a importância da nutrição nos primeiros 1000 dias de vida do bebê, com início no dia da fecundação e segue até o segundo ano após o nascimento (MARTORELL, 2017). Nesse intervalo de tempo, principalmente o que se entende por pré-natal, é fundamental ter cautela quanto a dieta da mãe, a qual deve conter ingestão variada dos alimentos, para obtenção dos nutrientes necessários para a evolução satisfatória do indivíduo (GARCÍA; ORTEGA; SUÁREZ; LÓPEZ e RODRÍGUEZ- RODRÍGUES, 2021).

Arelado a isso, a concepção dos estímulos gustativos ocorre durante a vida uterina, dado que as crianças podem identificar e familiarizar sabores que foram ingeridos durante o estágio fetal, resultando em preferência pelos alimentos habituais (VENTURA; WOROBEY, 2013). Ademais, o líquido amniótico é um reflexo da alimentação materna, já que possui traços marcantes dos alimentos que foram consumidos pela mãe, por essa razão, integram um conjunto de vivências, que mais à frente irão traduzir as suas escolhas e comportamentos alimentares (MENNELLA; JAGNOW; BEAUCHAMP, 2001).

Infere-se, portanto, que análises mais aprofundadas da temática se fazem de extrema relevância, tendo em vista a magnitude da influência da nutrição na gravidez e sua repercussão na saúde do indivíduo durante toda a vida. Dessa forma, o objetivo deste estudo é averiguar os impactos no comportamento alimentar do indivíduo em seus primeiros anos de vida e quando adulto levando em consideração a alimentação da progenitora no período pré-natal.

Material e Métodos

Este trabalho é equivalente a uma revisão bibliográfica de artigos científicos publicados em periódicos nacionais e internacionais, que foram estruturados a partir das seguintes bases de pesquisa: Google Acadêmico e Pubmed. A consulta do material foi efetuada por meio dos descritores citados a seguir: "prenatal Nutrition" AND "feeding behavior" AND "pregnancy" ("nutrição da gestante" e "hábitos alimentares" e "gravidez"). Para as pesquisas utilizando as palavras em inglês foi aplicado o termo "AND" como boleador.

Foram examinados conteúdos bibliográficos e acadêmicos que integravam informações associadas à alimentação da mulher durante a gestação e sua relação com o desenvolvimento do indivíduo durante as fases da vida, principalmente a adulta, redigidos em inglês e português, publicados no período entre 2001 e 2022. Estudos realizados com animais, produções não disponibilizadas gratuitamente na íntegra e de forma online foram excluídas. Posteriormente, o material passou pelo processo de leitura, interpretação e análise.

Resultado e Discussão

Há uma relação entre a alimentação materna nos mais diversos períodos da vida gestacional, tais como: pré-natal e pós-natal, com as preferências futuras do indivíduo, aversões, problemas relacionados à saúde e até mesmo com sua disposição social e econômica. No quadro a seguir (**Quadro 1**) podem ser observados os títulos, as datas e os países das publicações examinadas e seus autores, que foram utilizados nos materiais selecionados e as principais conclusões obtidas a partir dos artigos separados para análise nesta revisão.

Quadro 1 – Título, data, autores e principais conclusões dos artigos selecionados.

N.	Título	Ano e País	Autor	Principais Conclusões
1.	Nutrição durante a gravidez e lactação: efeitos epigenéticos no sistema imunológico de bebês em alergia alimentar.	2022, Suíça.	Margherita DC, Nicoletta DP, Maria EC, Giacomo B.	Os primeiros 1000 dias de vida da criança podem ser capazes de modificar os perigos de se obter o progresso de alergias alimentares futuras. Já que a colonização da microbiota intestinal tem seu início durante a gestação, que sofre uma forte influência a partir da alimentação materna.
2.	Relação entre peso ao nascer e o comportamento alimentar em escolares.	2016, Brasil.	Adrianne RB.	O crescimento intrauterino restrito dos indivíduos possui relação com as escolhas alimentares ao longo da vida, demonstrando que existe uma predileção voltada para uma dieta rica em gorduras.
3.	Nutrição na gravidez e primeira infância e associações com obesidade em países em desenvolvimento.	2013, Estados Unidos da América.	Zhenyu Y, Sandra LH.	A nutrição materna tanto no período pré-natal, quanto durante a gravidez e na amamentação é crucial para evitar o baixo peso da criança ao nascer, o rápido ganho de peso e consequentemente a obesidade.
4.	Formação precoce das preferências alimentares da criança - conhecimento da grávida.	2014, Brasil.	Maria ABCAV.	As vivências alimentares que a mãe apresenta ao indivíduo no período fetal, através do líquido amniótico é fundamental para as preferências futuras do sujeito, já que são responsáveis pela interpretação favorável de alguns alimentos quanto a familiaridade e memória afetiva.
5.	Melhor nutrição nos primeiros 1000 dias e capital humano adulto e saúde.	2017, Estados Unidos da América.	Reynaldo M.	Há uma relação entre a alimentação fornecida ao indivíduo durante os primeiros 1000 dias de vida e sua desenvoltura social e com sua saúde, de modo que pode colaborar tanto para maior produtividade escolar, quanto econômica. Verificou-se que a dieta do pré-natal pode afetar a saúde mental, até mesmo interferir na esquizofrenia.

6.	Influências precoces no desenvolvimento de preferências alimentares.	2013, Estados Unidos da América.	Alison KV, John W.	Existe uma disposição natural, ou seja, biológica para a formação das preferências e aversões alimentares dos sujeitos. O amadurecimento das células gustativas e do sistema olfatório começa a partir do primeiro trimestre da gravidez, o desenvolvimento dessas estruturas garante a passagem do líquido amniótico pelas cavidades nasais.
7.	Aprendizagem do sabor pré-natal e pós-natal por bebês humanos.	2001, Estados Unidos da América.	Julie AM, Coren PJ, Gary KB.	As crianças que tiveram oferta do suco de cenoura durante a gestação, através da dieta da mãe, demonstraram respostas faciais menos negativas quando esse alimento foi oferecido a elas no pós natal, do que aquelas em que as mães não usufruíram do concentrado desse legume no momento da gravidez.

Após a análise dos resultados, observa-se que a alimentação da mãe na gestação pode ser uma forma de determinar questões relacionadas ao sistema imunológico, uma vez que o desenvolvimento da microbiota intestinal do indivíduo tem início na gestação (COSTANZO, PAULIS, CAPRA e BIASUCCI, 2022). Bischoff e colaboradores (2016) verificaram que o feto com crescimento intrauterino restrito está inserido em um meio que dificulta seu desenvolvimento e exibe o aviso que há carência de recursos nutricionais, gerando uma resposta adaptativa preditiva e consequentemente estimula o consumo de alimentos palatáveis em excesso no ambiente pós- natal.

O consumo alimentar adequado e suficiente tanto de proteínas, quanto de energia na gestação é capaz de garantir a segurança para que não haja obesidade durante a vida adulta, o contrário pode ser responsável pela ameaça de desenvolvimento de sobrepeso no futuro (YANG e HUFFMAN, 2013). Percebe-se que o comportamento alimentar dos indivíduos está vinculado às predileções alimentares maternas na fase fetal, o que constata-se que há uma relação com as escolhas tanto positivas como negativas dos sujeitos ao longo da vida, já que eles conseguem fazer um paralelo com os sabores que foram ofertados durante o processo uterino, através do líquido amniótico (VIGÁRIO, 2014).

Além disso, a dieta materna é qualificada para estabelecer melhorias consideráveis nas características relativas às rendas dos indivíduos na vida adulta e a carência ou exagero nutricional no início da vida podem ampliar o perigo de obter doenças crônicas, insuficiência de micronutrientes, obesidade e diabetes (MARTORELL, 2017). O desenvolvimento da percepção dos sabores inicia no útero com amadurecimento dos sistemas gustativo e olfativo, isso colabora para o aprendizado precoce do indivíduo quanto às suas preferências alimentares (VENTURA e WOROBEY, 2013). A dieta materna no período pré-natal e pós-natal fortaleceu a adesão e contentamento dos filhos durante a introdução alimentar, com certos tipos de alimentos que eram oferecidos às mães na gestação e na amamentação (MENNELLA, JAGNOW e BEAUCHAMP, 2001).

Dessa forma, a alimentação da progenitora no período gestacional é fundamental para estabelecer as escolhas e comportamentos alimentares, familiaridade com os alimentos e memória afetiva dos indivíduos ao longo dos anos.

Conclusão

Em síntese, foi visto a importância da alimentação da gestante em todo o desenvolvimento do feto (desde a fecundação), bem como, sua repercussão na alimentação da criança e até a fase adulta. Influenciando as preferências alimentares e prevenindo doenças crônicas como a obesidade. Entretanto, apesar dos desfechos promissores em alguns estudos, muitos tópicos ainda não foram esclarecidos. Dessa forma, é relevante que mais pesquisas sejam realizadas, para aprofundar o conhecimento e avaliar as lacunas ainda existentes.

Destarte, nota-se que os estudos voltados para essa área são muito significativos para a nutrição devido ao impacto para a saúde das futuras gerações. Consoante a isso, é válido continuar alertando as progenitoras sobre a necessidade de estabelecer uma alimentação equilibrada durante o período gestacional, uma vez que os benefícios obtidos a partir do consumo alimentar adequado são inúmeros.

Referências

BISCHOFF, A. R. **Relação entre peso ao nascer e o comportamento alimentar em escolares**. 2016. 5-36 f. Trabalho de Conclusão de Curso do Programa de Residência Médica em Pediatria do Hospital de Clínicas de Porto Alegre. Porto Alegre, 2016.

COSTANZO, M. D.; PAULIS, N. D.; CAPRA, M. E.; BIASUCCI, G. Nutrition during Pregnancy and Lactation: Epigenetic Effects on Infants' Immune System in Food Allergy. **Multidisciplinary Digital Publishing Institute**. Suíça, v. 14, n. 9, p. 1-14. abr, 2022. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35565735/>. Acesso em: 28/02/2023.

GARCÍA, R. M. M.; ORTEGA, A. I. J.; SUÁREZ, Á. P.; LÓPEZ, L. M. B.; RODRÍGUEZ-RODRÍGUES, E. Importancia de la nutrición durante el embarazo. Impacto en la composición de la leche materna. **Aran Ediciones**. Espanha, v. 37, n. 2, p. 38-42. jan, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32993313/>. Acesso em: 28/02/2023.

MARTORELL, R. Improved Nutrition in the First 1000 Days and Adult Human Capital and Health. **American Journal of Human Genetics**. Espanha, v. 29, n. 2, p. 1-24. mar, 2017. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5761352/>. Acesso em: 28/02/2023.

MENNELLA, J. A.; JAGNOW, C. P.; BEAUCHAMP, G. K. Prenatal and Postnatal Flavor Learning by Human Infants. **American Academy of Pediatrics**. Estados Unidos da América, v. 107, n. 6, p. 1-12. jun, 2001. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11389286/>. Acesso em: 28/02/2023.

SCHWARZENBERG, S. J.; GEORGIEFF, M. K. Advocacy for Improving Nutrition in the First 1000 Days to Support Childhood Development and Adult Health. **American Academy of Pediatrics**. v. 141, n. 2, p. 1-10. fev, 2018. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29358479/>. Acesso em: 28/02/2023.

VENTURA, A. K.; WOROBEY, J. Early Influences on the Development of Food Preferences. **Current Biology**. Estados Unidos da América, v. 23, n. 9, p. 401-408. maio, 2013. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23660363/>. Acesso em: 28/02/2023.

VIGÁRIO, M. A. B. C. A. **Formação precoce das preferências alimentares da criança - conhecimento da grávida**. 2014. 10-38 f. Dissertação (Mestrado em Nutrição Clínica) - Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação, Universidade do Porto. Porto, 2014.

YANG, Z.; HUFFAN, S. L. Nutrition in pregnancy and early childhood and associations with obesity in developing countries. **Maternal & Child Nutrition**. Estados Unidos da América, v. 9, n. 1, p. 105-119. jan, 2013. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23167588/>. Acesso em: 28/02/2023.

INFLUÊNCIA DA HÁBITO ALIMENTAR NO PACIENTE COM ANSIEDADE

Ianne Renata Pereira De Carvalho Teles¹; Livia Guedes Moreira Sandes¹; Ludmmylle Deyse Gomes da Silva¹; Tamires Alcântara Dourado Gomes Machado¹

¹Faculdade de Integração do Sertão - FIS, Serra Talhada, Pernambuco, Brasil

tamiresprofessor@gmail.com.br

Introdução

Segundo Carneiro (2017), a alimentação é uma das necessidades fundamentais para a sobrevivência humana. Além do fator biológico, os indivíduos vivenciam o alimento como um meio de interação social recorrente, envolvido com sua cultura, verificando uma influência cada vez maior no comportamento alimentar o qual é originado por aspectos demográficos, econômicos, sociais, culturais, ambientais, psicológicos e nutricionais de um indivíduo ou sociedade (MORAIS, 2014).

Em concordância, é observável que as questões psicológicas têm influência significativa para o comportamento alimentar, uma vez que a quantidade que ingerimos o alimento, as escolhas e a frequência de cada refeição são dependentes de diversos fatores, podendo estar relacionado à sentimentos e não exclusivamente às suas necessidades fisiológicas (LOURENO, 2016). À vista disso, pode-se afirmar que as emoções, mais especificamente, a ansiedade, podem alterar o comportamento alimentar, visto que a mesma é o estado emocional que mais influencia ações relacionadas ao ato de se alimentar (SOUZA et al., 2017).

Nos dias atuais muito discorre-se a respeito dos transtornos mentais, segundo a OMS, 129 milhões de pessoas no mundo desenvolveram depressão ou ansiedade em um ano (2022), o Relatório Mundial de Saúde Mental de 2022 apresenta aumentos de 28% e 26%, respectivamente, na incidência das duas doenças. A ansiedade é uma resposta a um estado de estresse podendo levar os indivíduos a mudanças de comportamentos, como por exemplo, a busca de alimentos na tentativa de alívio do estado de estresse, tendo como consequência um descontrole da ingestão do alimento, característica do transtorno de compulsão alimentar (Cassia; Barbosa, 2019).

Por conseguinte, o transtorno de ansiedade usualmente está relacionado a uma alimentação que não fornece as qualidades necessárias para as demandas fisiológicas (ROCHA et al., 2020). Com os avanços da sociedade a busca por alimentos de fácil preparação tem sido mais frequente, um grande exemplo é o crescimento exponencial da procura por alimentos práticos, resultando muitas vezes em alto consumo de ultraprocessados, baixo consumo de frutas e vegetais, distanciando-se cada vez mais das recomendações do Guia Alimentar da População Brasileira (2014).

Consequentemente, desvios alimentares e más escolhas podem levar a diversos problemas de saúde, tais como os transtornos alimentares que ocasionam fatores de risco à ansiedade. Logo, o fato de buscar pelo corpo ideal, também, a insatisfação pelo corpo, mesmo estando no peso ideal, vai além das necessidades das necessidades que o indivíduo precisa para sobreviver, resultando em dietas restritivas, jejuns prolongados para o emagrecimento, escolhas alimentares com consumos totalmente descontrolado, podendo assim, comprometer a saúde física ou o funcionamento psicossocial (FERREIRA, 2018). Dessa forma, o objetivo desse estudo foi entender a influência das práticas alimentares em indivíduos com ansiedade.

Material e Métodos

O trabalho é correspondente a uma revisão bibliográfica de artigos científicos publicados em periódicos nacionais e internacionais, que foram organizados nas seguintes bases de pesquisa: SciELO, Google Acadêmico e Pubmed. Essa pesquisa foi efetuada por meio dos descritores citados a seguir: “habits” AND “anxiety” (“hábitos” e “ansiedade”). Para a execução desse estudo foram examinados conteúdos bibliográficos e acadêmicos que continham informações associadas aos hábitos alimentares e sua relação com a ansiedade, redigidos em inglês e português, publicados no período entre 2017 e 2020.

Resultados e Discussão

Diante as afirmações dispostas, compreende-se a necessidade de estudos acerca da relação dos hábitos alimentares com o transtorno de ansiedade. No seguinte quadro (Quadro 1), podem ser verificados os autores, as datas, os países das publicações examinadas e também os seus sujeitos de pesquisa, bem como as principais conclusões de seus trabalhos, interpretados e correlacionados para o estudo e a estruturação desta revisão.

Quadro 1 – Disposição do ano, país, autor, sujeitos de pesquisa e principais conclusões dos artigos selecionados.

N.	Ano e país	Autor	Sujeitos de pesquisa	Principais conclusões
1.	Brasil, 2017	SOUZA, D. T. B.; LÚCIO, J. M.; ARAÚJO, A. S	Pessoas com ansiedade	A ansiedade interferiu diretamente nas emoções, e quando em excesso podem levar a problemas tantos psicológicos como nutricionais.
2.	Brasil, 2017	CARNEIRO, H	Regiões, países e épocas determinadas	A alimentação desempenha uma necessidade fundamental para a sobrevivência humana, tanto fisiológica quando cultural e social.
3.	Brasil, 2020	ROCHA, A. C. B.; MYVA, L. M. M.; ALMEIDA, S. G	Indivíduos com transtornos mentais	O acompanhamento nutricional para o tratamento de pessoas com ansiedade é indicado como coadjuvante e para aquelas que reagem de forma negativa aos métodos tradicionais, o acompanhamento é um dos métodos principais.
4.	Brasil, 2018	FERREIRA, T. D	Pessoas com transtornos alimentares, anorexia, bulimia e problemas de autoimagem.	Os transtornos alimentares são, em geral, causados por fatores socioculturais. Para o tratamento desses transtornos é preciso de uma equipe multidisciplinar como psicólogos, nutricionistas, médicos etc.

Souza, Lúcio e Araujo (2017) verificaram que a ansiedade ao afetar o indivíduo, apresenta direta relação com as emoções e quando em excesso, podem acarretar a problemas tanto no âmbito psicológico como nutricionais. Um dos estados emocionais que mais influência exerce sobre o comportamento alimentar é a ansiedade, que surge quando o sujeito entende que se encontra perante uma ameaça ou em perigo. Assim temos um mecanismo chamado Comer Emocional, o qual consiste na ingestão de alimentos devido a alterações emocionais, isso é uma forma que o sujeito pretende, através da alimentação, encontrar um meio de estabilizar ou melhorar o seu estado emocional, visto que considera a alimentação

como tendo um componente adicional, onde alguns alimentos têm propriedades reparadoras ou de aumento do estado emocional, independentemente do seu conteúdo nutricional.

Como salienta Carneiro (2017), alimentação, mesmo sendo uma indispensabilidade fisiológica, demonstra ter caracteres tanto culturais quanto sociais, à vista disso, Ferreira (2018) consolida que os transtornos de origem alimentar são frequentemente ocasionados por fatores socioculturais, tornando essencial para o tratamento desses transtornos a assistência de uma equipe multidisciplinar como psicólogos, nutricionistas, médicos e etc.

Para enfatizar a indispensabilidade do profissional nutricionista no tratamento deste transtorno, Rocha (2020) consolida que o acompanhamento nutricional para o tratamento de pessoas com ansiedade é indicado como coadjuvante e para aquelas que reagem de forma negativa aos métodos tradicionais, o acompanhamento é um dos métodos principais. A qualidade da dieta afeta o estado do paciente e favorece na melhoria da saúde da patologia estudada. Destaca-se a relevância de suplementar zinco, magnésio, vitaminas A, C, D, E e complexo B, bem como incluir fontes alimentares que contenham triptofano e ômega 3 para uma resposta benéfica no perfil da ansiedade.

Dessa forma, o nutricionista pode amparar no cuidado nutricional, uma vez que as evidências apontam uma relação direta entre uma boa nutrição e a saúde mental. Além da adequação dietética, é preciso o acompanhamento multidisciplinar, em conjunto com o psicólogo e o psiquiatra, com um atendimento humanizado para compreender a completude da condição do paciente e assim ser um veículo de mudança na qualidade de vida do indivíduo.

Conclusões

Conclui-se que existem evidências de que a ansiedade interfere de forma direta nas emoções, bem como, na alimentação e vice-versa. A inclusão de nutrientes como zinco, magnésio, vitaminas (A, C, D, E, complexo B), triptofano, ômega 3, etc se fazem fundamentais para a melhora do paciente. Revelando a complexidade e magnitude do trabalho em conjunto de uma equipe multidisciplinar destacando a importância do nutricionista no tratamento. Entretanto, mais pesquisas são necessárias para entender de modo detalhado as variáveis mais relevantes e proporcionar o desenvolvimento de estratégias para a prevenção e promoção de saúde desses indivíduos que convivem com a ansiedade.

Referências

- CARNEIRO, H. **Comida e sociedade: uma história da alimentação**. Elsevier Brasil, 2017.
- FERREIRA, T. D. Transtornos alimentares: principais sintomas e características. **Revista Uningá**, Maringá, v. 55, n. 2, p. 169-176, abr./jun. 2018.
- LEMOES, A. F. et al. Alimentação no tratamento do transtorno de ansiedade. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 14, p. e547111436897-e547111436897, 2022.
- OLIVEIRA, A. R.; GADELHA, B. A. M. (2020). Avaliação do comportamento alimentar, qualidade do sono e sintomas da ansiedade em universitários do curso de nutrição. Tese de Doutorado OMS. Relatório Mundial de Saúde Mental. **Genebra**, 2022.
- ROCHA, A. C. B.; MYVA, L. M. M.; ALMEIDA, S. G. O papel da alimentação no tratamento do transtorno de ansiedade e depressão. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 9, p. e724997890-e724997890, 2020.



COMPORTAMENTO ALIMENTAR
E INTEGRAÇÃO DE SAÚDE



ROCHA, M. Guia Alimentar para a População Brasileira. 2014.

SOUZA, D. T. B.; LÚCIO, J. M.; ARAÚJO, A. S. Ansiedade e alimentação: uma análise inter-relacional. In: **II Congresso Brasileiro de Ciências da Saúde**. 2017.

INTERVENÇÃO NUTRICIONAL EM TRANSTORNOS ALIMENTARES: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Kaline de Freitas Gomes¹; Kassia Shamytha Abrantes Justino²; Egnalma de Moraes Santos³;
Yasmim Regis Formiga de Sousa (orientadora)¹

¹Centro Universitário de Patos – UNIFIP, Patos, Paraíba, Brasil.

kalinefreitas_6@hotmail.com

Introdução

Os transtornos alimentares (TA), a exemplo da Anorexia e bulimia nervosas, são estabelecidos como distúrbios psiquiátricos decorrentes de diversos fatores: genéticos, biológicos, psicológicos e socioculturais. São caracterizados por consumo, padrões, atitudes alimentares descontroladas e excessiva preocupação com o peso e forma corporal que acabam comprometendo a saúde física e psicossocial do indivíduo (APA, 2014).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), 4,7% da população brasileira apresenta algum tipo de transtorno alimentar, o que representa quase o dobro da média mundial de 2,6%, com maior ocorrência de anorexia nervosa e bulimia (SOUZA; GARCIA, 2021; KESSLER et al., 2013). É importante destacar o uso das mídias sociais como um dos fatores que influenciam o comportamento alimentar de jovens adultos, e a sua influência significativa relacionada às causas de comportamentos alimentares alterados, como a insatisfação corporal e a internalização dos ideais de corpo (KLASSEN et al., 2018; RODGERS et al., 2020).

De acordo com a Associação Brasileira de Transtornos Alimentares, devido à complexidade, gravidade e cronicidade dos TA, a atuação multiprofissional com a equipe mínima de 3 profissionais especializados: Psiquiatra, Psicólogo e Nutricionista se faz necessária para que o tratamento seja efetivo (ASTRAL, 2020).

Sendo assim, levando em consideração o crescente número de casos de TA nos últimos anos e os fatores responsáveis por desencadear esse problema, o presente estudo objetiva investigar a importância que a intervenção nutricional exerce na recuperação de indivíduos com transtornos alimentares.

Material e Métodos

Tratou-se de uma revisão bibliográfica realizada por meio de artigos disponíveis nas bases de dados SciELO, BIREME, Google Acadêmico, e documentos elaborados e disponibilizados por entidades científicas especializadas, com os seguintes descritores: "Transtornos alimentares", "Terapia nutricional", "Anorexia Nervosa", "Bulimia", e "Intervenção nutricional". Foram incluídos artigos e documentos que trazem informações importantes sobre a temática abordada, publicados, preferencialmente, nos últimos doze anos. Foram excluídos artigos que não apresentaram informações relevantes sobre o tema, que não abordaram o assunto estudado, artigos desatualizados e informações publicadas em sites do Google que não possuíam nenhum vínculo com entidades científicas especialistas na abordagem de TA. Após aplicados os critérios de inclusão e exclusão, obteve-se uma amostra total de 8 artigos selecionados para a discussão.

Resultados e Discussão

Segundo Alvarenga e Larino (2002), o tratamento da Anorexia Nervosa (AN) deve incluir apresentação de informações que ajudem ao paciente a identificar as próprias necessidades nutricionais e orientações relacionadas a escolha de alimentos ricos em nutrientes, uma vez que a adoção dessas práticas pode promover comportamentos alimentares mais saudáveis. As autoras relataram que a dieta deve ser balanceada e em quantidades suficientes de forma que atenda às necessidades nutricionais do indivíduo e proporcione recuperação do estado nutricional afetado pela AN, para isso, é recomendada uma alta ingestão calórica. Identificaram ainda que no tratamento da Bulimia Nervosa (BN), deve-se ter a adequação de padrões nutricionais, reeducação dos comportamentos alimentares inadequados, identificação das crenças, tabus e/ou restrições alimentares, sendo recomendado o uso da terapia cognitivo comportamental para auxiliar no tratamento.

Garber et al. (2012), por outro lado, observaram em adolescentes hospitalizados com AN, que o processo de realimentação desses pacientes iniciado com a ingestão baixa de calorias, evoluindo de forma gradativa foi bem-sucedido no que diz respeito a prevenção do desenvolvimento da síndrome de realimentação. De forma semelhante, Jáuregui-lobera e Bolaños-ríos (2012) observaram que no tratamento da AN, é preferível que a alimentação seja aplicada de forma progressiva e monitorada, por via oral, atentando-se para a síndrome de realimentação, a qual deve ser observada em todos os casos de AN.

De acordo com a Sociedade Brasileira de Nutrição Parenteral e Enteral (2011), a recuperação de peso do paciente com AN é primordial. Foi relatada a existência de estudos que mostram uma melhora na evolução relacionada à recuperação em pacientes liberados com o peso próximo do adequado, e que a TN na BN deve propiciar a diminuição ou eliminação do ciclo de voracidade alimentar e purgação.

Dias (2020), por sua vez, observou em seus estudo a existência de benefícios relacionados ao emprego do suporte nutricional adequado e a restauração do peso, dentre eles a normalização do atraso do esvaziamento gástrico em doentes com AN; a normalização da bradicardia, hipotensão e ortostatismo; da massa ventricular esquerda e na correção das anormalidades da funcionalidade cardíaca.

Timerman, Scagliusi e Cordás (2010) acompanharam a evolução dos distúrbios da imagem corporal em 14 pacientes do sexo feminino, com BN por 18 semanas, no Programa de Transtornos Alimentares do Ambulim. No pós-tratamento realizado por equipe multiprofissional composta por psiquiatra, nutricionista e terapeuta, apresentou como resultados: tendência para um pequeno aumento no IMC; diminuição significativa das compulsões ($z = -2,25$, $p = 0,02$) das purgações ($Z = -2,81$, $p = 0,005$), e das seguintes variáveis: sentir-se gorda; saliência; gordura nos membros inferiores e depreciação; dos sintomas de BN; e da insatisfação corporal.

Foi observado pelos autores que a terapia, a intervenção nutricional, o suporte psiquiátrico, a indicação do uso de medicamentos específicos e a diminuição da restrição ajudam a minimizar a ansiedade, a tristeza e outros sentimentos considerados facilitadores de episódios de compulsão alimentar e de indução de vômitos.

Os resultados divulgados pela diretriz da Associação Brasileira de Nutrologia (2013) demonstram a importância da suplementação de zinco para indivíduos que estejam em tratamento da AN, uma vez que esse mineral proporciona aumento da massa muscular e melhora do apetite, evitando, assim, anomalias relacionadas aos neurotransmissores e redução dos níveis de depressão e ansiedade nesses pacientes.

Em um estudo realizado por Fonseca et al. (2012), verificou-se que a melhor conduta para o tratamento da AN é a intervenção no padrão nutricional, acompanhada pelo

nutricionista, contando com a colaboração do psiquiatra e psicólogo. Os autores observaram, a partir desse estudo, que a restauração do peso, a ingestão correta do cálcio e vitamina D ainda são a base do tratamento da AN, uma vez que se mostraram bastante efetivas.

O presente trabalho apresentou algumas limitações devido ao número reduzido de artigos publicados recentemente referentes à abordagem de TA na área da nutrição, mais precisamente, sobre as formas de terapia nutricional utilizadas pelo nutricionista no tratamento dos TA, visto que a maioria dos materiais encontrados eram revisões de literatura ou diretrizes publicadas nos últimos doze anos.

Conclusões

Pode-se concluir que o nutricionista exerce grande influência na recuperação dos indivíduos com TA visto que as formas de terapia nutricional demonstraram grande efetividade. A educação nutricional, o plano dietético nutricional, a correção das condutas alimentares anormais, e a suplementação de Zinco, Cálcio e Vitamina D, por exemplo, são intervenções dietéticas que, se aplicadas de forma correta, previnem o agravamento e desenvolvimento de complicações típicas dos TAs.

Referências

- ALVARENGA, M.; LARINO, M.A. Terapia nutricional na anorexia e bulimia nervosas. **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 24, p. 39-43, 2002.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION - APA. **DSM-5: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais**. Artmed Editora, 2014.
- ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NUTROLOGIA. Suplementação com zinco no tratamento da anorexia nervosa. **Revista da Associação Médica Brasileira**, v. 59, n. 4, p. 321-324, jul. 2013.
- ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE TRANSTORNOS ALIMENTARES (ASTRAL). **Como é o tratamento?** Disponível em: <https://astralbr.org/saiba-mais/>. Acesso em: 01 mar. 2022.
- DIAS, M.D.P. **Anorexia e bulimia nervosa, perturbações alimentares para a vida?** 2020. Master Thesis — [s. n., s. l.], 2020.
- FONSECA, A.M. *et al.* Anorexia nervosa: revisão baseada em evidências. **Femina**, 2012.
- GARBER, A.K. *et al.* A prospective examination of weight gain in hospitalized adolescents with anorexia nervosa on a recommended refeeding protocol. **Journal of Adolescent Health**, v. 50, n. 1, p. 24-29, 2012.
- JÁUREGUI-LOBERA, I.; BOLAÑOS-RÍOS, P. Revisión del tratamiento dietético-nutricional de la anorexia nervosa. **Revista médica de Chile**, v. 140, n. 1, p. 98-107, 2012.
- KESSLER, R. C. *et al.* The prevalence and correlates of binge eating disorder in the World Health Organization World Mental Health Surveys. **Biological psychiatry**, v. 73, n. 9, p. 904-914, 2013.
- KLASSEN, K. M. *et al.* Social media use for nutrition outcomes in young adults: a mixed-methods systematic review. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 15, n. 1, p. 1-18, 2018.

RODGERS, R. F. *et al.* A biopsychosocial model of social media use and body image concerns, disordered eating, and muscle-building behaviors among adolescent girls and boys. **Journal of youth and adolescence**, v. 49, n. 2, p. 399-409, 2020.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE NUTRIÇÃO PARENTERAL E ENTERAL - (BRASPEN/SBNPE). Projeto Diretrizes: terapia nutricional no paciente com transtornos alimentares. **Associação Médica Brasileira**, p. 1-14, 05 set. 2011. Disponível em: https://amb.org.br/files/_BibliotecaAntiga/terapia_nutricional_no_paciente_com_transtornos_alimentares.pdf Acesso em: 29 abr. 2022.

SOUZA, V.C.G.; GARCIA, A.C.B.B.F. Terapia cognitivo-comportamental: tratamento da anorexia nervosa em mulheres jovens. **Boletim-Academia Paulista de Psicologia**, v. 41, n. 101, p. 185-192, 2021.

TIMERMAN, F.; SCAGLIUSI, F.B.; CORDÁS, T.A. Acompanhamento da evolução dos distúrbios de imagem corporal em pacientes com bulimia nervosa, ao longo do tratamento multiprofissional. **Archives of Clinical Psychiatry**, v. 37, n. 3, p. 113-117, 2010.

PESQUISAS EXPERIMENTAIS ASSOCIADAS À SÍNDROME METABÓLICA: REVISÃO INTEGRATIVA

Francisco Victor da Silva¹, Laura Izabele Xavier Guedes Martins², Mahalla Hanne dos Santos Vieira³, Christianne Leite Cavalcanti¹

¹²³ Discentes do Centro Universitário De Patos–UNIFIP, Patos, Paraíba, Brasil.

¹ Docente do Centro Universitário de Patos – UNIFIP; Doutora em Ciências da Nutrição pela Universidade Federal da Paraíba, Paraíba, Brasil.

franciscosilva@nutri.fiponline.Edu.br

Introdução

De acordo com Neergaard *et al.* (2016), a Síndrome Metabólica (SM) caracteriza-se por alterações metabólicas complexas e tem sido amplamente estudada por suas repercussões negativas à saúde dos indivíduos e por sua forte associação com as doenças cardiovasculares e diabetes tipo 2, contribuindo para a ocorrência de complicações como hipertensão arterial, obesidade abdominal, dislipidemias e alteração no metabolismo da glicose (ALBERTI *et al.*, 2017).

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (2010), as Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), constituem um problema mundial de saúde e têm causado um elevado número de óbitos prematuros, perda de qualidade de vida, com alto grau de limitação e incapacidade, além de serem responsáveis por impactos econômicos para famílias, comunidades, e para a sociedade. Segundo dados da Fundação Oswaldo Cruz (2019), as DCNT causam cerca de 41 milhões de óbitos por ano, equivalentes a 71% de todas as mortes do mundo.

A SM, nas últimas décadas, tornou-se um problema de saúde pública ao redor do mundo. Estudos longitudinais em humanos apresentam limitações quanto ao caráter invasivo de certas análises, ao tamanho e à aleatoriedade da amostra. Com isto, os modelos animais são capazes de mimetizar as respostas fisiológicas humanas, podendo auxiliar na investigação desta doença (GHEZZI, 2013).

As pesquisas com animais vêm sendo realizadas há milhares de anos e têm contribuído para o desenvolvimento da ciência, particularmente nas áreas da saúde humana e animal (TOLAZI *et al.*, 2015). Os animais de pequeno porte são mais escolhidos devido a sua semelhança fisiológica com humanos, permitindo uma maior aplicabilidade dos resultados obtidos. Os ratos Wistar representam um modelo animal que apresenta muitas das características da SM humana, uma vez que estes animais podem adquirir resistência à insulina, dislipidemia, hiperinsulinemia e hipertensão (MACHADO *et al.*, 2012).

Nesse sentido, questiona-se: Quais são as pesquisas realizadas com animais que abordam a prevenção ou tratamento da SM que podem ser aplicados ao ser humano?

Perante o exposto, justifica-se a realização dessa revisão integrativa como um meio de ampliar os conhecimentos para a ciência da nutrição, por meio de dados recentes, possibilitando atualizar as informações ao âmbito acadêmico e científico.

Nesse contexto, o presente trabalho teve como objetivo geral apresentar, por meio de uma revisão integrativa, estudos realizados para prevenção e/ou tratamento da SM baseados em pesquisas realizadas com animais.

Material e Métodos

Trata-se de uma revisão integrativa (RI), desenvolvida em cinco fases, sendo elas: formulação e identificação do problema, coleta de dados, avaliação, análise e interpretação dos dados coletados e apresentação destes (WHITTEMORE E KNAFL, 2005). Este estudo utilizou artigos disponibilizados nas bases de dados: PUBMED, BIREME E SCIELO, utilizando como descritores: Síndrome Metabólica e Nutrição Experimental. O método utilizado foi a leitura analítica, na íntegra, de artigos publicados entre os anos de 2012 a 2023, que abordaram a temática deferida. Foram incluídos os artigos publicados no idioma português e disponibilizados na íntegra. Foram excluídos os estudos inconclusivos, incompletos ou que não se adequaram ao tema. Após a aplicação desses critérios, 09 artigos foram selecionados e analisados.

Resultados e Discussão

Um estudo realizado por Terra *et al.*, (2018) afirma que ratos Wistar com obesidade central induzida, apresentaram alterações dos triglicerídeos, hipertrigliceridemia e hipertensão arterial. Esse mesmo estudo teve como objetivo analisar o efeito da quercetina como forma de tratamento aos portadores da SM, mas não encontrou resultados satisfatórios, apesar da mesma ter um potencial antioxidante. De acordo com Machi (2015), jovens sedentários consumindo uma dieta hiperlipídica tem uma maior probabilidade de ter a massa do Ventrículo Esquerdo aumentada, podendo causar uma hipertrofia ventricular, que tem como uma de suas consequências o derrame.

Silvares (2019) confirmou que o tratamento com piridoxamina foi capaz de diminuir o teor dos produtos finais de glicação avançada no fígado, de ratos alimentados com uma dieta hiperlipídica. Machado *et al.* (2012) realizaram um estudo com ratos alimentados com uma dieta hiperlipídica e tratados com losartana ou espironolactona, a partir da 8ª semana de vida, e concluíram que a dieta causou um quadro de acúmulo central de gordura, hipertensão arterial, hiperglicemia e hipertrigliceridemia. Além disso, o bloqueio do receptor AT1 da angiotensina II preveniu o desenvolvimento da Hipertensão Arterial e o bloqueio mineralocorticoide associou-se à redução da gordura abdominal, apesar de não ter apresentando diminuição na pressão arterial.

Outro estudo, realizado na Faculdade de Ciências da Saúde, da Universidade Federal da Grande Dourados por Santana *et al.*, (2017), em que induziram a SM em ratos Wistar e após isso, realizaram uma suplementação com óleo de cártamo apontou que o óleo pode apresentar efeitos deletérios no perfil lipídico, uma vez que ocorreu a elevação do colesterol sérico total e do LDL- c, assim como esteatose hepática. Gomes *et al.* (2012) afirmaram que independente da origem da obesidade, um programa de exercícios físicos de frequência e intensidade moderadas é capaz de impedir o desenvolvimento da doença e a deterioração do controle glicêmico, sendo eficaz tanto na prevenção quanto no controle.

Dessa forma, a realização com estudos experimentais são fundamentais para o entendimento da SM e das formas de tratamentos eficientes para serem replicadas em humanos.

Conclusões

Conclui-se, a partir desse estudo, que as pesquisas realizadas em ratos Wistar contribuem para o entendimento da SM e das possíveis estratégias utilizadas para a prevenção e tratamento. Nesse sentido, tais estudos apontam que medicamentos como piridoxina, losartana e espironolactona são eficazes no tratamento e que o óleo de cártamo, ao contrário, pode trazer efeitos adversos. Constatou-se, também, que a atividade física em frequência e intensidade moderadas tem significativa importância na prevenção e tratamento da síndrome, provando a importância do estilo de vida na busca de manter ou recuperar a saúde dos indivíduos. Dessa forma, ressalta-se a importância da realização de estudos com animais como uma forma de conhecer os mecanismos envolvidos na SM, assim como formas de tratamentos e resultados positivos que podem ser aplicados ao ser humano com maior segurança.

Referências

ALBERT, K. G. M. M. *et al.* International Diabetes Federation Task Force on Epidemiology and Prevention; National Heart, Lung, and Blood Institute; American Heart Association; World Heart Federation; International Atherosclerosis Society; International Association for the Study of Obesity. Harmonizing the metabolic syndrome: a joint interim statement of the International Diabetes Federation Task Force on Epidemiology and Prevention; National Heart, Lung, and Blood Institute; American Heart Association; World Heart Federation; International Atherosclerosis Society; and International Association for the Study of Obesity, v.20;120, n.16, p.1640-5; 2009.

GHEZZI, A.C. **Marcadores da síndrome metabólica e da capacidade aeróbia de ratos (*Rattus Norvegicus* Abinus, Wistar) em diferentes idades: efeito do exercício.** Dissertação – (mestrado) – Universidade Estadual Paulista, Instituto de Biociências de Rio Claro, 2013.

Fundação Oswaldo Cruz. **Ministério da Saúde apresenta cenário das doenças não transmissíveis no Brasil.** Rio de Janeiro, 2019.

GOMES, R. M. *et al.* Efeito de um programa de exercício físico moderado em ratos de diferentes modelos de obesidade. **Revista da Educação Física**, v. 23, n.2 pp. 285-294, 2012.

Instituto Oswaldo Cruz, Fundação Oswaldo Cruz, Rio de Janeiro, 2019.

MACHADO, H. *et al.* Dissociação da resposta anti-hipertensiva e metabólica à losartana e espironolactona em ratos com síndrome metabólica experimental. **Jornal Brasileiro de Nefrologia (online)**, v. 34, n. 4, 2012.

MACHI, J. F. **Influência do Treinamento Físico em parâmetros cardíacos, vasculares, inflamatórios e de estresse oxidativo em um modelo de menopausa e síndrome metabólica no envelhecimento.** Universidade de São Paulo; p.210, 2015.

NATHALIA, B. Mecanismos associados ao desenvolvimento das complicações cardiometabólicas em SHR submetidos à sobrecarga de frutose: papel do treinamento físico aeróbio. **Universidade de São Paulo**, p. 201, 2016. NEERGAARD, J.S. *et al.* Metabolic syndrome and subsequent risk of type 2 diabetes and cardiovascular disease in elderly women. **Medicine**. 95:36, 2016.

SANTOS, F. dos. Curso temporal das alterações autonômicas e metabólicas da hipertensão por sobrecarga de frutose: papel do barorreflexo. **Universidade de São Paulo**, p. 138, 2015.

SILVARES, R. R. **Papel de produtos finais de glicação avançada nas alterações hepáticas e metabólicas em modelo experimental de síndrome metabólica.** Dissertação (Mestrado em

Biologia Celular e Molecular) - *SANTANA, L.F et al.* Óleo de Cártamo (*Carthamus tinctorius*) Aumenta os Níveis de Colesterol Total e LDL-Colesterol em Modelo Experimental de Síndrome Metabólica. **International Journal of Cardiovascular Sciences**, v.30, p. 476-483, 2017.

TERRA, M. M; MACHADO, H; PINHEIRO, H. S ; GUERRA, M. O; PETERS, V. M. Avaliação do efeito da quercetina em ratos Wistar com síndrome metabólica. **HU revista**; v.44, n.2, p. 149-155, 2018.

TOLAZZI, J. R; REJANE, D.G; BEZERRA, A.S. Nutrição Experimental: conceitos, aspectos éticos e dietas experimentais. **Disciplinarum Scientia**, Série: Ciências da Saúde, Santa Maria, v. 16, n. 1, p. 147-162, 2015.

WIETZYCOSKI, C. R. et al. Melhora do estresse oxidativo após duodenojejunostomia em um modelo experimental de diabetes melito tipo 2. **Arquivos Brasileiros de Cirurgia Digestiva**, Suplemento 1, 2016.

WHITTEMORE, R; KNAFL, K. The integrative review: updated methodology. **Jornal of Advanced Nursing**; v.52, n.5, p.546-53, 2005.

World Health Organization. **Global status report on noncommunicable diseases 2010**. Geneva: World Health Organization; 2011. p. 176.

SELETIVIDADE ALIMENTAR EM CRIANÇAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA (TEA): REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Laysa Fernanda Gambarra Dias¹; Paloma Cyntia da Silva Figueiredo Siqueira²;

¹CENTRO UNIVERSITÁRIO DE PATOS–UNIFIP, Patos, Paraíba, Brasil.

²CENTRO UNIVERSITÁRIO DE PATOS–UNIFIP, Patos, Paraíba, Brasil.

laysadiaz@nutri.fiponline.edu.br

Introdução

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) caracteriza-se como um transtorno que afeta o neurodesenvolvimento, apresentando graus de deficiências na linguagem, fala, interação social e presença de estereotípias, repetições e restritividade (MAGAGNIN *et al.*, 2019). Por essa razão, crianças com esse transtorno possuem 5 vezes mais chances de desenvolver seletividade alimentar em virtude da aversão à textura, formato e tipo de alimento. Além disso, a maior parte desses indivíduos apresentam problemas com a mastigação e deglutição e comportamento atípico no momento das refeições (LÁZARO, 2016).

Dessa forma, a seletividade alimentar é descrita por um repertório alimentar limitado com extrema resistência a inserção de novos alimentos. Consequentemente, a seletividade alimentar é recorrente na rotina de pessoas com autismo, o que proporciona uma ingestão restrita de alimentos (MAGAGNIN *et al.*, 2019).

À vista disso, torna-se necessário compreender as dificuldades alimentares apresentadas por crianças com desenvolvimento atípico. Assim sendo, buscou-se reunir informações com o intuito de responder a seguinte pergunta: Como descrever a seletividade alimentar em crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA)?

Ante o exposto, justifica-se a execução dessa revisão bibliográfica como um meio de expandir os conhecimentos na área da nutrição, mediante dados recentes que viabilizam a atualização de informações no âmbito acadêmico e científico.

Diante disso, este estudo teve como objetivo geral descrever a seletividade alimentar em crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA).

Material e Métodos

Trata-se de uma revisão bibliográfica, que segundo Cervo (2007) identifica-se com um meio de formação por excelência e procedimento básico para os estudos acadêmicos, destinado à procura da eficácia do estado da arte sobre determinado tema.

Este estudo utilizou artigos disponibilizados nas bases de dados: MEDLINE via PUBMED, LILACS E SCIELO, utilizando como descritores: comportamento alimentar, saúde, seletividade alimentar. O método utilizado foi a leitura analítica, na íntegra, de artigos publicados entre os anos de 2019 a 2021 que abordaram a temática sobre seletividade alimentar e sua associação com a saúde. Foram incluídos os artigos publicados nos idiomas português e inglês, disponibilizados na íntegra. Foram excluídos os estudos que não se adequaram à temática proposta. Após a aplicação desses critérios, 7 estudos foram selecionados e analisados.

Resultados e Discussão

A seletividade alimentar é uma característica marcante em crianças com TEA, tornando-se a causa de alterações nutricionais que afetam o crescimento e desenvolvimento por conta de carências nutricionais (BOTTAN *et al.*, 2020). Isso ocorre devido ao fato dessa população apresentar respostas sensoriais anormais, sendo hipossensível ou hipersensível aos estímulos que impactam a visão, o toque, o som, o olfato e o paladar. Deste modo, acredita-se que a sensibilidade auditiva e visual apresentem relação com o repertório alimentar limitando, tendo em vista que os sons produzidos durante o momento da refeição como o som de talheres e utensílios, conversas e barulhos podem gerar uma reação exagerada em crianças hipersensíveis, refletindo na alimentação e nos comportamentos disruptivos (SIEMANN; WEELE; WALLACE, 2020; MALHI *et al.*, 2021).

Por consequência da seletividade alimentar, crianças com TEA podem desenvolver obesidade, comportamentos de compulsão alimentar, ingestão insuficiente, deficiência de nutrientes, alimentação rica em alimentos ultraprocessados, fobia, déficit de crescimento e prejuízos sociais (FOLTA, 2020). Em conformidade, Moraes e colaboradores (2021) enfatizaram que a conduta alimentar desses indivíduos, dada pela seletividade alimentar, é considerada um dos principais motivos de problemas alimentares durante as refeições, tornando o indivíduo com TEA mais predisposto ao excesso de peso e carências nutricionais.

Portanto, é de suma importância identificar e intervir o mais precocemente no comportamento alimentar seletivo (TAYLOR; EMMETT, 2019). Sendo necessário a realização de acompanhamento nutricional especializado, levando em conta que sem as orientações adequadas pode-se ocasionar prejuízos à saúde em curto e longo prazo. Logo, as estratégias nutricionais devem visar a formação de vínculo entre a criança e o alimento, principalmente aqueles alimentos que a criança apresenta maiores aversões (MAGAGNIN *et al.*, 2021).

Conclusões

Diante do exposto, pode-se concluir que a seletividade alimentar afeta o estado nutricional, crescimento e desenvolvimento dos indivíduos com TEA devido ao repertório alimentar limitado e carência de nutrientes.

Dessa forma, é imprescindível o acompanhamento com o profissional Nutricionista para diagnosticar, acompanhar e intervir no tratamento de forma adequada, melhorando a aceitação dos alimentos e, consequentemente, o estado de saúde e qualidade de vida.

Referências

BOTTAN, Gabriela Paludo; DUARTE, Cristiane Nava; SANTANA, Josiane Ribeiro dos Santos; MENDES, Rita de Cássia Dorácio; SCHMITZ, Wanderlei Onofre. Analisar a alimentação de autistas por meio de revisão de literatura. **Brazilian Journal of Development**. Curitiba, 2020.

CERVO, Amado Luiz; BERVIAN, Pedro Alcino; DA SILVA, Roberto. Metodologia científica. 6 ed. São Paulo: **Pearson Prentice Hall**, 2007.

FOLTA, Sara C.; CURTIN, Carol; DEVE, Aviva; PEHRSON, Annie; RYAN, Kate; BANDINI, Linda. Impact of selective eating on social domains among transition-age youth with autism spectrum disorder: a qualitative study. **Journal of Autism and Developmental Disorders**, 2020.

LÁZARO, Cristiane Pinheiro. Construção de escala para avaliar o comportamento alimentar de
Publicado no Caderno de Iniciação Científica e Extensão do UNIFIP - ISSN: 2177-5052 - 2023

indivíduos com transtorno do espectro autista (TEA). **(Tese de Doutorado)** - Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública. Salvador, 2016.

MAGAGNIN, Tayná; ZAVADIL, Stephane Catharine; NUNES, Rafael Zaneripe de Souza; NEVES Letícia Evelyn Fernandes; RABELO, Jucieli da Silva. Relato de Experiência: Intervenção Multiprofissional sobre Seletividade Alimentar no Transtorno do Espectro Autista. **Revista de psicologia**, 2019.

MAGAGNIN, Tayná; DA SILVA, Marco Antônio; NUNES, Rafael Zaneripe de Souza; FERRAZ, Fabiane; SORATTO, Jacks. Aspectos alimentares e nutricionais de crianças e adolescentes com Transtorno do Espectro Autista. **Revista de Saúde Coletiva**, 2021.

MALHI, Prahbjot; SAINI, Surya; BHARTI, Bhavneet; ATTRI, Savita; SANKHYAN, Naveen. Sensory Processing Dysfunction and Mealtime Behavior Problems in Children With Autism. **Department of Pediatrics**. Post Graduate Institute of Medical Education and Research. Chandigarh, 2021.

MORAES, Lilia Schug de. *et al.* Seletividade alimentar em crianças e adolescentes com transtorno do espectro autista. **Revista da Associação Brasileira de Nutrição**, 2021.

SIEMANN, Justin K.; WEELE, Jeremy Veenstra-Vander.; WALLACE, Mark T. Approaches to Understanding Multisensory Dysfunction in Autism Spectrum Disorder. **Department of Biological Sciences**, Vanderbilt University, Nashville, Tennessee, 2020.

TAYLOR, Caroline M.; EMMETT, Pauline M. Picky eating in children: Causes and consequences. **Proceedings of the Nutrition Society**, 78(2), 161-169, 2019.

OLIVEIRA, B. M. F. DE; FRUTUOSO, M. F. P. Sem receita: deslocamentos do olhar da Nutrição sobre o comer de crianças autistas. *Interface*, **Comunicação, Saúde, Educação**, v. 24, 2020.

REZENDE, M. L.; SANTOS, M. M. S.; GUIDINE, P. A. M.; DIAS, M. F. S.; SILVA, S. F. Má alimentação infantil como fator de risco para doenças crônicas não transmissíveis (dcnt). **Revista Multidisciplinar em Saúde**, v. 1, n. 3, p. 35, 2020.

RICCIO, M. P. *et al.* Is food refusal in autistic children related to TAS2R38 genotype? **Autism Research**, v. 11, n. 3, p. 531-538, 2018.

PAIVA JR, Francisco. EUA publica nova prevalência de autismo: 1 a cada 44 crianças, com dados do CDC. **Canal autismo**, 2021

SIDDIQI, S.; UROOJ, A.; D'SOUZA, M. J. Dietary Patterns and Anthropometric Measures of Indian Children with Autism Spectrum Disorder. **Journal of Autism and Developmental Disorders**, v. 49, n.4, p.1586–1598, 2018.

WILLIAMS, C.; WRIGHT, B. Alimentação. Convivendo com autismo e síndrome de Asperger: estratégias práticas para pais e profissionais. São Paulo: **M. Books do Brasil**, 2008.

YAMANE, K.; FUJII, Y.; HIJIKATA, N. Support and development of autistic children with selective eating habits. **Brain and Development**, v. 42, n. 2, p. 121-128, 2020.

SUPLEMENTAÇÃO DE ÁCIDO GRAXO ÔMEGA-3 NO TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA

Kalliny Gomes de Almeida¹; Mayara de Lima Sales¹; Michaelma Pereira Leite¹; Larruama Priscylla Fernandes Vasconcelos Lino¹

¹Centro Universitário de Patos–UNIFIP, Patos, Paraíba, Brasil.

kallinygomes2010@outlook.com

Introdução

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é um transtorno complexo do neurodesenvolvimento para o qual não existe cura (SCHIAVI *et al.*, 2020). O TEA é caracterizado por déficits persistentes na comunicação social e na interação social em múltiplos contextos e padrões restritos e repetitivos de comportamento, interesses e atividades; além de que problemas gastrointestinais, nutricionais e alimentares são frequentemente relatados, como constipação, diarreia, dor abdominal e inchaço ou refluxo gastroesofágico (VESELINOVIĆ *et al.*, 2021; BABINSKA *et al.*, 2020).

Embora a etiologia e a fisiopatologia do TEA ainda não sejam claras, vários fatores nutricionais têm sido investigados como potenciais fatores de risco para o desenvolvimento do TEA, incluindo ácidos graxos poliinsaturados ômega-3 (PUFAs) que são importantes para o desenvolvimento e funcionamento do cérebro (INFANTE *et al.*, 2020).

Alguns estudos relatam que deficiências de ácidos graxos essenciais podem estar relacionadas a transtornos do espectro autista e que o tratamento com ômega-3 melhorou as características do autismo, incluindo comportamentos estereotipados e comunicação social (DOAEI, *et al.*, 2021).

Pode-se evidenciar que a utilização do ácido graxo ômega-3 é benéfica nos sinais do TEA, devido às suas variáveis funções, contribuindo para atenuação de sintomas específicos. Nota-se que são escassas as informações sobre esse ácido graxo entre as pessoas com este transtorno. Contudo, o trabalho de uma equipe multidisciplinar em que ocorra inclusão primordial de um nutricionista traz uma melhor adaptação e introdução do ômega-3 na rotina dos pacientes. Dessa forma, o presente trabalho teve por objetivo analisar a relação entre a ingestão de ômega-3 e os sinais do Transtorno do Espectro Autista.

Material e Métodos

A pesquisa tratou-se de um estudo de revisão bibliográfica, que abrangeu a análise da literatura mais atual. O levantamento dos dados, foi realizado por busca eletrônica de artigos nos idiomas nacionais e internacionais, nas bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), U.S. National Library of Medicine and the National Institutes Health (PUBMED).

Para a busca dos artigos utilizados no estudo foram pesquisados os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e selecionados para a pesquisa: “Transtorno do Espectro Autista”, “Suplementação” e “Ômega-3”. Os DeCS foram interligados pelo operador booleano “AND”. Os artigos selecionados foram publicados nos últimos cinco anos, entre os anos de 2018 e 2022, que apresentavam a temática proposta em estudo. Como critérios de inclusão foram utilizados os artigos em idioma nacionais e internacionais e que estavam de acordo com o

tema proposto e excluídos os estudos repetidos e trabalhos publicados fora do período classificado.

Resultados e Discussão

Dada a falta de tratamentos farmacológicos para o TEA, o interesse crescente é dedicado a abordagens não farmacológicas, incluindo intervenções dietéticas. Os ácidos graxos poliinsaturados ômega-3 (PUFAs) são críticos para o desenvolvimento neurocomportamental (SCHIAVI *et al.*, 2020).

Estudos mostram que os ácidos graxos ômega-3 têm efeitos benéficos sobre os triglicerídeos em pacientes com sintomas psicóticos e síndrome metabólica e podem aumentar os níveis do fator neurotrófico derivado do cérebro por meio de suas propriedades anti-inflamatórias com redução da disfunção cognitiva nesses pacientes. Possivelmente uma suplementação dietética adequada poderia desempenhar um efeito parcialmente terapêutico mesmo em pacientes mais graves, melhorando alguns aspectos comportamentais e reduzindo a deterioração cognitiva, além de que a administração de ômega-3 parece ter efeitos benéficos na redução da agressão entre a população em geral (YONEZAWA, *et al.*, 2020; XU, *et al.*, 2019; TANG, *et al.*, 2020; BÈGUE, *et al.*, 2018).

Um estudo que envolveu crianças com TEA observou que as razões principais dos pais para suplementar a dieta das crianças, foi o enriquecimento da alimentação e melhora na função do sistema imunológico; visto também que os suplementos são comumente administrados como uma forma de terapia complementar e alternativa com o objetivo de reduzir os sintomas comportamentais, como comportamento repetitivo, aumentar as habilidades sociais ou melhorar o sono (TRUDEAU, *et al.*, 2019). Babinska *et al.* (2020), ainda corroboram com a ideia relatando que há evidências de que os PUFAs ômega-3 desempenham um papel no neurodesenvolvimento, e que sua suplementação exibiu efeitos positivos em alguns sintomas centrais do TEA.

Veselinovi'c *et al.* (2021) relatam que déficits nutricionais em PUFA ômega-3 podem afetar a microbiota intestinal e contribuir para o TEA pelo eixo intestino-cérebro, os ácidos graxos essenciais têm um papel benéfico nas intervenções pós-natais; assim, a interação metabólica entre PUFA ômega-3 e bactérias intestinais deve ser identificada e percebida como efetiva para a imunidade e sistema nervoso entérico e ainda para melhora do comportamento; além de a suplementação com PUFA poder ser considerada como um dos aspectos na regulação do estado biológico do organismo pode agregar valor às intervenções médicas e psicológicas padrão para reduzir os déficits comportamentais.

Também deve-se considerar o efeito do ômega-3 durante a gravidez, que potencialmente evitaria as consequências do comprometimento do desenvolvimento neurológico, visto que um déficit de ácido docosaenoico (DHA) durante o período perinatal mostrou estar associado a uma redução na neurogênese e atrasos na migração neuronal. Além de que o ômega-3 PUFA é recomendado para consumo durante a última semana de gestação e o primeiro mês pós-natal para o desenvolvimento do cérebro; e sua suplementação especialmente durante a gravidez e lactação, pode ajudar a prevenir TEA em crianças em risco (VESELINOVI'Ć, *et al.*, 2021; MARTINS; BANDARRA; FIGUEIREDO-BRAGA, 2020).

Conclusões

A partir da análise de dados científicos pode-se concluir que a suplementação do ácido

graxo ômega-3 nos sinais do TEA é bastante benéfica e promissora, agindo nos principais sintomas decorrentes, com capacidade de melhoramento significativo sobre alguns aspectos comportamentais e reduzindo a deterioração cognitiva, visto que é uma forma de terapia complementar e alternativa com o objetivo de reduzir os sintomas comportamentais, como comportamento repetitivo, aumentar as habilidades sociais ou melhorar o sono e que se suplementado durante a gravidez evitaria as consequências do comprometimento do desenvolvimento neurológico.

O papel do nutricionista é essencial nesses casos, para que haja a disseminação de informações relevantes e de uma introdução do ômega-3 de forma segura e adequada, visto que ele faz parte dos profissionais adequados e capacitados para o cuidado de pessoas com TEA.

Vale salientar que a difusão dos conhecimentos sobre o ômega-3 devem ser cada vez mais abordados a fim de que novas abordagens terapêuticas significativas sejam realizadas bem como ampliação do seu uso em perspectivas futuras.

Referências

BABINSKA, Katarina *et al.* Gastrointestinal symptoms and feeding problems and their associations with dietary interventions, food supplement use, and behavioral characteristics in a sample of children and adolescents with autism spectrum disorders. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 17, n. 17, p. 6372, 2020.

BÈGUE, L. *et al.* Os suplementos de ômega-3 reduzem a auto-relato de agressão física em adultos saudáveis. **Revista de Psiquiatria**, v. 261, p. 307–311, 2018.

BOZZATELLO, Paola *et al.* Effects of omega 3 fatty acids on main dimensions of psychopathology. **International journal of molecular sciences**, v. 21, n. 17, p. 6042, 2020.

DOAEI, Saeid *et al.* The effect of omega-3 fatty acids supplementation on social and behavioral disorders of children with autism: a randomized clinical trial. **Pediatric Endocrinology Diabetes and Metabolism**, v. 27, n. 1, p. 12-18, 2021.

INFANTE, Marco *et al.* Omega-3 PUFAs and vitamin D co-supplementation as a safe-effective therapeutic approach for core symptoms of autism spectrum disorder: case report and literature review. **Nutritional neuroscience**, v. 23, n. 10, p. 779-790, 2020.

MARTINS, B.P.; BANDARRA, N.M.; FIGUEIREDO-BRAGA, M. O papel do ômega-3 marinho no neurodesenvolvimento humano, incluindo Transtornos do Espectro Autista e Transtorno de Déficit de Atenção/Hiperatividade – uma revisão. **Critical Reviews in Food Science Nutrition**, v. 60, p. 1431–1446, 2020.

SCHIAVI, Sara *et al.* Perinatal supplementation with omega-3 fatty acids corrects the aberrant social and cognitive traits observed in a genetic model of autism based on FMR1 deletion in rats. **Nutritional neuroscience**, v. 25, n. 5, p. 898-911, 2022.

TANG, W. *et al.* Os ácidos graxos ômega-3 melhoram a disfunção cognitiva em pacientes com esquizofrenia com síndrome metabólica. **Comportamento cerebral**, v. 88, p. 529–534, 2020.

TRUDEAU, Melanie S. *et al.* Dietary and supplement-based complementary and alternative medicine use in pediatric autism spectrum disorder. **Nutrients**, v. 11, n. 8, p. 1783, 2019.

VESELINOVIĆ, Aleksandra *et al.* Neuroinflammation in autism and supplementation based

on omega-3 polyunsaturated fatty acids: A narrative review. **Medicina**, v. 57, n. 9, p. 893, 2021.

XU, Feikang *et al.* Effects of omega-3 fatty acids on metabolic syndrome in patients with schizophrenia: a 12-week randomized placebo-controlled trial. **Psychopharmacology**, v. 236, p. 1273-1279, 2019.

YONEZAWA, K. *et al.* Tendências recentes em doenças mentais e ácidos graxos ômega-3. **Journal of Neural Transmission**, p.1–9, 2020.