



A Fome Emocional: Impasses ao emagrecimento¹

Suzana SEGALLA MENEGAZ²

Bruna ALMEIDA³

Faculdade Laboro, MA

RESUMO

O Ministério da Saúde (2020), pontua a obesidade como um problema de saúde pública, com etiologia multifatorial. A dificuldade à adesão as dietas prescritas por profissionais da Nutrição, pelos pacientes, são comumente observadas. Dimensões psicológicas podem interferir no tratamento requerendo apoio de equipe multidisciplinar, com olhares para os aspectos que permeiam a subjetividade do paciente e integram sua história de vida

PALAVRAS-CHAVE: Obesidade; Emagrecimento; Sofrimento psíquico.

O Ministério da Saúde (2020), pontua a obesidade no Brasil como um problema de saúde pública e, de acordo com trabalho realizado pela Atenção Primária à Saúde no ano de 2019, 63% apresentaram excesso de peso e 28,5% apresentaram obesidade, significando aproximadamente 8 milhões de um total de 12.776.938 de adultos acompanhados.

A literatura que trata do tema concorda que a etiologia da obesidade é multifatorial, englobando aspectos culturais, biológicos, socioeconômico, culturais, psicossociais, entre outros. O início do ganho de peso, que conduz à obesidade, e sua manutenção envolvem fatores genéticos, má alimentação, sedentarismo e fatores emocionais pelo quais a pessoa poderá procurar atenuar por meio da alimentação (DE LIMA E OLIVEIRA, 2016).

Diversas práticas e dietas são ofertadas por profissionais de distintas áreas com promessas de reduzir a gordura corporal e assim o promover emagrecimento, algumas dessas passíveis de causar consequências à saúde devido a ações drásticas que propõem,

¹ Trabalho apresentado para a disciplina de Produção e Inovação Científica da Faculdade Laboro realizada no dia 14 de abril de 2022

² Aluna do Curso Nutrição Esportiva e Funcional /, e-mail: suzanasegalla@hotmail.com

³ Orientadora do trabalho. Professora da Faculdade Laboro. Mestra em Comunicação. e-mail: professorabruna.almeida@gmail.com

como a restrição de determinados grupos de alimentos. Contudo, observa-se que a perda de massa corporal, rapidamente alcançada, encontra dificuldade em ser mantida, com reganho de peso ocorrendo frequentemente. De acordo com Campos e Scur (2018, p.71), “Diets muito restritivas, artificiais e rígidas não são sustentáveis”.

A dificuldade à adesão as dietas prescritas por profissionais da Nutrição são comumente observadas, mesmo ofertando quantidades e qualidade adequada, sugerindo que aspectos subjetivos possam estar interferindo no tratamento, apesar dos pacientes apresentarem real desejo do emagrecimento.

Nesse sentido, dimensões psicológicas podem influenciar e dificultar a aceitação ao tratamento. “Essas variáveis relacionam-se a algum tipo de sofrimento psíquico, como ansiedade, raiva, tristeza, culpa, preocupação, vivência de estressores psicossociais, além de um prejuízo da autoimagem e da autoestima” (DE LIMA E OLIVEIRA, 2016, p.4).

O alimento pode estar associado a busca de alívio ou sofrimento, sendo usado na busca de ocupar uma lacuna emocional, além da função de nutrir. Conforme Oliveira e Fonseca (2006, p.6), o impedimento no engajamento ao tratamento, na compulsão alimentar, “[...] liga-se ao fato de que a ingestão alimentar tem importante função na manutenção do equilíbrio psíquico, sendo a restrição alimentar algo que terá impacto direto na vida emocional”.

A abordagem psicossomática⁴, apesar de não desmerecer os fatores hereditários, entende a hiperfagia como um sintoma multideterminado, especialmente por fatores psicológicos e emocionais inconscientes. Pacientes obesos se utilizam da ingestão alimentar inadequada como um meio de enfrentar questões emocionais, com sua história individual exercendo função de protagonista (AZEVEDO E SPADOTTO, 2004).

Todo e qualquer tratamento direcionado ao ser humano exige que sua singularidade seja respeitada, com apoio de equipe multidisciplinar, com olhares para os aspectos que permeiam sua subjetividade e integram sua história de vida.

⁴ A Psicossomática é uma nova visão da Patologia e da Terapêutica, tornando possível o axioma antropológico do objetivo médico. Em outras palavras, trouxe para o pensamento médico-científico e para a prática assistencial o mote clássico: tratar doentes e não doenças (EKSTERMAN, 1992).

REFERÊNCIAS

EKSTERMAN, A. Medicina psicossomática no Brasil. *In*: Mello Filho, J. (Org.). **Psicossomática hoje**. Porto Alegre: Artes Médicas. 1992.

AZEVEDO, M. A. S. B.; SPADOTTO, C. Estudo psicológico da obesidade: dois casos clínicos. **Temas psicol.**, Ribeirão Preto, v. 12, n. 2, p. 127-144, 2004. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413389X2004000200005&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 18/abri/2022.

BRASIL. **Ministério da Saúde**. Situação alimentar e nutricional no Brasil: excesso de peso e obesidade da população adulta na Atenção Primária à Saúde. Brasília, DF: MS, 2020. Disponível em: <<https://pesquisa.bvsalud.org>>. Acesso em 12/abri/2022.

CAMPOS, F. C.; SCUR, E. M. Obesidade. *In*: OLIVEIRA, A. M.; SILVA, F. M. (Org.). **Dietoterapia nas Doenças do Adulto**. 1.ed. Rio de Janeiro: Rubio, 2018.

DE LIMA, A. C. R., OLIVEIRA, A. B. Fatores psicológicos da obesidade e alguns apontamentos sobre a terapia cognitivo-comportamental. **Mudanças: Psicologia da Saúde**, 2016, 24(1), 1-14. Disponível em: <<https://www.metodista.br/revistas/revistas-metodista>>. Acesso em 12/abri/2022.

OLIVEIRA, G.A.; FONSECA, P.N. A compulsão alimentar na percepção dos profissionais de saúde. *In*: **Psicologia Hospitalar**. 4, 2, pp. 1-18, 2006. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S167774092006000200006&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 18/abri/2022.