

“A COMIDA É SÓ A PONTINHA DE UM ICEBERG”: EXPERIÊNCIAS SUBJETIVAS E COMPORTAMENTO ALIMENTAR

Mirella Eduarda da Silva, Lariza Eduarda Pimentel Maurício e Danielle de Andrade Pitanga Melo

RESUMO: INTRODUÇÃO: O comportamento alimentar se define como um conjunto de afetos e cognições que orientam as atitudes e hábitos alimentares. Quando esse comportamento é disfuncional, pode influenciar o desenvolvimento e/ou constância dos transtornos alimentares caracterizados como distúrbios psiquiátricos de etiologia multifatorial podendo estar associados a atitudes alimentares distorcidas, além da preocupação excessiva com a própria imagem. Esse trabalho tem peculiar relevância ao propor articulações de experiências subjetivas relacionadas ao comportamento alimentar. OBJETIVO: Explorar as experiências subjetivas de mulheres acometidas por transtornos alimentares e suas relações com o comportamento alimentar. MÉTODO: Trata-se de uma pesquisa de campo exploratória, de abordagem qualitativa, cujo instrumento utilizado foi entrevista semidirigida, gravada e transcrita. O método empregado foi análise de conteúdo categorial: experiências subjetivas, fatores psicossociais e comportamento alimentar sob o viés foucaultiano. Entrevistou-se seis mulheres na faixa etária entre 18 e 42 anos, com diagnóstico de transtornos alimentares e que tinham perfil público na rede social Instagram dedicado a fazer relatos diários sobre como lidam com suas doenças. As participantes também possuíam outros transtornos psiquiátricos: depressão, transtorno de personalidade borderline e transtorno obsessivo compulsivo. O trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Pernambuco sob parecer de nº 4.267.821. A produção dos dados ocorreu após assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. RESULTADOS E DISCUSSÃO: As entrevistadas tinham grau de escolaridade ensino médio completo, superior incompleto ou completo, diagnóstico médico de anorexia nervosa e/ou bulimia, utilizavam métodos purgativos e apresentavam outros transtornos psiquiátricos. Experiências Subjetivas: Relacionam a vivência de acontecimentos, sendo eles de origem traumática ou não, as formas como expressam o próprio comportamento alimentar. Fatores Psicossociais: Através das narrativas das participantes, situando-as num contexto psicológico e sociocultural, verificou-se condições de possibilidade de emergência dos transtornos alimentares por mudanças na conduta alimentar, decorridas das comorbidades psiquiátricas, vivência de abuso sexual e conflitos parentais. Comportamento Alimentar: As relações das entrevistadas com a comida se caracterizam como instáveis, sobretudo, quando perpassadas por processos emocionais. As emoções positivas ou negativas estão entrecruzadas de modo engenhoso que, encontram nas patologias alimentares, uma possível saída. CONCLUSÃO: Importante ressaltar que a partir da amostragem de conveniência desta pesquisa, observou-se nos discursos das entrevistadas e suas circunstâncias de vida, que frente aos conflitos psíquicos e familiares, os sintomas alimentares seriam uma espécie de deslocamento da angústia para encontrar sentido e significado. Assim, a sintomatologia alimentar pode ser compreendida, literalmente como a “ponta do iceberg”, na qual subjaz desprazer e sofrimento.

Palavras-chave: Anorexia, Bulimia, Comportamento Alimentar

INTRODUÇÃO

A subjetividade pode ser definida como a forma de expressão da nossa relação com as coisas e se refere ao que é único e singular do sujeito (SILVA, 2009). Se conceitua, além de apenas o outro social, se manifesta por meio de acontecimentos, invenções, tudo, aquilo capaz de produzir efeitos nos corpos e nas maneiras de viver (MANSANO, 2009). Sendo que “não é passível de totalização ou de centralização no indivíduo” (GUATTARI; ROLNIK, 1996, p. 31). A origem da subjetividade não se localiza apenas no interior do sujeito, mas também nas relações sociais, quando ele se apropria (ou subjetiva) de tais relações de forma única (SILVA, 2009).

Dentre os aspectos relacionados à subjetividade está o ato de comer, que segundo Alvarenga (2015): “é um ato complexo, que envolve capacidade de decisão, de percepção dos sinais internos, de escolha, de relação com o outro e com o mundo de forma mais ampla”. Intrinsecamente para realização desse ato está a execução do comportamento alimentar, que se caracteriza como as formas de convívio com o alimento e constitui um conjunto de ações relacionadas, que se iniciam na decisão de se alimentar, disponibilidade, forma de preparo, preferências alimentares e etc. (PHILLIPI; ALVARENGA, 2004).

Quando esse comportamento é realizado de maneira disfuncional, pode influenciar o desenvolvimento e/ou constância dos transtornos alimentares (TA's), que são caracterizados como distúrbios psiquiátricos de etiologia multifatorial, podendo estar associados a atitudes alimentares distorcidas, além da preocupação excessiva com a própria imagem (DSM-5, 2014). Esse artigo tem peculiar relevância ao propor articulações entre experiências subjetivas relacionadas ao comportamento alimentar.

METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa de campo exploratória, de abordagem qualitativa, cujo instrumento utilizado foi entrevista semidirigida, gravada e transcrita. A pesquisa qualitativa se inicia a partir de questões amplas, que vão se aclarando no decorrer da investigação e permite que os pesquisadores possam propor trabalhos que explorem novos enfoques (GODOY, 1995).

O método empregado foi análise de conteúdo categorial: experiências subjetivas, fatores psicossociais e comportamento alimentar sob o viés foucaultiano. A análise de conteúdo é “um conjunto de técnicas de análise das comunicações visando obter, por procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens, indicadores (quantitativos ou não) que permitam a inferência de conhecimentos” (BARDIN, 2016, p. 48).

Foram entrevistadas seis mulheres na faixa etária entre 18 e 42 anos, com diagnóstico de transtornos alimentares e que tinham perfil público na rede social Instagram dedicado a fazer relatos diários sobre como lidam com suas doenças. As participantes também tinham outros transtornos psiquiátricos: depressão, transtorno de personalidade borderline e transtorno obsessivo compulsivo. O trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Pernambuco sob parecer de nº 4.267.821. A produção dos dados ocorreu após assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As entrevistadas tinham grau de escolaridade entre ensino médio completo e superior incompleto ou completo, diagnóstico médico de anorexia nervosa e/ou bulimia, utilizavam métodos purgativos e apresentavam outros transtornos psiquiátricos.

Tabela 1: Perfil das Participantes

Participantes*	Idade	Escolaridade	Diagnósticos
Bárbara	28 anos	Superior Completo	Bulimia e Depressão
Carla	22 anos	Superior Incompleto	Anorexia Nervosa e Depressão
Laura	30 anos	Superior Completo	Anorexia Nervosa e Transtorno de Personalidade Borderline
Camila	18 anos	Superior Incompleto	Anorexia Nervosa
Marília	42 anos	Superior Incompleto	Bulimia Nervosa
Helena	36 anos	Ensino Médio Completo	Transtorno Compulsivo Alimentar e Bulimia

*Foram atribuídos nomes fictícios para preservar a identidade das participantes

Experiências Subjetivas

As participantes relacionam suas histórias de vida, vivências de acontecimentos de origem traumática ou não às formas como expressam o próprio comportamento alimentar e, em suas falas, compartilham que algumas situações conflitivas e perturbadoras impulsionaram modificações na percepção da própria imagem corporal e no modo como se relacionam com o alimento.

Dentre essas situações, pode-se elencar: convívio com familiar que consumia medicamentos anorexígenos; consumo de revistas e editoriais de moda durante a pré-adolescência e etc. Vivenciar tais experiências proporcionou nas entrevistadas sensações de culpa, desconforto, insatisfação corporal e, principalmente, reforço na percepção de inadequação no ambiente em que estavam inseridas.

A convivência com pessoas que tinham a ideia da magreza feminina associada ao status social, assim como experienciar situações de cobranças diretas ou indiretas em relação à procura de métodos de emagrecimento fizeram-nas associar o biotipo que apresentavam a sentimentos negativos. A avaliação social sobre o formato corporal exerceu nas entrevistadas papel preponderante na produção dos seus sintomas alimentares e com contribuição importante para algumas características psicológicas: baixa autoestima, insegurança e problemas no desenvolvimento de questões identitárias.

Percebe-se que na sociedade há um intercâmbio da imagem corporal entre as pessoas, o que é encontrado em si pode ser visto por outros e aplicam-se paradigmas sobre o corpo como um símbolo social, constituindo-se para desenvolvimento da identidade e suporte do senso de subjetividade do homem (CASSIMIRO, COSTA, 2010).

Fatores Psicossociais

A partir das narrativas das participantes, situando-as num contexto psicológico e sociocultural, verificou-se as condições de possibilidade de emergência dos transtornos alimentares: mudanças no comportamento alimentar decorridas das comorbidades psiquiátricas, vivência de abuso sexual, conflitos parentais e padrões estéticos inalcançáveis interferem na maneira distorcida de como os sujeitos lidam com o próprio corpo e a alimentação.

As entrevistadas referiram repulsa pelo próprio corpo após sofrer abuso sexual, sendo, portanto, um dos fatores determinantes para a mudança dos hábitos alimentares. Associavam o fato de se sentirem “suja” em decorrência da experiência abusiva traumática ao não conseguir se alimentar direito. Além disso, outras situações como: separação dos pais, controle alimentar e relacionamento abusivo, se constituíram como fatores relevantes para o desenvolvimento dos transtornos alimentares, dado o contexto de fragilidade e vulnerabilidade emocional.

A família se configura como um grupo com poder de influência no desenvolvimento do transtorno alimentar de acordo com os padrões de interação, os conflitos familiares que desequilibram a harmonia do grupo e podem tornar alguns membros mais vulneráveis psicologicamente (SANTOS, 2016).

O ambiente familiar perpassado por situações conflituosas entre pais e filhos promovia não só o distanciamento dos laços familiares, mas também proporcionava nas participantes sentimento de frustração pela ausência de afeto paterno/ou materno. Elas trazem em suas falas, ressentimentos, mágoa pela separação dos pais ou por histórico de violência doméstica. Associam que ter vivenciado essas experiências as impulsionaram a desenvolver comportamentos alimentares inadequados e à necessidade de procurar conforto na comida.

Comportamento Alimentar

As relações das entrevistadas com a comida se caracterizam como instáveis e complexas, sobretudo, quando perpassadas por processos emocionais. As emoções positivas ou negativas estão entrecruzadas de tal modo engenhoso que, encontram nas patologias alimentares, uma possível saída.

Apontam uma percepção de que a comida se localizava em suas vidas de forma central, ora pela busca de encontrar nela o suprimento de alguma carência emocional, ora por adquirir contornos de caráter punitivo em situações de culpa, o que favorecia o sentimento de prazer ao realizar a restrição/privação de alimentos.

Alguns transtornos mentais como depressão e ansiedade, podem estar diretamente relacionados ao desenvolvimento e/ ou a manutenção dos transtornos alimentares, podendo até mesmo levar ao suicídio, daí os altos índices de morbidade e mortalidade. As comorbidades psiquiátricas associadas ao TA's elevam o nível de fragilidade desses indivíduos que já se encontram afetados pelas condições clínicas e psicológicas de suas

condições de base. De acordo com Bandini et al. (2006), a existência de doenças, como por exemplo a depressão, eleva as taxas de abandono ao tratamento, o que possibilita um risco para o paciente acometido pelo prolongamento de seu estado emocional e seus comportamentos inadequados.

Dessa maneira, a exposição a eventos traumáticos, situações de tensão e estresse podem acarretar a prevalência das condutas deletérias à saúde: restrição alimentar, vômitos autoinduzidos, uso de laxantes/ diuréticos, exercícios físicos extenuantes, podendo, pois, configurar o emergir dos comportamentos de risco para os transtornos alimentares.

CONCLUSÃO

Importante ressaltar que a partir da amostragem de conveniência desta pesquisa, observou-se nas produções discursivas das entrevistadas e suas contingenciais circunstâncias de vida, que frente aos conflitos psíquicos e familiares, os sintomas alimentares seriam uma espécie de deslocamento da angústia para encontrar sentido e significado. Assim, a sintomatologia alimentar pode ser compreendida, literalmente como a “ponta do iceberg”, na qual subjaz desprazer e sofrimento.

REFERÊNCIAS

- ALVARENGA, M. et al. *Nutrição comportamental*. Editora Manole, 2015.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION et al. *DSM-5: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais*. Artmed Editora, 2014.
- BANDINI, S. et al. Factors affecting dropout in outpatient eating disorder treatment. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, v. 11, n. 4, p. 179-184, 2006.
- BARDIN, L. *Análise de conteúdo*. São Paulo: Edições, 2016.
- CASSIMIRO, E.S. & COSTA, S.B. Padrões sociais com a imagem corporal: a insatisfação das pessoas com o corpo. In: *III Congresso Norte-brasileiro de Ciências do Esporte*, 3., 2010, Castanhal. Anais [...] Castanhal, 2010.
- GODOY, A. S. Pesquisa qualitativa: tipos fundamentais. *Revista de Administração de empresas*, São Paulo, v. 35, p. 20-29, 1995.
- GUATTARI, F & ROLNIK, S. *Micropolítica: cartografias do desejo*, 12. ed. Petrópolis: Vozes, 2011.
- MANSANO, S.R.V. Sujeito, subjetividade e modos de subjetivação na contemporaneidade. *Revista de Psicologia da UNESP*, v. 8, n. 2, 2009.

Pesquisas e Inovações em Ciências da Saúde e Biológicas: Produções Científicas Multidisciplinares no Século XXI, Volume 1

PHILIPPI, S.T. & ALVARENGA, M. Transtornos alimentares. São Paulo: Editora Manole, 2004.

SANTOS, F. O papel da família sobre a anorexia nervosa: breve discussão teórica. *Clínica & Cultura*, v. 5, n. 2, p. 11-20, 2016.

SILVA, F.G. Subjetividade, individualidade, personalidade e identidade: concepções a partir da psicologia histórico-cultural. *Psicologia da educação*, São Paulo, n. 28, p. 169-195, 2009.