

# AVALIAÇÃO DE COMPULSÃO ALIMENTAR PERIÓDICA EM UNIVERSITÁRIOS

## AUTORES

**Alana Bassani Benedito BERNAL**

Discente do Curso de Nutrição–União das Faculdades dos grandes Lagos – UNILAGO

**Carla Somaio TEIXEIRA**

Docente do Curso de Nutrição- União das Faculdades dos grandes Lagos- UNILAGO

## RESUMO

Devido a grande mudança de hábitos alimentares, houve um aumento de casos de sobrepeso e obesidade. A maioria dos indivíduos sofrem com a pressão social e psicológica, em direção a um corpo cada vez mais magro para se enquadrar no perfil considerado ideal. A compulsão Alimentar Periódica (CAP) é um, entre vários outros transtornos alimentares mais comum na atualidade, e se prevalece em indivíduos com excesso de peso. A dominância de CAP na população é alta, estudos mostram que existe uma maior prevalência em indivíduos obesos. Universitários são vulneráveis a desenvolver transtornos alimentares, fase de descobertas e interação social, se sentem pressionados a seguir modelos implantados pela sociedade. Estudo foi realizado com 85 estudantes de ambos os sexos, foram auto-referidos: idade, peso e altura, utilizou-se o Índice de Massa Corpórea para diagnóstico nutricional. A amostra foi composta 75% de mulheres, e 25% por homens. De acordo com o questionário ECAP 34% dos indivíduos apresentaram CAP, enquanto 66% não apresentaram. Verificou-se que na análise bruta, o predomínio de CAP foi maior entre mulheres com 23%, com idade entre 18 a 25 anos. A maior prevalência de IMC foi Obesidade Grau I com 19% no geral. Torna-se evidente que a população universitária é importante alvos de estudo.

## PALAVRAS - CHAVE

Universitários, Compulsão Alimentar, Obesidade

## 1. INTRODUÇÃO

A obesidade é um dos problemas mais sérios da atualidade. A desnutrição que antes era um fator preocupante, hoje tem se tornado cada vez menor em países em desenvolvimento. Segundo Popkin (1993) *apud* Philippi e Alvarenga (2004), a transição nutricional diz respeito as mudanças seculares nos padrões nutricionais que resultam em transformações na estrutura da dieta de uma população. Nas últimas décadas, grandes alterações econômicas e demográficas aconteceram, mas entender as relações entre elas, incluindo os parâmetros socioeconômicos e epidemiológicos é uma tarefa complexa.

No Brasil, 36% da população é obesa ou apresenta-se com sobrepeso. Segundo o estudo sobre Orçamentos Familiares (POF), desenvolvidos pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), no período de 2008-2009, os dados mostram que a partir de 1974 a população acima de 20 anos de idade passou a apresentar sobrepeso ou obesidade (IBGE, 2011). Em decorrência, verifica-se o crescimento da morbimortalidade por Doenças Crônicas Não-Transmissíveis (DCNT) destacando-se, diabetes, doenças cardiovasculares e doença respiratória crônica (DUNCAN et al., 2012).

De acordo com Baldam et al. (2012), no estudo de transtornos alimentares, fatores como predisposições genéticas, vulnerabilidades biológicas e psicológicas, além de aspectos socioculturais são de suma importância na compreensão da patogenia. A relação emocional entre o indivíduo e o alimento começa na infância, com o aleitamento materno, e segue por toda a vida. A ligação social, por sua vez, está no ato de dividir as refeições em grupo, celebrar datas comemorativas, entre outros aspectos que fortaleçam a união entre os indivíduos e os alimentos consumidos. Assim, a prática de comer não trata-se apenas de suprir uma necessidade energética, mas também de utilizar um alimento como um meio de se socializar (FLANDRIN; MONTANARI, 1998).

No que tange aos aspectos psicológicos, Horta (1996) define o conceito de “comida da alma” como aquela capaz de consolar a dor, a depressão e a tristeza pequena. É difícil determinar a intensidade das razões envolvidas no processo de ganho excessivo de peso de um indivíduo, sendo, porém, os aspectos emocionais cada vez mais relacionados e decisivos para o desencadeamento da obesidade (ZINN, 2002).

Segundo Vieira e Meyer (2013) existem subgrupos de indivíduos obesos que possuem padrões disfuncionais de alimentação e, por isso, desenvolvem transtornos alimentares como: Compulsão Alimentar Periódica (CAP). A compulsão alimentar foi descrita pela primeira vez por Stunkard, em 1959, como uma forma patológica de hiperfagia que acometia alguns pacientes obesos (COUTINHO, 2006).

De acordo com o Vitolo, Bortoline e Horta (2006), a CAP é caracterizada quando os indivíduos consomem uma quantidade exagerada de alimentos em um curto intervalo de tempo (em geral, até 2 horas, por pelo menos 2 dias da semana, em um período de 6 meses). Essas alterações são acompanhadas da perda de controle sobre o seu comportamento alimentar, porém, sem apresentar as características purgativas da bulimia. Um indicador da perda de controle é a incapacidade de evitar

comer ou de parar de comer depois do início (VIEIRA; MEYER, 2013). O tipo de alimento consumido durante os episódios de compulsão alimentar depende do indivíduo, embora geralmente seja mais caracterizada pelo exagero na quantidade de alimento consumido, do que pela fissura por um nutriente específico (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014).

A Compulsão Alimentar Periódica é frequente entre os indivíduos obesos que buscam tratamento, tendo, porém, se tornado comum entre adolescentes e estudantes universitários. A adoção de dietas radicais ajuda a desenvolver a CAP nesses indivíduos. No Brasil, entre os pacientes que procuram tratamento para emagrecer, entre 15 e 22 % apresentam o transtorno (VIEIRA; MEYER, 2013).

Atualmente, a CAP é avaliada por alguns instrumentos sendo, um deles, a Escala de Compulsão Alimentar Periódica (ECAP) que foi traduzida e adaptada para a língua portuguesa. Esta ferramenta permite identificar o transtorno de compulsão alimentar periódica, por meio de um questionário otimizado com 16 questões (FREITAS et.al., 2001).

Assim, o objetivo dessa pesquisa foi desenvolvida com o intuito avaliar possíveis casos de CAP em universitários e associar com idade e gênero.

## **2. MATERIAIS E MÉTODOS**

A população estudada compreendeu universitários de ambos os sexos da União das Faculdades dos Grandes Lagos- UNILAGO, na cidade de São José do Rio Preto-SP. Trata-se de uma pesquisa de caráter quantitativa. Contou com a participação voluntária de 85 estudantes, matriculados na unidade.

Por meio de um processo aleatório, a pesquisadora de nutrição compareceu às salas de aulas dos diferentes cursos e solicitou a docente a permissão para o preenchimento do questionário de autoaplicável desenvolvido por (Gormally et al., 1982). O questionário é constituído em etapas. Foram definidas as características da CAP, originando um grupo com 16 itens de diferentes grupos. A cada afirmativa corresponde um número de pontos de 0 a 3, abrangendo desde a ausência ("0") até a gravidade máxima ("3") da CAP. O escore final é o resultado da soma dos pontos de cada item.

Junto com o questionário, foi entregue o termo de consentimento Livre e esclarecido de acordo com o Conselho Regional de Saúde e com Resolução 466/2012, em duas vias, sendo uma entregue ao sujeito participante e a outra arquivada pelo pesquisador, com a concordância de participar do estudo, com a plena liberdade de aceitar ou não fazer parte da pesquisa. Foi assegurado aos entrevistados a preservação e anonimato. A idade, peso e estatura foram auto-referidos.

Para avaliar a associação entre peso e idade na ocorrência de CAP, foi utilizado o IMC, que é obtido pela divisão do peso (quilogramas) pelo dobro da altura (metros). Foram considerados com excesso de peso/obesidade aqueles com IMC maior ou igual a 30kg/m<sup>2</sup>, de acordo com os parâmetros sugeridos pela Organização Mundial da Saúde (2007). Os dados foram expressos em porcentagens e

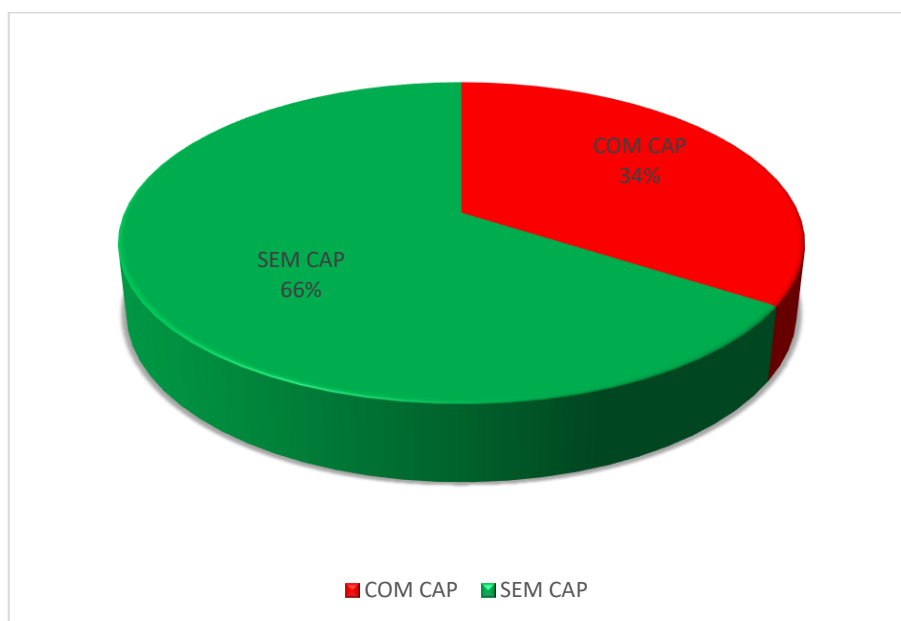
apresentados em gráficos. O trabalho foi aprovado pelo comitê de ética, com parecer n: 2.746.714 de acordo com as normas exigidas.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram abordadas 85 universitários de ambos os sexos, que atendiam os critérios de inclusão para pesquisa, prevaleceu-se o sexo feminino com 75% (n=64), e 25% (n=21) do sexo masculino. A amostra foi composta por indivíduos com idades entre 18 a 50 anos. Estudo feito apenas com Obesos (IMC maior ou igual 30kgm<sup>2</sup>).

De acordo com o questionário ECAP, 34% dos indivíduos apresentaram CAP alcançando uma média de 24 pontos, no entanto, 66% dos universitários não alcançaram a média mínima de 18 pontos para diagnóstico de CAP. Os resultados dos escores do ECAP estão apresentados na figura 1.

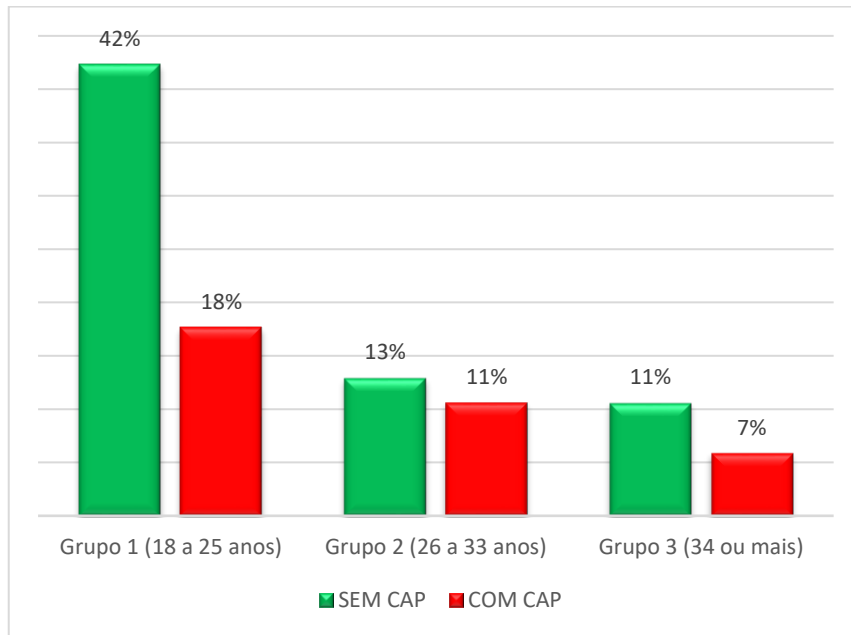
Figura1- Escore total dos universitários com Compulsão Alimentar Periódica.



CAP= compulsão alimentar periódica

A faixa etária predominante dos indivíduos diagnosticados com CAP, foi entre 18 e 25 anos, com 18% de ambos os sexos, sendo 9% em mulheres e 8% os homens. Menores prevalências foram observadas nas faixas etárias entre 34 anos ou mais, com apenas 7%, conforme figura 2.

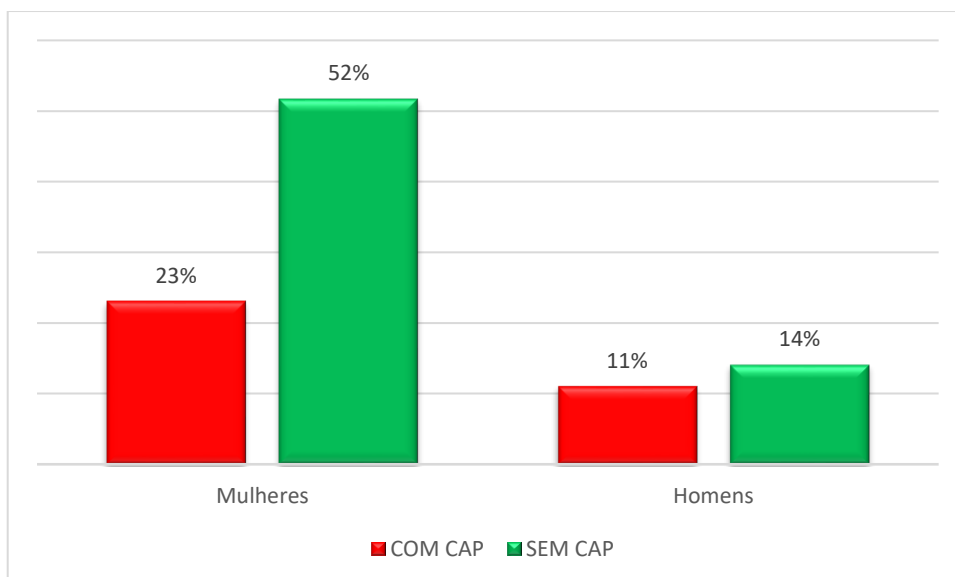
Figura 2- Relação da CAP com a idade dos indivíduos.



CAP= compulsão alimentar periódica

Analisando os gêneros separadamente, 23% das mulheres apresentaram CAP, enquanto os homens 11% dos dados, mostrados na figura 3.

Figura2- Relação da CAP de acordo com sexo.



CAP= compulsão alimentar periódica

Ambos os sexos se destacaram em sua maioria com o diagnóstico nutricional de obesidade Grau I (19%), sendo 12% em mulheres, e 7% nos homens. Os universitários com maiores índices de massa corporal não apresentaram resultados significativos comparados aos demais.

A ocorrência de Compulsão Alimentar na amostra estudada foi de 34%, destacando-se as mulheres com 23% e os homens com 11%, corrobora com valores de outras pesquisas (MACHADO et al., 2008). Neste estudo foram pesquisados Universitários obesos que em sua maioria foram classificados com Obesidade grau I (19%), sendo o sexo feminino com 12%, e o masculino com 7% da amostra.

Apesar de mulheres apresentarem maior prevalência de compulsão alimentar, indivíduos que possuem diagnóstico de compulsão alimentar tendem a apresentar maior peso, devido aos episódios frequentes de consumo exagerado de alimentos (COUTINHO,2006), o que pode justificar a prevalência de obesidade, observada no presente trabalho, cuja realização se deu apenas com indivíduos com excesso de peso. (BARNES, et al., 2011)

Uma prevalência de compulsão alimentar similar a desta pesquisa, foi observada em estudo realizado no Ambulatório de Cirurgia Bariátrica da Universidade de Tocantins com 96 pacientes adultos obesos (80,2% mulheres), o qual obteve prevalência de 44,2% de compulsão alimentar de acordo com a ECAP (COSTA, et al.,2015). Em outro estudo realizado com indivíduos com excesso de peso na Atenção primária Saúde, identificou Compulsão Alimentar em 41,6% com prevalência maior entre mulheres, 51% da amostra tinham obesidade Grau I (IMC menor ou igual a 30)(KLOBUKOSKI; HÖFELMANN, 2017). Já na cidade de São Paulo, em um estudo feito com 217 mulheres participantes de um programa de perda de peso, mostrou que 16% mulheres preencheram critérios para TCAP (BORGES et al., 2002).

Neste trabalho, resultados similares foram encontrados, pois pacientes com critérios para CAP apresentaram altos valores de IMC, dando ênfase nos resultados encontrados na pesquisa.

Estes artigos mostram que a CAP não é incomum entre as mulheres brasileiras comparadas as universitárias, que seguem em direção de um corpo cada vez mais magro, a um padrão de beleza veiculado pelo convívio social, que parece exercer um efeito marcante sobre elas (VITOLLO; BORTOLINI; HORTA, 2006).

Neste estudo verificou-se que os universitários entre 18 a 25 anos foram os mais atingidos pela CAP (17%) as mulheres se destacaram com 9% e os homens 8%. Em uma pesquisa realizada com indivíduos do sexo feminino no sudoeste do Paraná, mostrou que indivíduos entre 20-29 anos apresentaram pontuações mais elevadas de ECAP, o que demonstra um problema eminente no sexo feminino na fase adulta. (WIETZIKOSKI, et al., 2014).

Este fato tem grande repercussão entre os artigos, que em sua maioria, referem-se o gênero feminino como uma população de risco, comparada aos do gênero masculino. Em um estudo feito com trabalhadores de um município do nordeste do Brasil, agora com homens e mulheres, verificou

similaridade em ambos os sexos, porém os mais jovens (até 35 anos de idade) apresentaram prevalência 2 vezes maior que indivíduos acima de 35 anos, o que justifica menores prevalências observadas na faixa etária de (34 anos ou mais) deste estudo, semelhante a maioria dos artigos existentes.

Adicionalmente, é importante destacar que o uso exclusivo da ECAP não permite diagnosticar a presença de compulsão alimentar, pois o diagnóstico precisa ser confirmado por uma entrevista clínica seguindo os critérios estabelecidos no Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, V edição (DSM-5, 2014) Contudo, com sua aplicação é possível realizar o rastreamento da compulsão alimentar, avaliar a evolução do tratamento e auxiliar no planejamento de estratégias terapêuticas mais adequadas a esses pacientes.

Outra limitação a ser destacada foi a impossibilidade de uma análise igual por sexo, pois as mulheres participaram com 75% da pesquisa, enquanto a população masculina (25%) que foi pequena para esse tipo de análise. Contudo, conforme mostram outros estudos (GOMES, et al., 2011) há baixos índices em meios percentuais que relacionam os homens com a CAP o que explica a pequena amostra masculina na população estudada.

Apesar das limitações informadas, a presente pesquisa contribuiu para destacar a magnitude da compulsão alimentar em indivíduos com excesso de peso e estimular a identificação dessas pessoas, poderá servir de embasamento para estudos futuros mais detalhados. Torna-se evidente, a partir dos resultados aqui discutidos, que a população universitária também pode ser foco de estudos, para que se criem ações para minimizar o sofrimento ligado aos mesmos.

#### **4. CONCLUSÃO**

Diante dos resultados elucidados, nota-se uma grande incidência de CAP em universitários associados a obesidade, em especial as mulheres, que tiveram a maior proporção de casos. O questionário autoaplicável ECAP mostrou-se útil e de fácil aplicação para estudos com o objetivo de identificar indivíduos de risco. O transtorno alimentar requer cuidados multidisciplinares, sendo importante a terapia comportamental, prática de atividade física, e acompanhamento com nutricionista. Faz se importante, portanto o desenvolvimento de novas reflexões e pesquisas acerca do tratamento mais adequado.

## 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **DSM-5: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais**. Artmed Editora, 2014.

BAIA, F. C et al., Prevalência de excesso de peso em universitários de uma Instituição de Ensino Privada de um município da Amazônia Legal-RO/Brasil. **RBPFEEX-Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, v. 10, n. 58, p. 298-307, 2016.

BALDAM, E. A. P et al. Tratamento da compulsão alimentar relacionada à obesidade. **RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 2, n. 10, 2012.

BARNES, R. D.; BLOMQUIST, K.; GRILO, C. M. Exploring pretreatment weight trajectories in obese patients with binge eating disorder. **Comprehensive psychiatry**, v. 52, n. 3, p. 312-318, 2011

BORGES, M. B F. et al. Binge-eating disorder in Brazilian women on a weight-loss program. **Obesity Research**, v. 10, n. 11, p. 1127-1134, 2002.

CALEGARI, K. Associação entre compulsão alimentar e sedentarismo: fatores que levam a obesidade. **RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 6, n. 35, p. 5, 2012.

COSTA, A. J. R. B.; PINTO, S. L. Transtorno da compulsão alimentar periódica e qualidade de vida de pacientes candidatas a cirurgia bariátrica. **Arquivo Brasileiro Cirurgia**, v. 28, n. 1, p. 52-5, 2015.

COUTINHO, W. F. Avaliação e tratamento da compulsão alimentar no paciente obeso. **Einstein, suppl**, v. 1, p. 49-52, 2006.

DE ABREU SILVA, C. et al., Frequência de aparecimento de critérios sugestivos para transtorno da compulsão alimentar periódica em pacientes atendidos no ambulatório de nutrição da faculdade de nutrição emília de Jesus ferreiro da universidade federal fluminense. **DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde**, v. 13, n. 1, p. 209-222.

DE SOUZA, E. B. Transição nutricional no Brasil: análise dos principais fatores. **Cadernos UniFOA**, v. 5, n. 13, p. 49-53, 2017.

DUCHESNE, M. et al. Evidências sobre a terapia cognitivo-comportamental no tratamento de obesos com transtorno da compulsão alimentar periódica. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, v. 29, n. 1, p. 80-92, 2007.

DUNCAN, B. B., et al. Doenças crônicas não transmissíveis no Brasil: prioridade para enfrentamento e investigação. **Revista de saúde pública**, v. 46, p. 126-134, 2012.



FLANDRIN, J. L.; MONTANARI, M. Da dietética à gastronomia, ou a libertação da gula. **História da alimentação**. São Paulo: Estação Liberdade, p. 885, 1998.

FRANÇA, C. L., et al. Contribuições da psicologia e da nutrição para a mudança do comportamento alimentar. **Estudos de psicologia**, v. 17, n. 2, 2012.

FREITAS, S. et al. Tradução e adaptação para o português da Escala de Compulsão Alimentar Periódica. **Revista brasileira de psiquiatria**, v. 23, n. 4, p. 215-220, 2001.

GOMES, R. et al. Os homens não vêm! Ausência e/ou invisibilidade masculina na atenção primária. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 16, p. 983-992, 2011.

GORMALLY, J. et al. The assessment of binge eating severity among obese persons. **Addictive behaviors**, v. 7, n. 1, p. 47-55, 1982

HORTA, N. **Não é sopa: crônicas e receitas de comida**. Editora Companhia das Letras, 1996.

IBGE, BRASIL. Pesquisa de orçamentos familiares 2008–2009: Análise do consumo alimentar pessoal no Brasil. **Rio de Janeiro: IBGE**, 2011.

IBGE. **Consumo Alimentar: Antropometria /IBGE 1978-** Disponível em: <<https://biblioteca.ibge.gov.br/biblioteca> >. Acesso em: 06 Junho 2018.

KLOBUKOSKI, C. HÖFELMANN, D A. Compulsão alimentar em indivíduos com excesso de peso na Atenção Primária à Saúde: prevalência e fatores associados. **Caderno. Saúde coletiva, (Rio J.)**, v. 25, n. 4, p. 443-452, 2017.

LEITÃO, M. et al., Comportamento alimentar, compulsão alimentar, história de peso e estilo de vida: diferenças entre pessoas com obesidade e com uma perda de peso bem-sucedida Eating behavior, binge eating, weight history and lifestyle: differences between people. **Alimentos e Nutrição Araraquara**, v. 24, n. 4, p. 393-401, 2015.

MACHADO, C. E et al. Compulsão alimentar antes e após a cirurgia bariátrica Binge eating before and after bariatric surgery. **ABCD: Arquivos Brasileiros de Cirurgia Digestiva**, v. 21, n. 4, p. 185-191, 2008.

MOSCA, L. N et al., Compulsão alimentar periódica de pacientes em tratamento para redução de peso. **J Health Sci Inst**, v. 28, n. 1, p. 59-63, 2010.

NUNES, R. M. Transtorno da compulsão alimentar periódica (TCAP) e a abordagem da Terapia Cognitiva Comportamental (TCC). **Revista Psiquiatria**, v. 25, n. 3, p. 166-70, 2012.

PHILIPPI, S. T.; ALVARENGA, M. **Transtornos Alimentares - Uma visão Nutricional**. Barueri SP: Manole, 2004.

Prevalência de compulsão alimentar periódica em indivíduos do sudoeste do Paraná **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**, v. 18, n. 3, p. 173-179, 2014.

STUNKARD, A. J. Eating patterns and obesity. **Psychiatric Quarterly**, v. 33, n. 2, p. 284-295, 1959.

VIEIRA, A. E; MEYER, E. Considerações a respeito da terapia cognitivo-comportamental e do transtorno de compulsão alimentar periódica. **Artigo apresentado ao Programa de Pós-Graduação da Wainer & Piccoloto como requisito parcial para obtenção do grau de Especialista em Psicologia Clínica**, 2013.

VITOLLO, M R; BORTOLINI, G. A; HORTA, R. L. Prevalência de compulsão alimentar entre universitárias de diferentes áreas de estudo. **Revista Psiquiatria Rio Grande do Sul**, v. 28, n. 1, p. 20-6, 2006.

WIETZIKOSKI, E. C. et al. Prevalência de compulsão alimentar periódica em indivíduos do sudoeste do Paraná **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**, v. 18, n. 3, p. 173-179, 2014

ZINN, L. D. **sabor e Família**. São Paulo: Arx, 2002.

ZUNKER, C. et al., Ecological momentary assessment of bulimia nervosa: Does dietary restriction predict binge eating. **Behaviour research and therapy**, v. 49, n. 10, p. 714-717, 2011.