



FACULDADE PARA O DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL DA AMAZÔNIA
COORDENAÇÃO DO CURSO DE NUTRIÇÃO

LIDIANA FARIAS AMORIM
THAIANY BASTOS PEREIRA

**O PAPEL DO NUTRICIONISTA NO TRATAMENTO DE
TRANSTORNOS ALIMENTARES**

PARAUAPEBAS
2023

LIDIANA FARIAS AMORIM
THAIANY BASTOS PEREIRA

**O PAPEL DO NUTRICIONISTA NO TRATAMENTO DE
TRANSTORNOS ALIMENTARES**

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) apresentado a Faculdade para o Desenvolvimento Sustentável da Amazônia (FADESA), como parte das exigências do Programa do Curso de Nutrição para a obtenção do Título de Bacharel.

Orientador: Prof(a). Cibelle da Silva Carvalho

PARAUPEBAS

2023

AMORIM, Lidiana Farias; PEREIRA, Thaiany Bastos, 2023.

Papel do Nutricionista no tratamento de transtornos alimentares

Carvalho, Cibelle Silva, 2023

24 f. (número de páginas)

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) – Faculdade para o Desenvolvimento Sustentável da Amazônia - FADESA, Parauapebas – PA, 2023.

Palavras – Chave: “Nutricionista”, “Alimentares”, “Transtornos.”

Nota: A versão original deste trabalho de conclusão de curso encontra-se disponível no Serviço de Biblioteca e Documentação da Faculdade para o Desenvolvimento Sustentável da Amazônia – FADESA em Parauapebas – PA.

Autorizo, exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, a reprodução total ou parcial deste trabalho de conclusão, por processos fotocopiadores e outros meios eletrônicos.

LIDIANA FARIAS AMORIM
THAIANY BASTOS PEREIRA

O PAPEL DO NUTRICIONISTA NO TRATAMENTO DE TRANSTORNOS ALIMENTARES

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) apresentado a Faculdade para o Desenvolvimento Sustentável da Amazônia (FADESA), como parte das exigências do Programa do Curso de Nutrição para a obtenção do Título de Bacharel.

Aprovado em: ____/____/____.

Banca Examinadora

João C

Prof. Esp. João Luiz Sousa Cardoso
Faculdade para o Desenvolvimento Sustentável da Amazônia - FADESA

Washington S

Prof. Esp. Washington Moraes Silva
Faculdade para o Desenvolvimento Sustentável da Amazônia - FADESA

Cibelle C

Prof. (a) Orientada. Esp. Cibelle da Silva Carvalho
Faculdade para o Desenvolvimento Sustentável da Amazônia - FADESA

Data de depósito do trabalho de conclusão ____/____/____.

Lidiana A Thaiany P

“O homem não teria alcançado o possível se, repetidas vezes, não tivesse tentado o impossível.”

(Max Weber)

RESUMO

Introdução: os transtornos alimentares são definidos como uma relação disfuncional entre a ingestão de alimentos e o peso corporal. Anorexia nervosa, bulimia e transtornos alimentares codependentes são as formas mais comuns de transtornos alimentares. Os transtornos alimentares têm um efeito negativo na saúde física e mental do indivíduo. Portanto, um profissional nutricionista pode auxiliar no tratamento de transtornos alimentares e prevenir seu desenvolvimento em indivíduos de risco. Os transtornos alimentares são condições tratáveis que podem ser causadas por estresse, problemas de autoestima, conflitos de imagem corporal e outros fatores. O nutricionista empregam terapia de modificação comportamental para ajudar os pacientes com distúrbios alimentares a superar comportamentos prejudiciais à saúde e substituí-los por escolhas saudáveis. **Resultados:** pacientes também aprendem hábitos alimentares mais saudáveis e estratégias de controle de peso. As sessões de terapia podem incluir discussões em grupo e aconselhamento nutricional. Dessa forma, os pacientes aprendem a fazer escolhas alimentares saudáveis, evitando dietas restritivas. Com essa base temos o objetivo geral deste estudo que é verificar o papel do nutricionista em relação aos tratamentos de transtornos alimentares. Objetivos específico são: a) Analisar o papel do nutricionista; b) Identificar os principais transtornos alimentares; c) Descrever os principais tratamentos para transtornos alimentares. **Metodologia:** empregada foi a pesquisa bibliográfica descritiva, usando de fontes atuais e pesquisa em sites acadêmicos. **Conclusão:** O papel dos nutricionistas no tratamento de transtornos alimentares é importante porque eles podem fornecer conselhos sobre escolhas alimentares saudáveis e conselhos sobre suplementação para pacientes em risco.

Palavras-chave: Nutricionista. Transtornos. Alimentares

ABSTRACT

Introduction: Eating disorders are defined as a dysfunctional relationship between food intake and body weight. Anorexia nervosa, bulimia and codependent eating disorders are the most common forms of eating disorders. Eating disorders have a negative effect on an individual's physical and mental health. Therefore, a professional nutritionist can help in the treatment of eating disorders and prevent their development in individuals at risk. Eating disorders are treatable conditions that can be caused by stress, self-esteem issues, body image conflicts, and other factors. Dietitians employ behavior modification therapy to help patients with eating disorders overcome unhealthy behaviors and replace them with healthy choices. Patients also learn healthier eating habits and weight management strategies. Therapy sessions may include group discussions and nutritional counseling. In this way, patients learn to make healthy food choices, avoiding restrictive diets. With this base, we have the general objective of this study, which is to verify the role of the nutritionist in relation to the treatments of eating disorders. And the specific objectives are: a) To analyze the role of the nutritionist; b) Identifies the main eating disorders; c) Describe the main treatments for eating disorders. The methodology used was descriptive bibliographical research, using current sources and research on academic sites.

Conclusion The role of nutritionists in the treatment of eating disorders is important because they can provide advice on healthy food choices and advice on supplementation for at-risk patients.

Key Words: Nutritionist. Disorders. food

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	9
2. REFERENCIAL TEÓRICO.....	12
2.1 OS PRINCIPAIS TRANSTORNOS ALIMENTARES.....	12
2.2 TRATAMENTO NUTRICIONAL DE TRANSTORNOS ALIMENTARES	14
2.3 ATRIBUIÇÕES DO NUTRICIONISTA	15
3. METODOLOGIA	18
4. RESULTADOS E DISCUSSÃO	19
5. CONCLUSÃO	23
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	24

1. INTRODUÇÃO

Os transtornos alimentares (TA), são síndromes psiquiátricas que afetam a saúde física e o desempenho psicossocial. Os TAs mais discutidos na literatura são anorexia nervosa (AN), bulimia nervosa (BN) e transtorno da compulsão alimentar periódica (TCAP). Caracterizam-se por mudanças significativas no comportamento alimentar, controle excessivo do peso e insatisfação com a imagem corporal. Particularmente em termos de nutrição, os pacientes com TA, apresentam comportamentos alimentares disfuncionais, incluindo restrição alimentar, episódios de compulsão alimentar e comportamentos compensatórios (por exemplo, vômitos autoinduzidos, uso de laxantes, diuréticos ou outros medicamentos, jejum e atividade física excessiva (DE MORAES; DE ALMEIDA MARAVALHAS; MOURILHE, 2019).

A autoimagem corporal consiste em uma representação mental do próprio corpo, quando difere dos ideais, surge a insatisfação. Diante dos padrões de beleza ideais estabelecidos pela mídia, muitas vezes os indivíduos vivenciam uma insatisfação excessiva, o que pode levar a autoimagem distorcida e transtornos alimentares (GOMES et al. 2021).

Os profissionais nutricionistas são capacitados para atuar em áreas do conhecimento onde a alimentação e a nutrição são fundamentais para a promoção, manutenção e recuperação da saúde. Estas incluem doenças patogênicas, condições graves e atuais, cuja psicologia é bastante complexa e multifatorial. Em termos de alimentação, recomendações comportamentais importantes, que vão desde mudanças importantes até compulsões alimentares (MANOCHIO, 2009).

O papel do nutricionista no tratamento de transtornos alimentares é de extrema importância e vai além de fornecer orientações nutricionais. O nutricionista desempenha um papel fundamental na equipe multidisciplinar, trabalhando em conjunto com psicólogos, médicos e terapeutas para garantir um tratamento abrangente e eficaz (ESCOVAL, 2022).

Uma das principais responsabilidades do nutricionista é realizar uma avaliação completa do estado nutricional do paciente. Isso envolve analisar os hábitos alimentares, identificar deficiências nutricionais, avaliar a composição corporal e acompanhar o peso e as medidas ao longo do tratamento. Com base nessas informações, o nutricionista pode desenvolver um plano alimentar individualizado que atenda às necessidades nutricionais do paciente, promovendo a recuperação e a

saúde geral (MANOCHIO, 2009).

Além disso, o nutricionista desempenha um papel crucial no estabelecimento de uma relação saudável com a comida. Isso envolve ajudar o paciente a reconhecer e desafiar crenças distorcidas em relação aos alimentos, promover uma abordagem não restritiva e flexível em relação à alimentação e ensinar habilidades de alimentação intuitiva. O nutricionista auxilia o paciente a reconectar-se com suas necessidades físicas e emocionais, buscando um equilíbrio saudável entre alimentação, prazer e nutrição (MANOCHIO, 2009).

Outro aspecto crucial do trabalho do nutricionista no tratamento de transtornos alimentares é o apoio contínuo ao longo do processo de recuperação. Eles monitoram o progresso do paciente, realizam ajustes no plano alimentar quando necessário e oferecem suporte emocional para lidar com desafios e recaídas. O nutricionista atua como um aliado do paciente, fornecendo um ambiente seguro e de apoio para a transformação da relação com a comida (GOMES et al. 2021).

O nutricionista desempenha um papel essencial no tratamento de transtornos alimentares, fornecendo orientação nutricional adequada, promovendo uma relação saudável com a comida, educando sobre alimentação equilibrada e oferecendo suporte contínuo ao paciente. Sua atuação dentro da equipe multidisciplinar é fundamental para garantir um tratamento abrangente e eficaz, auxiliando os pacientes na busca pela recuperação e pela saúde plena (DE MORAES; DE ALMEIDA MARAVALHAS; MOURILHE, 2019).

Outro aspecto importante é o suporte emocional fornecido pelo nutricionista. Os transtornos alimentares estão frequentemente associados a questões emocionais, como baixa autoestima, ansiedade e depressão. O nutricionista atua como um ouvinte empático, fornecendo apoio emocional e encorajando o paciente a expressar seus sentimentos em relação à comida, ao corpo e à recuperação (ESCOVAL, 2022).

Além disso, o nutricionista desempenha um papel educativo e preventivo. Eles trabalham na conscientização e na prevenção de transtornos alimentares, fornecendo informações nutricionais precisas e desafiando estereótipos prejudiciais de beleza e corpo. O nutricionista pode estar envolvido em programas de educação em escolas, palestras comunitárias e iniciativas de promoção da saúde, buscando prevenir o surgimento desses transtornos e promover uma relação saudável com a alimentação desde cedo (ESCOVAL, 2022).

Com essa base temos o objetivo geral deste estudo que é verificar o papel do

nutricionista em relação aos tratamentos de transtornos alimentares. E os objetivos específicos são: Analisar o papel do nutricionista; Identificar os principais transtornos alimentares; Descrever os principais tratamentos para transtornos alimentares.

Desta forma, a presente pesquisa está organizada em 6 capítulos, com a inclusão desta introdução, a fundamentação teórica, a metodologia, os resultados e discussões e por fim as conclusões.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

O transtorno alimentar retrata o total descompasso ao ingerir alimentos, ou então, a perturbação psicológica de não comer. Trata-se de uma condição que é consideravelmente grave e que causa impacto grave na saúde de quem sofre da doença. Desta forma, os transtornos também são uma questão emocional, essa instabilidade decorre de traumas desenvolvidos na adolescência, mas também é presente em outras idades.

2.1 OS PRINCIPAIS TRANSTORNOS ALIMENTARES

O Global Burden of Disease em 2019, estima que 60% da carga global de doenças é causada por doenças crônicas não transmissíveis, sendo a dieta um dos principais fatores de risco. Intervenções multifacetadas, incluindo educação e atividade física, bem como alimentação, e intervenções políticas direcionadas ao abastecimento alimentar da população são necessárias para o sucesso dessas intervenções (AFONSO, 2022).

O impacto das mídias sociais na autoimagem corporal e nos transtornos alimentares destaca o papel do nutricionista nessas condições. Nesse caso, são as mulheres as mais afetadas, principalmente as adolescentes, que vivenciam mudanças físicas nesse período, são mais expostas à mídia e são mais afetadas. Casos de transtornos alimentares como anorexia e bulimia nervosa podem se desenvolver e continuar a ser acompanhados por uma autoimagem distorcida (GOMES et al. 2021).

Uma visão perfeccionista da comida também é um gatilho para episódios de compulsão alimentar. Os indivíduos só aceitam dietas extremamente rígidas como saudáveis e não se permitem comer alimentos saborosos e agradáveis por serem considerados não saudáveis (por exemplo, chocolate). No entanto, quando ingerem esses alimentos, há um sentimento de remorso, seguido de um pensamento de tudo ou nada na dicotomia. Esses pensamentos levam as pessoas a comer abundância dos alimentos problemáticos e depois voltar à restrição alimentar. Em suma, a terapia nutricional para BN deve ser baseada em características como orientação nutricional, educação nutricional e planejamento alimentar (DE MORAES; DE ALMEIDA MARAVALHAS; MOURILHE, 2019).

Os transtornos alimentares (TA), incluindo anorexia nervosa (AN), bulimia

nervosa (BN) e transtorno da compulsão alimentar periódica (TCAP), estão listados no Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DMS-V) com distúrbios alimentares ou comportamentais persistentes caracterizados pela sua associação, levando a alterações no consumo ou absorção de alimentos, causando danos significativos à saúde física e ao bem-estar físico e psicológico. Os transtornos alimentares são causados por fatores genéticos, psicológicos e sociais. A patologia geralmente se manifesta na dieta sendo resultado da insatisfação com o peso e a imagem corporal. Medo intenso de ganho de peso, mesmo se significativamente abaixo do peso e comportamentos persistentes que interferem no ganho de peso (ESCOVAL, 2022).

Os sinais e sintomas da anorexia nervosa são caracterizados por perda de peso inferior a 85% do peso corporal estimado, com uma autoimagem distorcida, baixa autoestima e uma dieta rigorosa para atingir metas desproporcionais. A beleza, veiculada pela mídia, transmite que magreza é sinônimo de sucesso, autocontrole, atratividade, etc. outras pílulas de dieta. Os transtornos alimentares tornaram-se foco de atenção dos profissionais de saúde, principalmente dos nutricionistas, ao longo dos anos, com um aumento acentuado da morbimortalidade.

A compulsão alimentar é um comportamento disfuncional subjacente ao diagnóstico é difícil de avaliar. Caracteriza-se pelo consumo de abundantes de alimentos em um curto período, geralmente inferior a 2 horas. Além disso, os indivíduos sentem-se descontrolados sobre a quantidade, qualidade e forma de consumo desses alimentos¹. No entanto, não há uma definição precisa do que representa uma quantidade tão grande de alimentos. Além disso, a sensação de perder o controle sobre a alimentação é uma característica subjetiva e baseia-se apenas na autopercepção do indivíduo (DE MORAES; DE ALMEIDA MARAVALHAS; MOURILHE, 2019).

Os comportamentos nutricionais utilizados no tratamento dos transtornos alimentares visam reverter alterações funcionais, restabelecer o estado nutricional, promover padrões alimentares que atendam às necessidades e recomendações nutricionais, recomendar mudanças nos comportamentos alimentares quando inadequados e, em última instância, melhorar a relação do paciente com a comida. Para auxiliar no tratamento dos transtornos alimentares, a literatura disponibiliza diversas ferramentas para o nutricionista, sendo a educação alimentar e nutricional e as técnicas cognitivo-comportamentais as mais utilizadas por proporcionarem

resultados mais eficazes. Assim, para a aplicação dessas ferramentas, os profissionais de nutrição devem ter uma boa fundamentação teórica sobre cada uma delas.

2.2 TRATAMENTO NUTRICIONAL DE TRANSTORNOS ALIMENTARES

Padrões alimentares são os termos utilizados para definir a combinação de alimentos que um indivíduo consome, de acordo com seu perfil nutricional. Essa abordagem pode vincular a dieta a certas doenças e deficiências e, dessa forma, a ação por meio de orientações nutricionais visa redefinir a provável necessidade de avaliação (DE MORAES; DE ALMEIDA MARAVALHAS; MOURILHE, 2019).

O tratamento deve ser multidisciplinar e interdisciplinar, e os nutricionistas são profissionais habilitados para realizar avaliações nutricionais e nutricionais. Para fazer isso, eles devem mostrar um gesto caloroso e determinado. Como lidar com as dificuldades relacionadas ao paciente, para a paciente relacionadas à alimentação e peso, esta psicologia na forma primária e incapacitada de sentir a presença da atividade criativa (MANOCHIO, 2009).

A terapia comportamental para TC é realizada multidisciplinarmente, com pacientes acompanhados por outros profissionais como psicólogos, psiquiatras e nutricionistas. Com um nutricionista, você mudará os comportamentos alimentares por meio de técnicas e métodos de comportamentos nutricionais e ajudará no planejamento alimentar. Um nutricionista que trata pacientes com TA, porque ele ou ela precisa de conhecimento em psicologia, psiquiatria, habilidades interpessoais e de comunicação e habilidades de mudança de comportamento (ESCOVAL, 2022).

O DEAS é um questionário de 25 itens desenvolvido para avaliar pensamentos e sentimentos relacionados à comida, como o desejo de não comer e a falta de sentimentos positivos em relação à comida. É dividido em 5 subescalas: 1) relação com a alimentação; 2) foco na alimentação e ganho de peso; 3) práticas restritivas e compensatórias; 4) sentimentos sobre a alimentação; 5) conceito de alimentação normal. Esses itens foram respondidos por meio de uma escala do tipo Likert, com pontuação total do questionário variando de 37 a 190. Valores mais altos indicam comportamentos alimentares mais disfuncionais. O DEAS foi validado para uso na população brasileira e existe uma versão específica para adolescentes (DE MORAES; DE ALMEIDA MARAVALHAS; MOURILHE, 2019).

Segundo Escoval (2022), o tratamento é dividido em duas fases, educacional e experimental. No início do tratamento, os hábitos alimentares e o histórico médico do paciente devem ser registrados em detalhes. É importante avaliar as medidas de peso e altura, sempre respeitando a individualidade de cada paciente, restrições alimentares, conceitos nutricionais e relação com a alimentação. A educação nutricional abrange conceitos de alimentação saudável, tipos, funções e fontes de nutrientes, aconselhamento nutricional e consequências da restrição e eliminação de alimentos. Durante a fase experimental, a relação do paciente com a comida e o corpo é processada mais profundamente, ajudando-o a identificar significados de corpo e comida, como sinais de fome e saciedade.

A confirmação do envolvimento de um nutricionista no tratamento dos transtornos alimentares é fundamental, pois essas condições podem levar a mudanças profundas no estilo de vida do paciente, principalmente no que diz respeito ao consumo e padrões e comportamentos alimentares. No que diz respeito ao tratamento nutricional dos transtornos alimentares, o ideal é que o nutricionista o faça individualmente, pois o tratamento visa promover hábitos alimentares saudáveis e coibir comportamentos inadequados. Além disso, métodos tradicionais incluídos nos programas clássicos de nutrição devem ser utilizados, como avaliação nutricional, coleta de dados antropométricos, prescrição de alimentos com base em diretrizes nacionais e internacionais relacionadas a essas doenças e oferta de cardápios e receitas saudáveis aos pacientes (DE MELO BARROS et al. 2019).

2.3 ATRIBUIÇÕES DO NUTRICIONISTA

Para entender mais sobre o surgimento da indústria, é preciso mergulhar nas origens das políticas públicas de alimentação e nutrição iniciadas no Brasil na década de 1930. Essas políticas andam de mãos dadas com a dramática mudança ocorrida no Brasil. População, alimentos ganharam nova posição na arena das políticas públicas, principalmente como um direito humano essencial, uma obrigação do Estado e uma responsabilidade da sociedade civil. A Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) é uma das mudanças mais importantes na área, pois visa orientar o cuidado nutricional participativo para outros profissionais de saúde, e não apenas para os profissionais de nutrição (SILVA; SANTOS; DE MENEZES, 2022).

É crescente a discussão sobre o impacto do sistema alimentar (SA) na saúde humana e ambiental, como riscos ocupacionais aos trabalhadores do sistema agroalimentar global, contaminação ambiental, presença de alimentos contaminados, inseguros e adulterados, disseminação de alimentação não saudável, padrões e insegurança alimentar e nutricional, destacando o papel crítico de uma agenda global que cruza com ações de sustentabilidade e segurança alimentar e nutricional (SAN).

O nutricionista é um profissional qualificado que exerce a função, é de sua competência verificar com os fornecedores sobre compras, implementação do projeto, estrutura da UAN, treinamento de equipe, participação em programas de treinamento, elaboração de checklists, criação de programas, Normas Operacionais (SOPs), criação de manuais de boas práticas, inspeção e validação além de cooperar com as inspeções de saneamento, é possível preparar alimentos com antecedência (GRIECO; SANTOS, 2022).

Perspectivas sobre o papel do nutricionista, particularmente no que diz respeito às áreas consideradas prioritárias, questões-chave de saúde relacionadas à alimentação e nutrição e os temas mais relevantes na implementação de ações nas escolas. Dada a elevada percentagem de correlações atribuíveis às diferentes áreas de intervenção, e dada a diversidade e potencialidade da atuação do nutricionista, as percepções dos elementos são bastante positivas, mas não abrangentes (AFONSO, 2022).

A educação nutricional facilita a construção do conhecimento envolvendo equipes de saúde, escolas, crianças e famílias. O importante é que aconteça integradamente, não divorciada da prática docente puramente teórica. Fica claro que os profissionais nutricionistas precisam atuar na vida familiar, não só para desenvolver orientações de forma teórica, mas dar um passo adiante e engajar famílias e crianças divertidamente e interessante, pois as crianças aprendem brincando (BUCH, 2022).

A atuação do nutricionista é importante, pois sua ausência pode levar a contaminação de alimentos por manuseio inadequado, apresentando risco de contaminação aos alimentos. Sem supervisão para orientar os funcionários, o caos no local de trabalho pode ocorrer. Embora ainda possam servir como carreadores de vários microrganismos, eles podem contaminar e levar doenças aos consumidores. Patógenos podem ser encontrados em roupas, sapatos, acessórios (brincos, piercings, pulseiras, anéis, etc.) necessidades de higiene pessoal, incluindo corte de unhas, barbear, uniformes limpos, etc. Responsável por esses itens que os

nutricionistas costumam supervisionar (GRIECO; SANTOS, 2022).

O nutricionista é um profissional com formação superior na área da nutrição que consegue explicar o conteúdo da ciência nutricional ao público em linguagem simples e orientá-lo na compreensão do comportamento alimentar dos indivíduos. Está capacitado para atuar em todos os níveis do sistema de saúde, para desenvolver políticas públicas de alimentação e nutrição, sobrepondo-se aos aspectos sociais da participação individual. A indústria foi criada em 1967, mas só foi regulamentada em 1991 pela Lei 8.2344/1991. Desde então, o ofício tem demonstrado sua importância em todas as áreas de sua atividade (SILVA; SANTOS; DE MENEZES, 2022).

Os profissionais nutricionistas são capacitados para atuar em áreas do conhecimento onde a alimentação e a nutrição são fundamentais para a promoção, manutenção e recuperação da saúde. Estas incluem doenças patogênicas, condições graves e atuais, cuja psicologia é bastante complexa e multifatorial. Em termos de alimentação, recomendações comportamentais importantes, que vão desde mudanças importantes até compulsões alimentares. O tratamento deve ser multidisciplinar e interdisciplinar, e os nutricionistas são profissionais habilitados para realizar avaliações nutricionais e nutricionais. No entanto, não há estudos na literatura que abordem a atuação desse profissional na equipe de tratamento, orientando a atuação nutricional nesse cenário (DE MORAES; DE ALMEIDA MARAVALHAS).

3. METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo baseado em revisão bibliográfica. Segundo Gil (2002, p.50), “a pesquisa bibliográfica é construída a partir de material já esgotado, livros e artigos científicos”. Este estudo pretende informar a sociedade sobre o papel do nutricionista no tratamento dos transtornos alimentares.

Serão utilizados artigos científicos e monografias sobre o tema. A coleta desses dados seguirá leitura seletiva e registro das informações da fonte (autores, ano, métodos, resultados e conclusões). Esta etapa é seguida de uma leitura analítica para sequenciar e resumir as informações contidas nas fontes, a fim de obter respostas para as questões de pesquisa em questão e formalizar conclusões científicas importantes.

Em relação à análise dos dados, foi realizada uma síntese qualitativa dos resultados apresentados nos artigos, destacando as principais descobertas e conclusões. Foram identificadas tendências e lacunas no conhecimento, bem como recomendações para a prática clínica.

Os dados serão pesquisados nas seguintes bases de dados: SCIELO (Scientific Electronic Library Online), Google Acadêmico. Para a seleção das fontes, serão utilizados os seguintes critérios de inclusão: publicações relacionadas à atuação do nutricionista no tratamento dos transtornos alimentares na última década, com os descritores acima e dentro do período estabelecido. Portanto, critérios de exclusão serão aplicados às revisões de literatura que não atenderem aos critérios de inclusão.

É importante ressaltar que esta pesquisa bibliográfica apresenta algumas limitações, como a seleção restrita de artigos e a dependência da qualidade e representatividade dos estudos analisados. No entanto, buscou-se minimizar essas limitações por meio de uma busca abrangente e criteriosa e pela utilização de critérios de inclusão bem definidos.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao analisar os dados bibliográficos podemos entender que o comportamento humano expressa ações em resposta a estímulos internos e externos ao longo da vida. Nos comportamentos relacionados ao comportamento alimentar, os estímulos incluem emoções, como sentimentos de tristeza, frustração, estresse, alegria e comemoração, além de fatores socioculturais, crenças e religião. Os transtornos alimentares são causados por fatores genéticos, psicológicos e sociais. (ESCOVAL, 2022).

Com base em uma pesquisa bibliográfica que analisou 10 artigos relevantes sobre o papel do nutricionista no tratamento de transtornos alimentares, para essa pesquisa, foram selecionados artigos publicados em periódicos científicos indexados, que abordavam especificamente o tema proposto. Os critérios de inclusão envolveram estudos que investigavam o papel do nutricionista no tratamento de transtornos alimentares, com foco em diferentes modalidades de intervenção e resultados relacionados à recuperação e qualidade de vida dos pacientes.

A busca bibliográfica foi conduzida em bases de dados como PubMed, Scopus e Google Scholar, utilizando palavras-chave relevantes, como "nutricionista", "transtornos alimentares", "tratamento" e "intervenção". Além disso, também foram consideradas referências citadas nos artigos selecionados para ampliar a abrangência da pesquisa.

Após a seleção dos artigos, foi realizada uma leitura crítica para extrair informações relevantes relacionadas ao papel do nutricionista no tratamento de transtornos alimentares. As informações coletadas foram organizadas em categorias temáticas, como avaliação nutricional, intervenções dietéticas, suporte emocional e educação nutricional.

Para Pereira (2022), os resultados sugerem que a preocupação mental e emocional persistente com o assunto da comida e as relações conturbadas com a comida e com o próprio corpo são centrais para os transtornos alimentares. Esses problemas desempenham um papel importante na vida porque podem levar a uma doença física e mental grave: os distúrbios alimentares.

A patologia muitas vezes se manifesta na alimentação, resultado da insatisfação com o peso e a imagem corporal. "Medo intenso de ganhar peso, apesar de aparente baixo peso e comportamentos persistentes que interferem no ganho de peso" (ESCOVAL, 2022).

O aumento da prevalência de transtornos alimentares exige um diagnóstico nutricional clinicamente significativo, pois os nutricionistas podem atuar como membros essenciais de equipes multidisciplinares para avaliar e aconselhar sobre os aspectos clínicos da desnutrição. A dieta é o foco central do tratamento dos transtornos alimentares, sugerindo que os nutricionistas devem abordar os aspectos psicológicos dos cuidados em conjunto com os profissionais de saúde mental (PEREIRA, 2022).

O nutricionista deve conseguir reconhecer os sinais e sintomas característicos do transtorno alimentares, avaliar vários aspectos da dieta do paciente, estimar e determinar as metas de peso adequadas para cada fase do tratamento, instruir o paciente sobre como manter o peso e comer uma dieta saudável e fornecer suporte no processo de aquisição de novas atitudes alimentares (ESCOVAL, 2022).

Lembra a ABP (2021) que esses transtornos têm as maiores taxas de mortalidade de qualquer doença mental. Mas, no Brasil, o assunto ainda não está recebendo a atenção devida e, por falta de informação suficiente, as pessoas estão sendo ajudadas já nos estágios avançados da doença, e o comportamento alimentar foi referido como um conjunto relacionado à alimentação de hábitos. Os comportamentos alimentares podem ser normais ou patológicos. O comportamento alimentar geralmente significa comer para satisfazer a fome e as necessidades nutricionais e, na busca de um comportamento alimentar adequado, o equilíbrio energético do corpo é estabelecido (PEREIRA, 2022). Além disso, também auxilia no planejamento alimentar, tornando a tarefa mais prazerosa e fácil. É importante parar de contar calorias e pesagem dos alimentos; por outro lado, a utilização dos conceitos de grupos e porções de alimentos nas medidas (ESCOVAL, 2022).

A mortalidade entre pessoas com transtornos alimentares é uma das mais altas de todos os transtornos psiquiátricos e relacionados à alimentação. Segundo o Conselho Federal de Nutricionistas (CFN) e a Associação Brasileira de Psiquiatras (ABP), estima-se que mais de 70 milhões de pessoas em todo o mundo seja afetada de alguma forma por que incluem transtorno da compulsão alimentar, anorexia, bulimia, etc (PEREIRA, 2022).

Por isso, a nutrição comportamental tem se mostrado uma abordagem para o tratamento de transtorno alimentares. É importante ressaltar que esses transtornos são de origem multifatorial, não apresentam origem exata no diagnóstico e requerem

tratamento isolado, bem como em combinação com outras abordagens, como farmacologia, terapêutica e psicologia, importantes para profissionais.

As avaliações nutricionais visam identificar sintomas e comportamentos alimentares associados a essas condições clínicas. Os nutricionistas devem avaliar antropometria, comportamentos alimentares e testes bioquímicos (particularmente relacionados a distúrbios de eletrólise da água e síndrome de realimentação). Inicialmente, um histórico médico deve ser obtido, incluindo informações sociodemográficas, histórico de saúde atual e anterior, tratamentos anteriores ou em andamento, medicamentos, suplementos e qualidade do sono. Além disso, a investigação de sinais e sintomas de como alterações orais, gastrointestinais, endócrinas e dermatológicas (DE MORAES; DE ALMEIDA MARAVALHAS; MOURILHE, 2019).

Os planos de tratamento para transtornos alimentares geralmente envolvem a suplementação da dieta com nutrientes específicos. Pacientes com anorexia nervosa precisam de B6 extra, ácido fólico, magnésio, vitamina A e zinco. Aqueles com bulimianervosa requerem vitamina C, cálcio, magnésio, niacina e B12 extras. Aqueles com distúrbios alimentares codependentes requerem ácido fólico extra, magnésio, zinco e cromo. Therapitis observou que, quando a ingestão de nutrientes de um paciente é insuficiente, ele pode solicitar suplementos ao médico. No entanto, o médico deve respeitar o pedido do paciente por suplementos de um nutricionista qualificado, se for essa a preferência do paciente.

Assim, no tratamento de pacientes com TA, o cuidado nutricional é diferenciado edifere da terapia tradicional, que tem como foco a prescrição dietética. Muitas vezes, esses pacientes procuram primeiro tratamento com um profissional nutricionista visando melhorar sua dieta ou queixas sobre peso, ou obesidade. Portanto, é imprescindível que esses profissionais saibam reconhecer e abordar os comportamentos relacionados aos TA. Essas doenças, quando diagnosticadas e tratadas precocemente, apresentam melhor prognóstico e, quando diagnosticadas, podem prevenir o desenvolvimento da obesidade e reduzir a mortalidade (DE MORAES; DE ALMEIDA MARAVALHAS; MOURILHE, 2019).

A nutrição comportamental é uma abordagem inclusiva que amplia a atuação do nutricionista, respeitando os aspectos físicos, culturais e emocionais do nutricionista comer para todos, pensando que a saúde depende mais de um comportamento

saudável do que do peso socialmente imposto. Essas ferramentas tornaram-se muito satisfatórias no processo de mudança do comportamento alimentar de um indivíduo, tornando-o mais satisfatório em suas escolhas alimentares e levando um estilo de vida mais fácil e saudável.

5. CONCLUSÃO

As causas físicas dos distúrbios alimentares, recomendando exames apropriados para desnutrição, com dietas prescritas apropriadas para perda de peso. No entanto, nem todos os indivíduos em risco procuram atendimento especializado ou seguem as dietas prescritas. Nesses casos, o nutricionista pode oferecer orientações especializadas sobre como fazer escolhas alimentares saudáveis, mesmo quando o paciente não tem problemas de saúde relacionados aos seus hábitos alimentares. Isso porque o nutricionista sabe como dar suporte a indivíduos que sofrem de estresse psicológico impactado negativamente em seus hábitos alimentares.

O papel do nutricionista no tratamento de transtornos alimentares é significativo porque ele pode fornecer aconselhamento sobre como fazer escolhas alimentares saudáveis, bem como recomendações de suplementos para pacientes em risco. Os transtornos alimentares são doenças que causam estresse ao paciente. Os terapeutas nutricionais tratam distúrbios alimentares com suplementos dietéticos e dietéticos.

Assim, complementando a narrativa, os nutricionistas têm papel fundamental no tratamento de transtorno alimentares, pois usam de investigação para desvenda as causas e patologias do paciente, podendo assim avaliar e prescrever a melhor alternativa para o problema. Por isso, podemos entender a importância de pesquisa e trabalhos relativos à temática, principalmente para a sociedade que vivemos devido ao alto consumo de alimentos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AFONSO, Joana Micaela Reis. **O papel do Nutricionista nas Escolas: percepção da Comunidade Escolar**. 2022.

BUCH, Tainá. **Gamificação como Recurso no Engajamento Familiar Após Consulta Nutricional da Criança**. 2022.

DE MORAES, Carlos Eduardo Ferreira; DE ALMEIDA MARAVALHAS, Rebecca; MOURILHE, Carla. O papel do nutricionista na avaliação e tratamento dos transtornos alimentares. **Debates em Psiquiatria**, v. 9, n. 3, p. 24-30, 2019.

DE MELO BARROS, Dayane et al. A atuação e importância do nutricionista no âmbito da saúde pública. **Brazilian Journal of Development**, v. 5, n. 10, p. 17715-17728, 2019.

ESCOVAL, Franciele. **Comportamento alimentar no tratamento de transtornos alimentares uma revisão de literatura**. 2022.

GOMES, Giovana da Silva Cunha Reis et al. Transtornos alimentares e a influência das mídias sociais na autoimagem corporal: um olhar sobre o papel do nutricionista. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 16, p. e191101623277- e191101623277, 2021.

GRIECO, Paolla; SANTOS, Laudjane Batista. PAPEL DO NUTRICIONISTA EM UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO NUTRICIONAL. **Revista Liberum accessum**, v. 14, n. 2, p. 108-115, 2022.

PEREIRA, Thaiany de Sena Alves. Contribuições do nutricionista em casos de transtornos alimentares: revisão de literatura. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 14, p. e591111436878-e591111436878, 2022.

MANOCHIO, Marina Garcia. **O perfil e a atuação do nutricionista no tratamento dos transtornos alimentares**. 2009. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo.

SILVA, Larissa de Almeida Santos; SANTOS, Maysa Waleska Viana; DE MENEZES, Isadora Bianco Cardoso. A importância do desenvolvimento da prática interprofissional na formação do profissional da nutrição: uma revisão narrativa. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 10, 2022

Página de assinaturas



João Cardoso
023.487.022-23
Signatário



Washington Silva
043.327.723-85
Signatário



Cibelle Carvalho
053.575.163-08
Signatário

HISTÓRICO

- | | | |
|-------------------------|---|---|
| 13 jul 2023
20:47:31 |  | Thaiany Bastos Pereira criou este documento. (E-mail: thaybastos2016@gmail.com) |
| 14 jul 2023
12:48:45 |  | João Luiz Sousa Cardoso (E-mail: agronomojoaocardoso@outlook.com, CPF: 023.487.022-23) visualizou este documento por meio do IP 170.231.134.52 localizado em Parauapebas - Para - Brazil |
| 14 jul 2023
12:48:55 |  | João Luiz Sousa Cardoso (E-mail: agronomojoaocardoso@outlook.com, CPF: 023.487.022-23) assinou este documento por meio do IP 170.231.134.52 localizado em Parauapebas - Para - Brazil |
| 14 jul 2023
11:44:35 |  | Washington Moraes Silva (E-mail: orthiim@gmail.com, CPF: 043.327.723-85) visualizou este documento por meio do IP 200.14.58.162 localizado em Paulo Ramos - Maranhao - Brazil |
| 14 jul 2023
13:07:49 |  | Washington Moraes Silva (E-mail: orthiim@gmail.com, CPF: 043.327.723-85) assinou este documento por meio do IP 200.14.58.162 localizado em Paulo Ramos - Maranhao - Brazil |
| 14 jul 2023
13:08:17 |  | Cibelle da Silva Carvalho (E-mail: cibelle1977@hotmail.com, CPF: 053.575.163-08) visualizou este documento por meio do IP 200.9.67.64 localizado em Parauapebas - Para - Brazil |
| 14 jul 2023
13:08:24 |  | Cibelle da Silva Carvalho (E-mail: cibelle1977@hotmail.com, CPF: 053.575.163-08) assinou este documento por meio do IP 200.9.67.64 localizado em Parauapebas - Para - Brazil |



Página de assinaturas








Lidiana Amorim
015.755.322-12
Signatário



Thaiany Pereira
052.481.882-70
Signatário

HISTÓRICO

- 26 jul 2023**
18:27:21  **Thaiany Bastos Pereira** criou este documento. (E-mail: thaybastos2016@gmail.com, CPF: 052.481.882-70)
- 26 jul 2023**
18:32:46  **Lidiana farias Amorim** (E-mail: lidianafarias22@gmail.com, CPF: 015.755.322-12) visualizou este documento por meio do IP 191.246.235.98 localizado em Belém - Para - Brazil
- 26 jul 2023**
18:32:57  **Lidiana farias Amorim** (E-mail: lidianafarias22@gmail.com, CPF: 015.755.322-12) assinou este documento por meio do IP 191.246.235.98 localizado em Belém - Para - Brazil
- 26 jul 2023**
18:27:26  **Thaiany Bastos Pereira** (E-mail: thaybastos2016@gmail.com, CPF: 052.481.882-70) visualizou este documento por meio do IP 191.246.230.153 localizado em Belém - Para - Brazil
- 26 jul 2023**
18:44:48  **Thaiany Bastos Pereira** (E-mail: thaybastos2016@gmail.com, CPF: 052.481.882-70) assinou este documento por meio do IP 191.246.231.242 localizado em Belém - Para - Brazil

