

Interação educativa acerca de transtornos alimentares com estudantes do ensino fundamental no colégio Couto Magalhães de Anápolis - GO: Um relato de experiência

Eduardo Francisco Cardoso¹, Iargram Leite Pereira¹, João Vitor Martins¹, Matheus Dias Marinho¹, Matheus Rodrigues de Araújo Estrela¹, Júlia Maria Rodrigues de Oliveira²

1. Discente do curso de Medicina do Centro Universitário UniEVANGÉLICA.
2. Docente curso de Medicina do Centro Universitário UniEVANGÉLICA.

RESUMO: Os distúrbios alimentares, sendo os mais comuns a anorexia nervosa e a bulimia também de caráter nervoso, são mais comuns entre a população feminina e dentre outras coisas causam a inapetência e perda de peso, a qual pode evoluir para caquexia. Estes distúrbios são muito frequentes em jovens pois uma vez que se alcança a puberdade inúmeras mudanças corporais e psicológicas passam a ser presentes. As alterações no perfil psicológico têm impacto significativo na percepção e descoberta do próprio corpo. O seguinte relato objetiva relatar uma ação educativa desenvolvida com alunos do ensino fundamental sobre transtornos alimentares. A atividade ocorreu em uma escola no interior do Estado de Goiás e atingiu, aproximadamente, 100 pessoas que foram abordadas recorrentemente em sessões interativas e grupais, sendo orientadas quanto as características dos distúrbios alimentares e seus riscos à saúde. Também foram realizados questionários para confirmação da aprendizagem. Após planejamento e pesquisas de referências teóricas para embasamento, a ação foi realizada sendo aplicada aos alunos do ensino fundamental do 6º ao 9º ano, (compondo a faixa etária de 10 a 14 anos). Aproximadamente 30 alunos foram atendidos. Conclui-se que a realização dessa atividade, além de contribuir de forma educativa no cuidado à saúde dos estudantes, também possibilitou aprendizado, aos acadêmicos de medicina, de práticas adequadas de comunicação interpessoal para uma boa relação entre os profissionais de saúde e a população. No âmbito da aplicação metodológica, a construção das interações com os estudantes se mostrou um processo de baixo custo, pois os gastos se resumiram a itens como banners, folhas de papel e canetas. O benefício educacional foi evidente para ambos os lados dos envolvidos na interação, em especial para os alunos que obtiveram informações e possibilidade de diálogo e esclarecimentos a respeito dos distúrbios alimentares.

Palavras-chave:
Anorexia.
Bulimia.
Educação em Saúde.

INTRODUÇÃO

Os jovens ao ingressar na adolescência, se deparam com a puberdade. Nessa fase constata-se inúmeras mudanças corporais e psicológicas. As mais evidentes incluem a acentuação das características sexuais devido ao aumento hormonal fisiológico que, nos meninos, é caracterizada pelo aumento da testosterona que, por sua vez, aumenta a massa magra, pênis e escroto. Nas meninas, ocorre aumento do estrogênio, com conseqüente aumento dos seios e da estrutura do quadril (TORTORA; DERRICKSON, 2016).

Além disso, percebem-se alterações no perfil psicológico desses jovens, que começam a descobrir seu corpo e se descobrir, enquanto indivíduos inseridos na sociedade. Nesse contexto, devido aos padrões de beleza impostos pela sociedade e veículos de comunicação, como a televisão com as novelas, o cinema e, sobretudo, mais recentemente os meios influenciadores da internet, o adolescente é acometido, principalmente, por distúrbios de alimentação, como resultado da tentativa de manter seu status com a forma física e a beleza (PEREIRA; COSTA; AOYAMA, 2019).

Os distúrbios alimentares têm ocorrência maior na população feminina, sendo os mais comuns a anorexia nervosa e a bulimia também de caráter nervoso. A primeira pode ser definida como uma repulsa pela comida induzida por fatores psicológicos que causam a inapetência e perda de peso, a qual pode evoluir para caquexia. Enquanto a segunda apresenta características mais complicadas. O jovem sente-se humilhado pela situação em que se encontra e apresenta tendência a esconder os sinais e sintomas característicos desse quadro clínico (CHIMBINHA et al., 2019).

Desta maneira, em estudo desenvolvido por Martins et al. (2019), os resultados evidenciaram que adolescentes universitários se encontram fragilizados diante de sua imagem corporal. A maioria dos adolescentes desse nível de escolarização analisados apresentou-se com medidas ponderais adequadas verificadas pelo índice de massa corporal (IMC), mas, ainda assim, insistiam em rotular-se como pessoas de peso inadequado. Ademais, ainda que esses distúrbios de alimentação apresentem taxas de morbimortalidade relativamente baixas, deve-se ressaltar o aumento de processos patológicos crônicos decorrentes desses transtornos nos anos que se seguem à juventude (DOBRESCU et al., 2019).

Feitas essas considerações, o presente artigo objetiva relatar uma ação educativa desenvolvida com alunos do ensino fundamental sobre os transtornos alimentares.

RELATO DE EXPERIÊNCIA

As atividades de busca ativa foram realizadas sob amparo do Centro Universitário de Anápolis (UniEVANGÉLICA) em um Colégio localizado na cidade de Anápolis, no estado de Goiás (GO). A diretoria responsável pela instituição contribuiu com apoio ao grupo composto por sete alunos. A ação foi realizada posteriormente à aplicação de um questionário inicial, cuja finalidade foi rastrear os problemas mais relevantes e identificar o grau de conhecimento dos alunos sobre o tema em questão.

Decorridos três meses de planejamento e pesquisas de referências teóricas para embasamento, foi realizada a ação no dia 28 de novembro de 2019, sendo, esta, aplicada aos alunos do ensino fundamental do 6º ao 9º ano, ou seja, na faixa etária de 10 a 14 anos. Participaram da interação aproximadamente 30 alunos.

A estratégia de desenvolvimento da atividade foi repetida continuamente e distribuída em quatro fases. Na primeira fase, os alunos respondiam questionários sobre distúrbios alimentares (bulimia e anorexia) com base em seus conhecimentos prévios; na segunda, quatro membros do grupo realizavam uma aula expositiva a respeito dessas alterações e abriam espaço para sanar questionamentos e tirar possíveis dúvidas que ainda persistiam; na terceira fase, os alunos que estavam abertos a discutir sobre o referido assunto faziam uma reflexão temática com os membros do grupo a respeito dessa condição clínica (como por exemplo o transtorno alimentar de origem psicológica). Por último, na quarta fase, os casos não solucionados pelo grupo (que ainda permaneciam em dúvidas) eram repassados para a diretoria do Colégio Couto Magalhães devido à vulnerabilidade dos pacientes e maior capacidade da direção no sentido de adotar as medidas necessárias para o bem estar dos alunos.

Os distúrbios alimentares (anorexia nervosa e bulimia nervosa) apresentados pelos adolescentes como experiências existenciais podem ser responsáveis por alterações patológicas. Baseado no questionário aplicado aos jovens alunos pode-se constatar o pequeno volume de informações e conhecimentos deles acerca do referido tema, o que se torna preocupante e requer cuidado e acompanhamento. Baseado nas respostas, os alunos foram orientados acerca do que se passa com eles na adolescência, tais como as mudanças de comportamento psicológicas e as alterações na estrutura corpórea.

DISCUSSÃO

Posteriormente, uma abordagem teórica com uma cuidadosa reflexão trouxe maiores informações incluindo os riscos e cuidados que se associam a esses transtornos alimentares. Os cuidados envolvem problemas não somente relacionados ao caráter psicológico, mas também relativos aos alimentos e às vitaminas necessárias ao crescimento saudável do indivíduo.

Nesse contexto, as informações propagadas por meio das interações propostas proporcionarão futuras atitudes individuais de autocuidado e prevenção que terão relativo impacto na saúde integral dos indivíduos abordados e redução de riscos de saúde nas comunidades sob suas respectivas influências (PRADO et al., 2012).

Um destes riscos decorrentes de perturbações alimentares envolve a depressão. Nodin (1999), analisando a depressão nas perturbações da alimentação, reportou que as patologias do comportamento alimentar são caracterizadas por uma preocupação excessiva com o peso e com as formas corporais bem como pela utilização de medidas extremas para o controle do peso. Na Anorexia o indivíduo

utiliza a restrição alimentar e o exercício físico em excesso para perder peso, na Bulimia os meios privilegiados são o uso de laxantes, diuréticos e a autoindução de vômitos, o que surge normalmente após surtos de voracidade (consumo de uma grande quantidade de comida num período limitado de tempo), também eles característicos desta perturbação.

Baseado em recente publicação em saúde, Passos (2020) reportou que em tempos de rede social, cultura da magreza e modismo de dieta, muitas pessoas ficam mais vulneráveis a desenvolver problemas de saúde mental, como depressão e ansiedade. Todavia, há outros riscos ainda pouco discutidos que afetam cerca de 4,7% da população brasileira. Segundo Iacoponi (1999), os transtornos alimentares — um conjunto de doenças psiquiátricas de origem genética, hereditária, psicológicas e/ou sociais — são caracterizados por perturbação persistente na alimentação. Entre os jovens, o índice pode chegar a espantosos 10%.

Um estudo de Oliveira e Hutz (2010) trazem que a mídia é responsável pela criação de um padrão de beleza quase impossível de ser alcançado, e que gera uma insatisfação com a imagem corporal, principalmente entre população feminina. E é essa insatisfação que acompanha em alguns casos o indivíduo desde a infância um dos fatores responsáveis pelo surgimento dos transtornos alimentares.

Refletindo sobre os feitos dessa ação, alguns pontos podem ser aprimorados para futuras realizações de atividades educacionais seguindo um modelo de metodologia ativa. Dentre eles a quantidade de pessoas abordadas e o tempo se destacam. A ação foi realizada em prol de um grupo restrito de estudantes de uma escola privada. Para maior impacto informacional é necessário realizar ações com abordagem mais ampla da população. No que se refere ao tempo, obtivemos aproximadamente uma hora para realizar o trabalho; contudo, se for disponibilizado mais tempo é criada a possibilidade de elaboração de trabalhos mais abrangentes e com mais opções de interação, como por exemplo a produção de conteúdo audiovisual (SILVA et al., 2020).

CONCLUSÃO

No âmbito da aplicação metodológica, a construção das interações com os estudantes se mostrou um processo de baixo custo, pois os gastos se resumiram a itens como banners, folhas de papel e canetas. Além do mais, o benefício educacional foi evidente para ambos os lados dos envolvidos na interação, tanto para os estudantes de medicina que pesquisaram e aprenderam mais sobre a bulimia e anorexia, quanto para os estudantes do Colégio Couto Magalhães que receberam essas informações e tiveram a possibilidade de diálogo e esclarecimentos sobre o assunto.

Nesta perspectiva, a participação da família e o uso de cuidados médicos nas orientações são essenciais para que se evite problemas futuros. O conhecimento desse transtorno com vistas às estratégias de prevenção são importantes recomendações, a partir das quais permitir-se-á desenvolver palestras centralizadas nos jovens a nível de ensino fundamental.

REFERÊNCIAS

- TORTORA, G. J.; DERRICKSON, B. Sistema Genital. In: TORTORA, G. J.; DERRICKSON, B. **Princípios de Anatomia e fisiologia**. 14. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2016. p. 887-932.
- PEREIRA, E. R. M.; COSTA, M. N. D. S.; AOYAMA, E. D. A. Anorexia e bulimia nervosa como transtornos alimentares na adolescência. **ReBIS-Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde**, v. 2, n. 3, p. 1-4 2019.
- CHIMBINHA, Í. G. M. et al. Transtornos alimentares e manifestações orais em adolescentes. **Revista Ciência Plural**, v. 5, n. 3, p. 1-20, 2019.
- DOBRESCU, S. R. et al. Anorexia nervosa: 30-year outcome. **The British Journal of Psychiatry**, v. 216, n. 2, p. 97-104, 2020.
- MARTINS, S. C. et al. Comportamento de risco para anorexia nervosa em universitários do curso de nutrição em uma instituição de ensino superior em Belém-PA. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 17, p. e204-e204, 2019.
- PASSOS, L. De ruminação a compulsão: os transtornos alimentares que afetam os jovens. **Veja**. Disponível em: <https://veja.abril.com.br/saude/de-ruminacao-a-compulsao-os-transtornos-alimentares-que-afetam-os-jovens/>. Acesso em: 2020.
- PRADO, M. L. do et al. Arco de Charles Maguerez: refletindo estratégias de metodologia ativa na formação de profissionais de saúde. **Esc. Anna Nery**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 1, p. 172-177. 2012.
- Silva, A. N. et al. O uso de metodologia ativa no campo das Ciências Sociais em Saúde: relato de experiência de produção audiovisual por estudantes. **Interface - Comunicação, Saúde, Educação** [online]. v. 24, e190231. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/Interface.190231>>. Acessado em: 24 maio 2020.
- OLIVEIRA, L. L.; HUTZ, C. S. Transtornos alimentares: o papel dos aspectos culturais no mundo contemporâneo. **Psicologia em Estudo**, v. 15, n. 3, p. 575-582, 2010.
- IACOPONI, E. Classificação de Transtornos Mentais e de Comportamento da CID-10-Diretrizes Diagnósticas e de Tratamento para Transtornos Mentais em Cuidados Primários. **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 21, n. 2, p. 132-132, 1999.