

Nutrição Comportamental no Tratamento da Compulsão Alimentar

Autor(res)

Fernanda Savoi Mendes

Lilian Marques Dos Santos Silva

Categoria do Trabalho

3

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE BELO HORIZONTE - UNIDADE TIMBIRAS

Resumo

A nutrição tem como papel fundamental a orientação do paciente para que ele desenvolva hábitos saudáveis garantindo assim uma boa saúde, no âmbito comportamental não poderia ser diferente esse que deve ser um tema debatido não só pelo psicólogo mas também pelo nutricionista que pode orientar o paciente para que ele desenvolva hábitos saudáveis e podendo levar uma vida de maneira normal, se tratando do transtorno da compulsão alimentar essa pode ser caracterizada por episódios de ingestão de alimentos sem controle em um curto período, que pode ser relacionada também com sintomas de ansiedade e depressão e podendo gerar outros transtornos que incapacite esse indivíduo de maneira que ele não possa viver adequadamente. O intuito do estudo foi mostrar os transtornos alimentares frisando principalmente a compulsão alimentar e mostrar atuação do nutricionista. A metodologia utilizada foi de uma revisão bibliográfica utilizando artigos nos períodos de 2003 a 2022 para a elaboração da pesquisa foram utilizadas buscas nos bancos de dados do (SciELO), Periódicos da Capes, Google Acadêmico, além de pesquisas em livros e textos impressos. As palavras-chave utilizadas para a pesquisa foram: Terapia cognitivo-comportamental; nutrição comportamental e transtorno da compulsão alimentar. A nutrição comportamental tem várias ferramentas, mas a mais indicada para o transtorno compulsivo alimentar chama-se terapia cognitiva comportamental na qual pode auxiliar em uma melhora no estado emocional do paciente. Para ser caracterizado como transtorno alimentar o paciente deve se encaixar em três aspectos que são: Ingerir grandes quantidades de alimento sem estar com sensação física de fome, comer sozinho por se sentir envergonhado da quantidade de comida que ele ingere e por último comer rapidamente até se sentir desconfortável. A terapia cognitiva comportamental surgiu em 1960 pelo médico psiquiatra Aaron Beck e ela é utilizada para mudança de pensamentos disfuncionais entre outros. Evidenciou que o nutricionista desempenha um papel de grande importância trazendo destaque para a classe nutricionista no tratamento da compulsão alimentar utilizando de condutas que agregam no decorrer do tratamento, principalmente na reeducação alimentar diminuindo também outros sintomas que se associam a compulsão alimentar, o nutricionista vai fazer com que este paciente tenha de volta o controle da sua alimentação.