



FEDERAÇÃO BRASILEIRA DE TERAPIAS COGNITIVAS - FBTC

ANAIS DO XIV CONGRESSO BRASILEIRO DE TERAPIAS COGNITIVAS

Wilson Vieira Melo

Presidente do XIV CBTC

Marcele Regine de Carvalho

Coordenadora Científica do XIV CBTC

Porto Alegre

2022

COMPORTAMENTO ALIMENTAR: DA AVALIAÇÃO AO TRATAMENTO

Autores Mariângela Feijó², Bianca Raquel Castro¹, Martha Wallig Brusius Ludwig³, Martha Falcão de Castro e Costa⁴, Margareth da Silva Oliveira², Marcia Fortes Wagner¹, Lissandra Keyla Cattebecke⁴, Jeane Queiroz Pimentel dos Santos⁴

Instituição¹ IMED - Faculdade Meridional (Rua General Prestes Guimarães, 304 - Vila Rodrigues, Passo Fundo, RS, 99070-220),² PUCRS - Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (Avenida Ipiranga, 6681, Bairro Partenon, Porto Alegre, RS, 90619-900),³ CEFI - Centro de Estudos da Família e do Indivíduo. Núcleo CEFI Contextus (Rua Carlos Trein Filho, 34, Bairro Auxiliadora, Porto Alegre, RS, 90450-120.),⁴ SP - Slowmind Psicologia (Avenida Mário Ypiranga, 315, sala 603, Bairro Adrianópolis, Manaus, AM, 69057-070)

Resumo

introdução

Investigar o comportamento alimentar vem a ser um desafio para muitos profissionais da saúde; a aprendizagem sobre os hábitos de alimentação envolve fatores ambientais, emocionais, sociais, entre outros.

Objetivos

O trabalho tem por objetivo apresentar investigações realizadas em diferentes instituições envolvendo o comportamento alimentar e o tratamento oferecido pelos profissionais. O primeiro estudo aborda a imagem corporal de pessoas obesas; o segundo, buscou verificar a autoeficácia na regulação de hábitos alimentares em adultos com sobrepeso e obesidade, para contribuir no tratamento e prevenção de distúrbios relacionados à alimentação; o terceiro apresenta o Projeto Psicomnutri, o qual se propõe a trabalhar habilidades interpessoais e de comunicação, estimulando nos profissionais uma compreensão dos processos motivacionais humanos e a pensar planos de tratamento adequados. O quarto estudo objetivou analisar o comportamento alimentar, identificar gatilhos do comer emocional/ e compulsivo, bem como apontar os efeitos do treino de habilidades em *DBT* (Terapia Comportamental Dialética) para o comer emocional/ e compulsivo.

Métodos

Apresentam-se estudos quantitativos, transversais, descritivos, e duas propostas de intervenções: uma se baseia nos processos de mudança do Modelo Transteórico de Mudança de Comportamento, utilizando reflexões e estratégias sobre como ajudar os pacientes a fazerem mudanças; a outra, busca analisar o comportamento alimentar, identificar gatilhos para o comer emocional/ e compulsivo, apontando os efeitos do treino de habilidades em *DBT* (Terapia Comportamental Dialética).

Resultados

Os resultados dos estudos assinalam que:1) Pessoas com obesidade tendem a fazer pior avaliação de sua aparência, menos investimentos na aparência, e demonstrar menos satisfação com partes de seu corpo; 2) adultos com sobrepeso e obesidade podem considerar-se pouco eficazes na manutenção de bons hábitos de alimentação em situações sociais, devido à inabilidade para recusar alimentos e manter o autocontrole na ingestão alimentar; 3) trabalhar habilidades interpessoais e de comunicação em profissionais da área da saúde, a partir dos processos de mudança do modelo transteórico de mudança de comportamento, pode auxiliar na expansão de seus conhecimentos e potencializar sua prática profissional; 4) o treino de habilidades em *DBT* (Terapia Comportamental Dialética) para o comer emocional/ e compulsivo possibilita que os participantes apliquem novas estratégias para lidar com emoções desagradáveis, as quais podem ser cruciais para a produção e o ensaio de novos repertórios socioemocionais.

Discussão

Os estudos apontam que as investigações envolvendo o comportamento alimentar são importantes para a compreensão dos problemas relacionados à alimentação e para a oferta de tratamentos baseados em evidências científicas e que apresentem dados de eficácia.

Palavras-chaves: Avaliação Psicológica, Comportamento Alimentar, Intervenção, Obesidade, Tratamento