

CAPÍTULO 60

DOI: <https://doi.org/10.58871/conbrasca.v4.60>

TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS E TRANSTORNOS ALIMENTARES EM ADOLESCENTES: UMA COMPLEXA RELAÇÃO

COMMON MENTAL DISORDERS AND EATING DISORDERS: A COMPLEX RELATIONSHIP

ANDREA NUNES MENDES DE BRITO

Doutoranda em Alimentos e Nutrição pela Universidade Federal do Piauí

BIANCA APARECIDA LEAL SOUSA

Graduanda em Nutrição pela Universidade Federal do Piauí.

ANA BEATRIZ TAVARES HOLANDA

Graduanda em Nutrição pela Universidade Federal do Piauí.

ADRIANA DE AZEVEDO PAIVA

Doutora em Saúde Pública pela Universidade de São Paulo.

RESUMO

Objetivo: O estudo visa verificar a relação entre transtornos mentais comuns (depressão e ansiedade) e transtornos alimentares em adolescentes. **Metodologia:** Trata-se de revisão narrativa da literatura, realizada em outubro e novembro de 2023 por membros do curso de Nutrição da Universidade Federal do Piauí, conduzida nas bases de dados: PubMed, SciELO e Science Direct, empregando descritores como "Transtorno Mental", "Transtornos Alimentares" e "Adolescentes". Os critérios de elegibilidade foram: artigos originais observacionais e de intervenção que correspondessem a temática do estudo, publicados em português e inglês, sem recorte temporal e 12 estudos atenderam a estes critérios. **Resultados e Discussão:** Verificou-se a relação entre depressão, ansiedade e TAs, bem como o aumento da gravidade desses transtornos quando ocorrem concomitantemente, sendo influenciados por regulação disfuncional do humor, baixa autoestima, altos níveis de perfeccionismo e comportamentos alimentares disfuncionais. Além disso, também verificou que adolescentes deprimidos e anoréxicos possuem maior chance de apresentarem ideação suicida e tentativa de suicídio, evidenciando o efeito prejudicial cumulativo dos sintomas concomitantes desses transtornos. **Considerações Finais:** A compreensão da relação entre transtornos mentais e alimentares é essencial para a prevenção e tratamento terapêutico dos adolescentes, a fim de melhorar sua saúde física e mental. Diante do aumento das prevalências, é imperativo investir em intervenções precoces e políticas de saúde mental. Assim como, é essencial garantir o acesso a tratamentos e apoio psicossocial, especialmente para grupos vulneráveis. Uma abordagem multidisciplinar é crucial para melhorar a qualidade de vida e bem-estar daqueles afetados por esses transtornos complexos.

Palavras-chave: transtorno mental; transtornos alimentares; adolescentes.

ABSTRACT

Objective: The study aims to verify the relationship between common mental disorders (depression and anxiety) and eating disorders in adolescents. **Methodology:** This is a narrative literature review, carried out in October and November 2023 by members of the Nutrition course at the Federal University of Piauí, using the following databases: PubMed, SciELO and Science Direct, using descriptors such as "Mental Disorders", "Eating Disorders" and "Adolescents". The eligibility criteria were: original observational and intervention articles that corresponded to the theme of the study, published in Portuguese and English, with no time frame, and 12 studies met these criteria. **Results and Discussion:** A relationship was found between depression, anxiety and EDs, as well as an increase in the severity of these disorders when they occur concomitantly, being influenced by dysfunctional mood regulation, low self-esteem, high levels of perfectionism and dysfunctional eating behaviors. It also found that depressed and anorexic adolescents are more likely to have suicidal ideation and attempt suicide, showing the cumulative harmful effect of the concomitant symptoms of these disorders. **Final considerations:** Understanding the relationship between mental disorders and eating disorders is essential for the prevention and therapeutic treatment of adolescents in order to improve their physical and mental health. Given the increase in prevalence, it is imperative to invest in early interventions and mental health policies. It is also essential to guarantee access to treatment and psychosocial support, especially for vulnerable groups. A multidisciplinary approach is crucial to improving the quality of life and well-being of those affected by these complex disorders.

Keywords: mental disorder; eating disorders; adolescents.

1 INTRODUÇÃO

Ao longo das últimas três décadas, diversas investigações epidemiológicas conduzidas globalmente têm destacado a relevância dos Transtornos Mentais Comuns (TMC) como uma causa significativa de incapacitação, contribuindo com cerca de 12% da carga global de doenças. (Skapinakis *et al.*, 2013).

Dentro desse grupo, os transtornos depressivos e de ansiedade são dois dos mais prevalentes, exercendo um impacto específico sobre o estado de ânimo e as emoções dos indivíduos. Estas condições psicológicas afetam mais as mulheres do que os homens, resultando em prejuízos na qualidade de vida, desafios no ambiente de trabalho, isolamento social e aumento da procura por serviços de saúde. (Senicato; Azevezo; Barros, 2018).

Projeções indicam que até o ano de 2030, a depressão se tornará a principal causa de limitações em nível global, contribuindo com cerca de 6% do total de limitações. Essa tendência preocupante coloca em evidência a importância de abordar não apenas a depressão, mas também os transtornos de ansiedade, que apresentam níveis de incapacitação semelhantes. (Skapinakis *et al.*, 2013).

Desse modo, os sintomas de depressão e ansiedade muitas vezes co-ocorrem com

Transtornos alimentares (TAs) em adolescentes. Adolescentes com TA também apresentam taxas mais altas de depressão maior e a presença de transtornos de humor comórbidos nesse público está associada a sintomas de TA mais graves, pior qualidade de vida e funcionamento social (Morgan-Lowes, et al., 2019).

Os TAs, por sua vez, são conjuntos de condições marcadas por padrões alimentares irregulares que têm impactos adversos tanto na saúde física quanto mental e ameaçam a vida. Mudanças drásticas na alimentação e preocupação excessiva com a aparência corporal são comuns entre aqueles que sofrem com esses transtornos (Aquino; Braz; Oliveira, 2023; Calder *et al.*, 2023). Os distúrbios alimentares mais comuns compreendem a anorexia nervosa (AN), a bulimia nervosa (BN) e o transtorno da compulsão alimentar periódica (TCAP). (Calder *et al.*, 2023).

A prevalência de TAs em adolescentes é de 0,3% para anorexia nervosa e 0,9% para bulimia nervosa. Cerca de 23-48% dos adolescentes com TAs têm depressão comórbida, com uma taxa de prevalência mais alta observada em pacientes com bulimia nervosa (50%) do que aqueles com anorexia nervosa (11%) (Patel; Machado; Tankersley, 2021).

Assim, as evidências apontam para uma relação entre ansiedade, depressão e TAs em adolescentes. Os sintomas comórbidos de depressão e ansiedade nos TAs são um marcador de maior gravidade dos sintomas e pior prognóstico e resultado em adolescentes. Dessa forma, este estudo objetiva verificar a relação entre a TMC com os TAs em adolescentes.

2 METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, com a seguinte pergunta de pesquisa: Existe relação entre os transtornos mentais comuns e os transtornos alimentares?

A pesquisa foi realizada no mês de outubro e novembro de 2023, por docentes e discentes do curso bacharelado em Nutrição da Universidade Federal do Piauí, nas seguintes fontes de informação: PubMed, SciELO e Science Direct. Os descritores usados foram: “Transtornos Alimentares” “Transtornos Mentais” “Depressão” “Ansiedade” “Adolescentes” de acordo com DeCs, conectado pelo booleano AND.

Os critérios de inclusão foram: artigos originais observacionais e de intervenção que correspondessem a temática do estudo, publicados em português e inglês, sem recorte temporal. Cartas ao editor, relatos de caso, relatos de experiência e artigos duplicados foram excluídos, bem como estudos fora da temática.

Ao todo, foram selecionados e analisados 12 artigos relevantes para o tema em estudo. A interpretação dos achados encontrados nos artigos foi embasada no nível de evidência dos

estudos, levando em consideração a qualidade e a confiabilidade das informações apresentadas. Em seguida, os resultados foram categorizados e organizados para uma discussão embasada nas principais evidências encontradas na literatura.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os estudos analisados verificaram que o aumento dos sintomas de ansiedade e depressão foi associada a sintomatologia de TA mais grave. Assim, os resultados apoiam o efeito prejudicial cumulativo dos sintomas concomitantes de ansiedade, depressão e TA em adolescentes.

Sander, Moessner e Bauer (2021) sugerem maior gravidade dos sintomas de TA em indivíduos que relatam regulação disfuncional do humor, baixa autoestima e altos níveis de perfeccionismo. A baixa autoestima está ligada à percepção negativa do próprio corpo e à insatisfação corporal, ou seja, fatores de risco proeminentes para TA.

Da mesma maneira, Sahlan, et al., (2021) propõem que a internalização da magreza ideal, que poderia se manifestar como desejo de perda de peso, é um fator de risco para insatisfação corporal, o que aumenta o risco de TA. A supervalorização da forma e do peso se manifesta como a crença de que estes são um dos indicadores mais importantes da autoestima de uma pessoa e essa supervalorização é considerada um fator crítico de manutenção da psicopatologia do TA.

Além disso, os sintomas do TA agravam a baixa autoestima, bem como o afeto negativo e a avaliação social negativa, principalmente nas meninas, a baixa autoestima foi encontrada durante a adolescência e aumenta com a idade, sendo um fator de risco potencial para o desenvolvimento de depressão e ansiedade em adolescentes (Sander; Moessner; Bauer, 2021; Suarez-Albor; Galleta; Gómez-Bustamante, 2022).

Os próprios comportamentos alimentares desordenados são estratégias inadequadas para regular estados emocionais negativos. Por exemplo, níveis mais elevados de ansiedade e depressão podem levar ao uso de estratégias disfuncionais de regulação emocional, como compulsão alimentar, possivelmente resultando em maior psicopatologia dos TAs e vice-versa. À medida que a experiência de estresse e emoções negativas aumenta, os adolescentes precisam cada vez mais de uma regulação emocional eficaz (Sander; Moessner; Bauer, 2021).

Assim, quando indivíduos com TAs consomem quantidades normais de alimentos pode causar uma grande quantidade de resposta de serotonina no circuito mesolímbico, ligando a alimentação ao início da dismorfia. Essas disfunções em estruturas cerebrais como o córtex

parietal podem estar relacionadas à percepção de distorção da imagem corporal; enquanto o corpo estriado nos gânglios da base pode estar associado a motivação alterada e respostas anormais aos alimentos. Os adolescentes com TAs experimentam uma maior sensação de solidão, fracasso e desamparo. Esse estado de espírito predispõe o indivíduo a um risco maior de desenvolver depressão e comportamentos suicidas (Patel; Machado; Tankersley, 2021).

Sabe-se que a depressão está tão intimamente relacionada ao suicídio que a ideação suicida é frequentemente considerada um sintoma típico do transtorno depressivo. Patel, Machado e Tankersley (2021) verificaram que adolescentes deprimidos com TAs tinham um risco cinco a seis vezes maior de ideações suicidas, e tentativas de suicídio foram observadas em uma proporção maior de adolescentes deprimidos com AN (quatro por cento) em comparação com aquelas observadas naqueles com BN (dois por cento).

Pacientes com BN evitam métodos altamente letais e tentam o suicídio por inalação de substâncias, overdose de drogas ou outros métodos. Isso não quer dizer que o risco de suicídio se limite aos pacientes com TA; pelo contrário, o suicídio é uma das principais causas de mortalidade e morbidade entre adolescentes e adultos jovens, uma vez que estas fases da vida são caracterizadas por uma maior sensibilidade, incluindo a adoção de comportamentos de risco. O risco de suicídio e a ideação podem, portanto, estar relacionados a outros fatores psicossociais e são de natureza multifatorial (Nascimento, et al., 2020).

Assim, a desregulação emocional pode ser um mecanismo potencial que contribui para o suicídio em pessoas com TAs. Além disso, uma maior falta percebida de estratégias adaptativas de regulação emocional foi associada exclusivamente a ambos os resultados de suicídio, e maiores dificuldades na consciência emocional foram associadas à ideação suicida. A desregulação emocional contribuiu de forma independente para o suicídio, além do efeito dos TAs e da depressão. (Rania, et al., 2021).

Assim, destaca-se a necessidade de triagem de TAs entre adolescentes com TMC. Aqueles com AN podem necessitar de uma avaliação mais completa devido ao alto risco de suicídio associado e tentativas de suicídio. Portanto, são necessárias mais pesquisas que expliquem esse achado.

Ademais, a cronicidade mais longa dos sintomas de TAs pode levar a sintomas mais graves de depressão e ansiedade. É importante considerar esta descoberta no tratamento de TAs, pois o afeto negativo e os sintomas de internalização podem contribuir para sintomas mais graves, e a depressão também está associada a taxas mais baixas de recuperação ao longo do tempo, além de piores prognósticos e resultados de tratamento entre indivíduos diagnosticados com AN (Lin et al., 2021).

A crescente prevalência de TMCs e TAs, especialmente entre adolescentes, destaca a urgência de abordagens integradas na promoção da saúde mental. A identificação de fatores de risco, como exposição a eventos estressantes, enfatiza a complexidade dos TAs. Assim, uma abordagem holística, com políticas públicas direcionadas, sensibilização da sociedade e fortalecimento dos sistemas de saúde, é crucial para enfrentar esses desafios e melhorar a saúde mental dos adolescentes.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta revisão verificou a relação entre depressão, ansiedade e TAs, bem como o aumento da gravidade desses transtornos quando ocorrem concomitantemente, sendo influenciados por regulação disfuncional do humor, baixa autoestima, altos níveis de perfeccionismo e comportamentos alimentares disfuncionais. Além disso, também verificou que adolescentes deprimidos e anoréxicos possuem maior chance de apresentarem ideação suicida e tentativa de suicídio, evidenciando o efeito prejudicial cumulativo dos sintomas concomitantes desses transtornos.

Diante do aumento das prevalências, é imperativo investir em intervenções precoces e políticas de saúde mental. Profissionais de saúde mental e nutricionistas devem colaborar no desenvolvimento de estratégias preventivas e de intervenção. Educação em saúde, conscientização sobre alimentação balanceada e gestão do estresse devem ser promovidas. Assim como, é essencial garantir o acesso a tratamentos e apoio psicossocial, especialmente para grupos vulneráveis. Uma abordagem multidisciplinar é crucial para melhorar a qualidade de vida e bem-estar daqueles afetados por esses transtornos complexos.

REFERÊNCIAS

AQUINO, M. C; BRAZ, W. M; DE OLIVEIRA, G. F. Avaliação dos transtornos alimentares e seus impactos na qualidade de vida: Uma revisão sistemática da literatura. **Revista de psicologia**, v. 17, n. 65, p. 276-296, 2023. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/3529/5739>. Acesso em: 12 de novembro de 2023.

CALDER, A. *et al.* Psicodélicos no tratamento de transtornos alimentares: justificativa e mecanismos potenciais. **Neuropsicofarmacologia Europeia**, v, 75, p. 1-14, 2023. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0924977X23001098>. Acesso em: 13 de outubro de 2023.

LIN, J A. *et al.* The Association of Malnutrition, illness duration, and pre-morbid weight

status with anxiety and depression symptoms in adolescents and young adults with restrictive eating disorders: a cross-sectional study. **Journal of Eating Disorders**, v. 9, n. 1, p. 60, 2021.

MORGAN-LOWES, K L. et al. The relationships between perfectionism, anxiety and depression across time in paediatric eating disorders. **Eating behaviors**, v. 34, p. 101305, 2019.

NASCIMENTO, V S do et al. Association between eating disorders, suicide and depressive symptoms in undergraduate students of health-related courses. **Einstein** (São Paulo), v. 18, 2019.

PATEL, R S.; MACHADO, T; TANKERSLEY, W E. Eating disorders and suicidal behaviors in adolescents with major depression: Insights from the US hospitals. **Behavioral Sciences**, v. 11, n. 5, p. 78, 2021.

RANIA, M et al. Emotion dysregulation and suicidality in eating disorders. **International Journal of Eating Disorders**, v. 54, n. 3, p. 313-325, 2021.

SAHLAN, R N. et al. Disordered eating, self-esteem, and depression symptoms in Iranian adolescents and young adults: A network analysis. **International Journal of Eating Disorders**, v. 54, n. 2, p. 132-147, 2021.

SANDER, J; MOESSNER, M; BAUER, S. Depression, anxiety and eating disorder-related impairment: moderators in female adolescents and young adults. **International journal of environmental research and public health**, v. 18, n. 5, p. 2779, 2021.

SENICATO, C; AZEVEDO, R. C. S. B; MARILISA, B. A. SENICATO. Transtorno mental comum em mulheres adultas: identificando os segmentos mais vulneráveis. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 23, p. 2543-2554, 2018. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/csc/a/rSxF9pjYHk5MwQ3xrvS5zcT/#>. Acesso em: 14 de outubro de 2023.

SKAPINAKIS, P. *et al.* Prevalência e associações sociodemográficas de transtornos mentais comuns em uma amostra nacionalmente representativa da população geral da Grécia. **Psiquiatria BMC**. Disponível em:
<https://bmcp psychiatry.biomedcentral.com/articles/10.1186/1471-244x-13-163#citeas>. Acesso em: 12 de outubro de 2023.

SUAREZ-ALBOR, C. L; GALLETTA, M; GÓMEZ-BUSTAMANTE, E M. Factors associated with eating disorders in adolescents: A systematic review. **Acta Bio Medica: Atenei Parmensis**, v. 93, n. 3, 2022.