

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DA FUNDAÇÃO DE ENSINO
OCTÁVIO BASTOS - UNIFEOB**

Andriele Caroline Deoliva Anselmo - 21000090

Livia Garcia Fonseca - 21000742

Lucas Rafael Matavelli - 21000868

Thais Silva Souza - 21000098

Análise Experimental do Comportamento e a Obesidade

**São João da Boa Vista/SP
2021**

RESUMO

A obesidade está cada vez mais presente em nossas vidas, segundo dados do IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatísticas), nos últimos anos teve um aumento de quase 20% e passou a ser considerado epidemia. Devido a esses fatos o presente estudo tem como objetivo levar informação aos colaboradores da Santa Casa de Misericórdia “Dona Carolina Malheiros”, situada na cidade de São João da Boa Vista-SP, sobre as consequências da obesidade na saúde física e psicológica do indivíduo. Este projeto de pesquisa visa conscientizar o corpo de funcionários permitindo uma mudança dos hábitos de vida e impedindo a perpetuação da obesidade através de Oficinas Comportamentais.

Palavras-chave: Obesidade; Teoria do Comportamento; Oficinas Comportamentais.

I. INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

“Obesidade não tem a ver com gordura física que deforma o corpo; tem a ver com descompensações emocionais que destroem a alma”

(Antony Valentim).

Segundo o Ministério da Saúde, a parcela da população considerada obesa aumentou de 11,4% para 13,9% em apenas 3 anos (entre 2006 e 2009) e esse aumento da prevalência de casos de obesidade tem sido uma das maiores preocupações no âmbito da saúde pública brasileira (ADES & KERBAUY, 2002; PORTO, BRITO, CALFA, VILLELA & ARAÚJO, 2002, apud SOUZA et al,2005). A tendência secular do crescimento alarmante e a ascensão constante de pessoas obesas no mundo têm sido atribuídas à interação entre diferentes fatores, o que confere à obesidade uma etiologia multifatorial (NUNES et al., 1998). Também, a obesidade é considerada um fator de risco para muitas outras doenças como a diabetes, a hipertensão arterial, as doenças do coração, o câncer, os acidentes vasculares cerebrais, entre outras (Klish,1998).

Com as transformações do mundo do trabalho (ANTUNES 1999) e das relações sociais, e com o capitalismo globalizado, sob as mais diversas formas, os processos de trabalho e de produção passam a ser subsumidos pelo capital (IANNI, 1996, p. 155). “Assim, surgem outras exigências no mercado mundial de trabalho, tornando cada vez mais difícil acessá-lo, imagine-se, então, para o trabalhador obeso” (SCHERER, 2012, p. 34). Para Marx e Engels, o trabalho é uma atividade fundamental para o homem, pois é por meio do trabalho e da relação que o homem estabelece com a natureza, que busca a satisfação de suas necessidades, por meio de uma atividade pensada, projetando os resultados que quer alcançar. Para Antunes (1999, p. 101) a classe trabalhadora é uma classe que vive do trabalho, então se deve “[...] conferir validade contemporânea ao conceito marxiano de classe trabalhadora”.

O sobrepeso impõe diversas formas de restrição na vida do obeso, que acaba tendo que conviver com condições e opções restritas, na maioria das vezes sem liberdade ou com poucas opções que contemplem seu gosto, como por exemplo, na hora de se vestir. A exclusão social

do obeso pressupõe também uma ausência de poder que traz embutida uma impossibilidade de exercer sua cidadania. O obeso está tão acostumado a abrir mão dos prazeres que acaba abrindo mão também de seus direitos (FREIRE, 2005) A sociedade capitalista como vivencia-se hoje, é a melhor representação do desenvolvimento e da transformação da natureza a partir da inteligência humana. Porém, a mesma sociedade que reproduz de forma desenfreada tecnologias, culturas e até ideias, reproduz em mesma escala desigualdades, preconceitos, e diversas formas de exclusão dos sujeitos que em algum “momento” ou por algum motivo ou característica, não são reflexos desse modelo. Um sujeito pode ser considerado excluído socialmente quando é impedido de participar de forma plena na vida social, econômica e civil e/ou quando tem acesso restrito a outros recursos, como pessoais, familiares e culturais, de forma que não lhe é permitido desfrutar de uma vida considerada “aceitável” dentro dos padrões da sociedade em que vive. Portanto, a exclusão social pode ser definida como:

Uma combinação de falta de meios econômicos, de isolamento social e de acesso limitado aos direitos sociais e civis; trata-se de um conceito relativo dentro de qualquer sociedade particular e representa uma acumulação progressiva de fatores sociais e econômicos ao longo do tempo. Os fatores que podem contribuir para a exclusão social são os problemas laborais, os padrões de educação e de vida, a saúde, a nacionalidade, a toxicodependência, a desigualdade sexual e a violência. A exclusão social é um conceito multidimensional e exprime-se em diferentes níveis (ambiental, cultural, econômico, político e social), sendo frequentemente cumulativa, ou seja, compreendendo vários deles ou mesmo todos (AMARO, 2013, pg. 09).

Os sintomas do processo de discriminação que sofrem os obesos são observados pelo fato desses sujeitos terem menos espaço no mercado de trabalho, como por exemplo, é atestado por uma paciente em um estudo realizado pela PUC-SP, onde diz que: “não vejo a hora de operar para conseguir um emprego”, devido as frustrações que ocorreram após suas últimas tentativas de conseguir emprego, todas em função da obesidade. Além disso, não é só o mercado de trabalho que é excludente para as pessoas obesas, das diversões estão também excluídas, já que, por exemplo, as poltronas dos teatros ou dos cinemas são tão exíguas, que impedem sua permanência nestes locais (FREIRE, 2005).

A obesidade, enquanto estigmatizadora, produz discriminação preconceito e exclusão social. Ouvir esses sujeitos é abrir uma escuta ao que está sendo dito e sentido, para possibilitar a ruptura de uma situação dada, que pode ser transformada no momento em que é discutida, socializada, polemizada e politizada (FELIPE, 2001).

Neste contexto, a obesidade por ser vista como resultante de inúmeras dificuldades e determinantes sociais, inclusive no que diz respeito ao mundo do trabalho. No Brasil, por exemplo, se sabe que as mudanças, que ocorrem cada vez em maior escala, exigem do trabalhador mais disponibilidade, flexibilidade e mais rapidez, inclusive no modo e no tempo

de se alimentar, assim como existem as apelações ao consumo que levam os indivíduos a comerem e não necessariamente a se alimentarem devidamente (SANTOS, 2003).

I.i Obesidade e Ansiedade

Embora a relação entre obesidade e sistemas ansiosos seja complexo, é sabido que a má alimentação e o estresse desempenham um papel tanto na obesidade quanto na síndrome metabólica. Esses problemas são grandes mediadores para essas doenças, e conseqüentemente, estar acima do peso e a percepção desse excesso, aumentam o sofrimento psicológico.

A estimativa de transtornos de ansiedade foi de 3,6% na população mundial segundo dados da OMS, nos anos de 2016-2019. De acordo com Costa et al. (2009) as mudanças ocorridas nos hábitos alimentares, levadas pelo crescimento econômico, globalização e modernização, refletem no aumento de peso, tornando o maior problema de saúde da sociedade moderna, aumentando gradativamente as desordens psicológicas, como a ansiedade.

Pesquisadores relatam que pessoas obesas comem para compensar seus problemas. A organização mundial da saúde, orienta pessoas obesas, além de cuidar de seu bem estar físico, fazer tratamentos psicoterápicos e terapias, para sua modificação comportamental diante da doença.

I.ii Obesidade e a Depressão

Nos últimos anos, observou-se um aumento considerável do número de obesos na população mundial. Afetando indivíduos de todas as idades e classes sociais e possuindo como maior fator de ocorrência o sedentarismo e os estilos de vida da sociedade moderna. Devido ao crescente número, a obesidade foi declarada um problema de saúde pública.

De acordo com dados da Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade (ABESO), nas regiões sudeste e nordeste cerca de 39% das mulheres e 38,5% dos homens encontravam-se em sobrepeso ou obesidade. Assim, a obesidade correspondeu a 7% dos homens e 12,4% das mulheres, o estudo ressaltou também a ocorrência da obesidade mórbida na população, tendo como resultado 0,2% para o sexo masculino e 0,8% para o sexo feminino, com uma média de 0,5% para ambos. (ABESO, 2004; Cury-Jr, 2002; Wadden & cols., 2001).

A obesidade apresenta um conceito histórico com raízes desde a Antiguidade, onde era associada à fertilidade, agregando-se posteriormente as falhas pessoais (comportamentos desadaptados), chegando nos tempos modernos onde são considerados diversos fatores para o seu desenvolvimento, tais como: fatores metabólicos, nutricionais, fisiológicos e psicológicos. Ademais, aumenta-se o risco de outras patologias graves, além do desenvolvimento de crises e desconforto psicológico (Brownell & O'neil, 1999). Os indivíduos obesos, crianças ou adultos,

estão sujeitos ao preconceito de uma sociedade que valoriza corpos magros e esguios, onde até mesmo entre profissionais de saúde e classe médica podem existir estereótipos negativos em relação à obesidade. (Segal & cols., 2002).

Segundo Almeida, Loureiro e Santos (2001), caso o obeso procure por tratamento para a obesidade, é de suma importância que estes não tenham foco somente na redução de peso, é necessário também o cuidado com a saúde mental (psicológica). Assim o acompanhamento psicológico se faz importante durante todas as fases do tratamento. Grande parte dos obesos que buscam por um tratamento possuem algum transtorno psicológico, como a depressão.

A depressão acarreta dentre muitos problemas a esquiva de situações que antes eram reforçadoras, o afastamento de alguns ambientes e de pessoas, e o isolamento. De acordo com Licinio e Wong (2003), a obesidade e a depressão são grandes problemas de saúde pública que podem variar em níveis, sendo necessário um estudo detalhado de ambas, para que assim se chegue a um resultado que traga uma melhora na qualidade de vida. A depressão em indivíduos obesos pode estar relacionada a tentativas anteriores de perda de peso que vieram a fracassar frente aos métodos convencionais de tratamento e episódios anteriores de depressão na família. Ademais, os sintomas da depressão podem ter relação com situações estressantes e perdas.

Segundo Dong, Sanchez e Price (2004), a obesidade aumenta o risco de depressão quando controladas variáveis como doenças físicas crônicas, depressão familiar e fatores de risco sociodemográficos. A prevalência da depressão varia entre homens e mulheres na proporção de 2 mulheres para 1 homem. Outro fato é o de que a depressão na adolescência pode trazer maior risco ao desenvolvimento da obesidade, além de sequelas psicossociais e complicações médicas que podem levar a diminuição de oportunidades sociais, gerando um isolamento que potencializa os sintomas depressivos.

I.iii Obesidade e a Teoria do Comportamento

A Psicologia, como ciência e profissão, tem tomado a Obesidade como foco de análise e intervenção. Entretanto, dadas as características deste domínio do conhecimento, há na ciência psicológica diferentes formas de compreender a Obesidade que geram diferentes formas de abordá-la, dentre elas, a Análise do Comportamento. Para esta, a obesidade não é objeto de estudo por si só. Essa ciência enfoca as relações entre o organismo e seu ambiente, visando identificar, em sua história de vida, a função que determinado comportamento adquiriu. Skinner (1953/2007) afirma isto ao definir comportamento não apenas como uma ação do homem, mas como uma relação ou interação deste homem com o seu ambiente. A visão de homem para ele é de um ser ativo, sujeito de sua própria história, sendo esta construída e reconstruída nas relações com o ambiente. Esse indivíduo seria influenciado não apenas por questões filogenéticas (história da 12 espécie), mas também por influências ontogenéticas (história individual de cada indivíduo) e culturais (história do grupo ao qual o indivíduo pertence), devendo o comportamento ser analisado nesses três níveis de seleção (Marçal, 2010; Skinner, 1957/1978, 1981/2007). Por fim, Skinner (1953/2007) nos alerta: “O comportamento é uma

matéria difícil, não porque seja inacessível, mas porque é extremamente complexo. Desde que é um processo, e não uma coisa, não pode ser facilmente imobilizado para observação. É mutável, fluido e evanescente, e, por esta razão, faz grandes exigências técnicas da engenhosidade e energia do cientista” (p. 16).

Assim, para estudar essa interação organismo-ambiente, a Análise do Comportamento utiliza-se da análise de contingências tríplices (estímulos-respostas consequências), por meio da realização de uma análise funcional. Visa-se compreender a finalidade de determinado comportamento por meio da identificação das variáveis ambientais das quais o comportamento é função. Nesta análise de contingências, investigam-se as consequências da resposta que influenciam sua frequência e probabilidade, de modo que uma consequência pode ser punitiva ou reforçadora.

Skinner (1953/2007) define a punição como uma operação em que a apresentação de um estímulo ambiental consequente diminui a frequência ou probabilidade de ocorrências da classe respostas que o produziu. Já o reforçamento seria uma operação na qual um estímulo ambiental consequente aumenta a frequência ou probabilidade de ocorrência futura das respostas contingenciais.

Diante disto, faz-se a seguinte indagação: que função exerce o comportamento alimentar a ponto de levar aquele indivíduo a emití-lo em excesso, mesmo diante das consequências que lhe acarretam prejuízos orgânicos, sociais e emocionais? Desse modo, o objetivo é identificar as variáveis ambientais que mantêm o comportamento que leva o indivíduo à obesidade, a fim de planejar estratégias de modificação comportamental.

II. OBJETIVOS

O desenvolvimento da pesquisa será aplicada, com o objetivo de gerar conhecimentos para a aplicação na sociedade, conduzida de forma dedutiva, partindo do geral para o particular (PRODANOV; FREITAS, 2013), por meio de um estudo descritivo, realizado através de uma pesquisa bibliográfica em bases de dados confiáveis, selecionando apenas artigos científicos revisados em pares. Tendo como intuito a aplicação de Oficinas Comportamentais nos funcionários da Santa Casa de Misericórdia “Dona Carolina Malheiros”, situada na cidade de São João da Boa Vista-SP.

III. METODOLOGIA

A pesquisa Bibliográfica segundo Prodanov e Freitas (2013, p.54) é “elaborada a partir de material já publicado, constituído principalmente de: livros, revistas, publicações em

periódicos e artigos científicos.”. Este tipo de metodologia foi utilizada para adquirir conhecimento sobre a Análise Experimental do Comportamento, psicologia Social e Comunitária, ética profissional, psicologia de acordo com a sociologia e o pensamento contemporâneo e a aplicação de oficinas comportamentais.

O presente trabalho utilizará oficinas comportamentais que serão aplicadas na Santa Casa de Misericórdia “Dona Carolina Malheiros”, na cidade de São João da Boa Vista-SP, visando levar informações aos colaboradores do mesmo.

IV. DESENVOLVIMENTO OFICINAS

A Oficina Comportamental compõe-se em sessões de treinamento psíquico para o desenvolvimento da aptidão de habilidades necessárias para o trabalho e ambiente social. Atualmente, organizações têm apresentado uma tendência à implantação dessa estratégia para impulsionar funcionários na vida profissional. Em suma, este modelo de gestão tem como objetivo a melhoria do desempenho das atividades e das relações grupais por meio do acréscimo de desempenho individual dos funcionários. Neste contexto, torna-se relevante que se busque desenvolver recursos e habilidades que agreguem valor social para o indivíduo.

De acordo com Teixeira (2014), às organizações contemporâneas, além de avaliar questões como conhecimento técnico e profissional, passam a avaliar características pessoais. Como por exemplo, possuir a habilidade de se comunicar bem, de se relacionar, solucionar problemas, sempre trabalhando com ética e responsabilidade. As relações interpessoais são desenvolvidas a partir da relação de duas ou mais pessoas, seja no âmbito familiar, escolar, organizacional ou comunitário. Costa (2004) aponta as relações interpessoais sendo uma das maiores urgências da sociedade atual.

Teixeira (2014) afirma que os relacionamentos devem ser harmoniosos e prazerosos. Para auxiliar nessa harmonia é de suma importância que a comunicação seja eficaz. Para isso, o treinamento de habilidades sociais com atividades planejadas e estruturadas em processos de aprendizagem mediados ou conduzidos por psicoterapeutas, com o objetivo de adquirir ou aperfeiçoar essas habilidades é de suma importância. O feedback dado pelo mediador é uma ferramenta importante, já que é uma técnica que pode auxiliar no processo de tomada de decisões, com foco no assunto em questão, que pode estar associado ao desempenho, empatia, comunicação, etc.

No âmbito trabalhista a comunicação é fundamental para as relações com os demais, tendo em vista a necessidade de clareza no compartilhamento de informações, além de estabelecer a incorporação e interação dos relacionamentos, desta forma, aprimorando e prosperando os trabalhos. Outro fator importante é a empatia pois proporciona diversos benefícios tanto na vida pessoal como na vida profissional do indivíduo, uma vez que busca colocar-se no lugar do outro para compreender assim seus sentimentos e emoções.

Por conseguinte, o progresso dessas habilidades podem ser realizados de diversas formas trabalhadas em conjunto, como a descrição, desenvolvimento e soluções alternativas para dados problemas, juntamente com o reforço e observação do modelo, com apresentação constante de feedbacks, ministradas pelo terapeuta, até a obtenção desses comportamentos. Desta forma, molda-se uma nova conduta determinante na melhoria das relações pessoais e grupais, contribuindo ainda para o desenvolvimento na carreira profissional.

V. RESULTADOS ESPERADOS

Espera-se que com este trabalho possamos alcançar, em conjunto com os colaboradores da Santa Casa de Misericórdia “Dona Carolina Malheiros”, situada na cidade de São João da Boa Vista-SP, após serem aplicadas as Oficinas Comportamentais, melhores habilidades no convívio social e dentro da própria instituição. Habilidades estas, que são fundamentais para o convívio em grupo, comunicação entre os colaboradores e resolução de problemas. Assim, o corpo de funcionários terá a chance de não só desenvolver uma vida profissional mais, como também adquirir experiências que lhe proporcionarão uma relação melhor com seus relacionamentos pessoais.

VII. REFERÊNCIAS

AMARO, Rogério Roque. **A EXCLUSÃO SOCIAL HOJE**. 2011. Disponível em:http://www.ista.pt/1/upload/ista_9_2000.pdf. Acesso em: 12 set. 2021.

COSTA, Wellington Soares da. **Humanização, Relacionamento Interpessoal e Ética**. Caderno de Pesquisas em Administração, São Paulo, v. 11, nº 1, p. 17-21, janeiro/março, 2004.

DELAI, Milena; HOHL, Alexandre; MARQUES, Emerson L.; PINCELLI, Mariangela P.; RONSOLI, Marcelo F.; SANDE-LEE, Simone V. **Prevalência de Sintomas de Ansiedade e Depressão em Pacientes com Diferentes Graus de Obesidade**. ACM - Arquivos Catarineses de Medicina, [s. l.], p. 01-12, 1 out. 2020. Disponível em: encurtador.com.br/jwBMW. Acesso em: 7 set. 2021.

FELIPPE, Flávia: **O peso Social da Obesidade**. 2001. 282 f. Tese (Doutorado em Serviço Social) - Faculdade de Serviço Social, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 200

Nunes Baptista, Makilim; Furlan Vargas, Juliana; Said Daher Baptista Adriana.

DEPRESSÃO E QUALIDADE DE VIDA EM UMA AMOSTRA BRASILEIRA DE

OBESOS MÓRBIDOS. Avaliação Psicológica [em linha]. 2008, 7(2), 235-247[Data de Consulta 5 de Setembro de 2021]. ISSN: 1677-0471. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=335027184014>

RODRIGUES, D'Alencar, Érica. *et al.* **Ações de Educação em Saúde no Controle do Sobrepeso/Obesidade no Ambiente de Trabalho.** Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste, vol. 11, núm. 1, enero-marzo, 2010, pp. 172-180 Universidade Federal do Ceará Fortaleza, Brasil

SCHERER, Patrícia T. *et al.* **Sintomas da Obesidade: Exclusão e Impactos no Trabalho.**

SERPINF, Porto Alegre, RS, p. 01-13, 2014. Disponível em:

<https://editora.pucrs.br/edipucrs/anais/serpinf/2014/assets/24.pdf>. Acesso em: 12 set. 2021.

VARGAS, Vandrieli. **A Obesidade Como Sintoma: Algumas Considerações Sob Ótica da Psicanálise.** 2012. 17 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Pós-Graduação) - UNIJUI, Ijuí, RS, 2012. Disponível em: encurtador.com.br/sDHT6. Acesso em: 5 set. 2021.

YOHANA, Caroline Pereira. **Análise Comportamental Clínica no Tratamento da Obesidade.** Instituto Brasiliense de Análise do Comportamento, Brasília, v. 1, p. 01-67,15 jul. 2016. Disponível em: https://ibac.com.br/wp-content/uploads/2018/02/monografia_carolineyohana.pdf. Acesso em: 7 set. 2021.

PRODANOV, C. C.; FREITAS, E. C. **Metodologia do trabalho científico: Métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico.** 4. ed. Rio Grande do Sul: Novo Hamburgo, 2013.

TEIXEIRA, Maria. **Habilidades de relacionamento interpessoal.** 2.ed. São Paulo: Ed. do Autor, 2014

SILVA, Maria Eduarda Brito et al. **DESENVOLVENDO COMPETÊNCIAS COMPORTAMENTAIS NO MEIO ACADÊMICO.** CESJF, Juiz de Fora, MG, ed. 1, p. 1-15, 2019. Disponível em: encurtador.com.br/derO7. Acesso em: 11 out. 2021.