

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

Felipe Paiva 21000192

Eduardo Varsone 21000502

Mark Moura 21001092

Talys Petreca 21000828

Projeto final

Obesidade: múltiplas tratativas para multifatores

São João da Boa Vista/SP

2021

RESUMO

A obesidade é uma doença epidêmica, crônica e multifatorial considerada um dos mais graves problemas de saúde no mundo. O objetivo deste projeto constituiu-se em realizar uma revisão bibliográfica de diversos pensamentos psicológicos, como a Psicanálise e a Gestalt, assim como suas bases filosóficas e epistemológicas e levantar possíveis hipóteses de prevenção através de uma cartilha educativa que foi distribuída no ambiente acadêmico e para pacientes da Escola do Bem-estar no intuito de convencer e incentivar a busca de um tratamento e a manutenção de uma saúde melhor.

Palavras-chave: Obesidade, multifatorial, psicanálise, gestalt.

I. INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

A obesidade é um dos mais graves e mais antigos problemas de saúde que enfrentamos no mundo todo. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), a população geral do Brasil apresenta um índice de 19,8% de obesidade, um crescimento de 67,8% nos últimos treze anos (ABESO, 2018). Um problema multifatorial que possui causas inalteráveis, como a genética, e fatores alteráveis, que serão nosso foco de estudo, como o status socioeconômico, a dieta, a atividade física, o apoio familiar e o estado mental do indivíduo. A importância da prevenção dessa doença é crítica, considerando a multitude de possíveis comorbidades acarretadas em um paciente obeso e na certeza de que crianças acima do peso possuem maior chance de desenvolver a obesidade na vida adulta (WRIGHT, 2001).

Freud, em seu livro “Três ensaios sobre a teoria da sexualidade” (1905), deixa claro suas primeiras conclusões de que, logo na infância, existe uma associação dos prazeres da sucção do bebê com a função alimentar, e depois em sua edição de 1924 define especificamente os nomes das fases de desenvolvimento psicosexual da criança, e a partir dos estudos das pulsões e zonas erógenas da fase oral e das fixações que podem vir a acontecer, temos os princípios da obesidade. Durante o primeiro ano de vida a alternância entre as pulsões da fome e o sentimento de saciedade, em conjunto com as sensações envolvidas na amamentação e outros afetos, inicia o reconhecimento do bebê sobre suas próprias necessidades, que no primeiro momento, são realizadas pela mãe e podem ser interpretadas de forma errada e predispor o filho a elaborar uma grande ligação com a comida e com suas emoções, criando formas de se alimentar que

servirão não para a saciedade, mas sim para satisfazer sempre suas pulsões de fome ou suas lacunas emocionais e comportamentais. É nessa interação onde pode haver uma dificuldade de formação da introjeção da criança, um desamparo pelo excesso impulsional, que fará falta na limitação desses impulsos na obesidade. Também é notável influências de Darwin, a partir de ideias sobre processos mentais inconscientes, o significado dos sonhos e o simbolismo oculto já discutido pelo cientista. Dentre outros pensadores que expandiram o evolucionismo darwiniano, o neurologista John Hughlings Jackson e Herbert Spencer se destacam. Dois pontos centrais das teorias de Spencer influenciaram imensamente Jackson, um sendo a tendência “natural” de caminhar do mais simples para o mais complexo, e o outro, a possível dissolução que pode ocorrer em certas condições, uma “evolução para trás” (KENNY, 2015).

Quanto à Gestalt, temos uma perspectiva mais imediata e uma abordagem mais direta, considerando que as bases de sua metodologia vem de uma importância individual em cada experiência vivida pelo paciente e do empirismo, uma descrição imparcial imediata dessas experiências, como por exemplo é utilizado nos diários alimentares, onde se deve anotar, a cada refeição, o que estava sentindo no momento e após comer. Deve-se entender a relação do paciente com a comida e a relação dele sobre a situação, suas crenças e valores, pois a Gestalt não trabalha com “a doença ou distúrbio”, mas sim com o ser humano doente, já que “o sintoma representa uma expressão do homem como um todo, representa uma determinada configuração das partes desse todo. Com isso, podemos dizer que o homem não tem um sintoma, ele é o seu sintoma” (NUNES, HOLANDA, 2008). Essa relação, que vai além da nutrição fisiológica deve então ser compreendida, aceita e reconfigurada, ao invés de reprimida, pois a comida realmente apresenta mais de uma função, em momentos felizes comemos para celebrar, por exemplo. É fundamental que o paciente entre em harmonia com seu corpo, sua individualidade e realize suas escolhas com responsabilidade (SCHULTZ, 2014).

Os ensinamentos filosóficos serão de bom uso para que os pacientes possam construir algo concreto, que não se limite somente a estética ou a saúde - mas também a seu autoconhecimento e consciência. Sartre traz grandes ensinamentos sobre a existência humana e sua profundidade, segundo Sartre em *O Existencialismo é um Humanismo* (1946) é melhor vencermos a nós mesmos do que ao mundo!” O maior desafio de um ser humano é lidar com sua existência e liberdade. Os ensinamentos de Sartre colaboram para que o indivíduo tome conhecimento de seus problemas e individualidades com mais clareza, em suas palavras: “Não

sendo mais uma parte dissonante da “massa de pessoas acima do peso”, mas sim um ser único e significativo.” Em uma perspectiva um pouco diferente, Viktor Frankl traz ensinamentos a respeito da liberdade em sua obra *Em Busca De Sentido* (1946) “Quando não somos mais capazes de mudar uma situação, somos desafiados a mudar a nós mesmos.”

O corpo do ser humano vem evoluindo constantemente, e cada indivíduo deve buscar a própria evolução: mentalmente e fisicamente. A busca do conhecimento não deve se limitar aos padrões estabelecidos, esses padrões devem ser questionados. Através de seu corpo o homem vivencia o mundo, então quando uma sociedade preconceituosa despreza sua imagem, isso tende a trazer autopunição (RUBINO, PUHL, CUMMINGS, 2020). É necessário a busca do autoconhecimento desde o período da infância. A partir da quebra desses pré-conceitos se adquire uma satisfação por se agir com autonomia, trazendo sonhos e objetivos à realidade, e isso permite que se contorne essa pandemia.

II. OBJETIVOS

O objetivo do presente estudo foi conscientizar e orientar a população sobre os perigos da obesidade e suas comorbidades.

III. METODOLOGIA

A partir de uma revisão bibliográfica dos pensamentos da Psicanálise e Gestalt que dizem respeito à obesidade, das bases filosóficas e epistemológicas da psicologia humana, e de artigos científicos foi realizada uma coleção de dados pertinentes ao assunto de prevenção à obesidade. Utilizamos como fonte principal os conteúdos das Unidades de Aprendizagem do Primeiro Módulo do curso de Psicologia da UNIFEOB, complementarmente, um diálogo com funcionárias da área da medicina e enfermagem em relação principais fatores desencadeantes da obesidade, o envolvimento de fatores sociais e as consequências de um tratamento sem acompanhamento psicológico. A popularização dos termos científicos nos levou à criação de uma cartilha educativa que busca conscientizar, trazendo uma linguagem comum, a fim de que o aprendizado desses termos e conhecimentos cheguem à população de uma forma didática e

simples. Como forma de divulgação da cartilha, foi realizado o compartilhamento online em mídias sociais.

IV. RESULTADOS

A cartilha foi concluída e divulgada para apreciação popular e técnica. Junto com todos os outros integrantes do primeiro módulo de Psicologia, um processo de unificação está acontecendo com as outras cartilhas.

V. REFERÊNCIAS

Governo do Brasil, **Pesquisa do IBGE mostra aumento da obesidade entre adultos**. Disponível em: <<https://www.gov.br/pt-br/noticias/saude-e-vigilancia-sanitaria/2020/10/pesquisa-do-ibge-mostra-aumento-da-obesidade-entre-adultos>>

SOUZA, Jakeline Maurício Bezerra de et al . **Obesidade e tratamento: desafio comportamental e social**. Rev. bras.ter. cogn., Rio de Janeiro , v. 1, n. 1, p. 59-67, jun. 2005 . Disponível em : <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872005000100007&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 15 abr. 2021.

Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e Síndrome Metabólica(ABESO), **Mapa da obesidade**. Disponível em: <<https://abeso.org.br/obesidade-e-sindrome-metabolica/mapa-da-obesidade/>>

WRIGHT, Charlotte M. et al. **Implications of childhood obesity for adult health: findings from thousand families cohort study**. Bmj, v. 323, n. 7324, p. 1280–1284, 2001. Disponível em: <<http://doi.org/10.1136/bmj.323.7324.1280>>

KENNY, Robert. **Freud, Jung and Boas: the psychoanalytic engagement with anthropology revisited**. Notes Rec.69173–190, 2015 Disponível em: <<http://doi.org/10.1098/rsnr.2014.0048>>

DONDE, Carmen Varga. **Aspectos emocionais e relacionais presentes na pessoa obesa na perspectiva da gestalt-terapia**, Florianópolis, 2004. 36 p. Monografia (Especialização em gestalt-terapia), Instituto Gestalten.

VARELA, Ana Paula Gramacho. **Você tem fome de quê?. Psicol. cienc. prof.**, Brasília , v. 26, n. 1, p. 82-93, 2006. Disponível em : <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932006000100008&lng=en&nrm=iso>.

RUBINO, Francesco, PUHL, Rebecca M., CUMMINGS, David E. *et al.* **Joint international consensus statement for ending stigma of obesity**. *Nat Med* **26**, 485–497, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.1038/s41591-020-0803-x>>

NUNES, Arlene Leite; HOLANDA, Adriano. **Compreendendo os transtornos alimentares pelos caminhos da Gestalt-terapia**. Rev. abordagem gestalt., Goiânia , v. 14, n. 2, p. 172-181, dez. 2008 . Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672008000200004&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 20 maio 2021.

SCHULTZ, Duane P.; SCHULTZ, Sydney E. **História da Psicologia Moderna**.11. ed. São Paulo: Cengage Learning, 2019.

Instituto de Medicina Sallet, **A importância do acompanhamento psicológico no tratamento da obesidade**, 2009. Disponível em: <<https://www.sallet.com.br/a-importancia-do-acompanhamento-psicologico-no-tratamento-da-obesidade/>>

Agradecimentos pelo bate papo com: Carolina de Moura (Enfermeira, Hospital de Campanha) e Nayara de Moura Barbosa (Médica, Hospital de Campanha).