



# COMPORTAMENTO ALIMENTAR NO PRÉ E PÓS OPERATÓRIO DE CIRURGIA BARIÁTRICA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

*Isadora Lione Poliquezi<sup>1</sup>, Letícia Lara da Silva<sup>2</sup>, Izabelle Zanqueta<sup>3</sup>*

<sup>1</sup>Acadêmica do Curso de Nutrição, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR.. isadorapoliquezi@gmail.com

<sup>2</sup>Acadêmica do Curso de Nutrição, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR. leticialsilva21@gmail.com

<sup>3</sup>Orientadora, Doutora, Docente no Curso de Nutrição, UNICESUMAR. Maringá-PR, Universidade Cesumar

## RESUMO

A obesidade é uma condição multifatorial que afeta milhões de pessoas em todo o mundo e está associada a diversas comorbidades. A cirurgia bariátrica surge como uma alternativa eficaz no tratamento da obesidade grave, promovendo significativa perda de peso e melhora clínica. No entanto, as mudanças comportamentais e emocionais no pré e pós-operatório são decisivas para o sucesso do procedimento. Este trabalho tem como objetivo destacar a importância do acompanhamento nutricional e multidisciplinar em pacientes submetidos à cirurgia bariátrica, especialmente no que diz respeito à prevenção de transtornos alimentares, à reeducação alimentar e à manutenção dos resultados obtidos. A metodologia utilizada foi a revisão bibliográfica, com base em estudos recentes extraídos de bases científicas. Observou-se que a ausência de suporte adequado pode levar ao reganho de peso, distúrbios emocionais e deficiência nutricional. A atuação do nutricionista é fundamental para o estabelecimento de um padrão alimentar equilibrado e para o suporte contínuo ao paciente. Conclui-se que o acompanhamento multidisciplinar é essencial para garantir a eficácia da cirurgia a longo prazo, promovendo melhora na qualidade de vida, no equilíbrio emocional e na saúde geral do indivíduo.

**PALAVRAS-CHAVE:** Comportamento alimentar desordenado; Cirurgia bariátrica; Obesidade; Transtornos alimentares.

## 1 INTRODUÇÃO

De acordo com a OMS (Organização Mundial da Saúde), a obesidade é a doença que mais atinge a população mundial, afetando todas as faixas etárias, principalmente em países mais desenvolvidos. A obesidade está vinculada a várias comorbidades como distúrbios endócrinos, metabólicos e cardiovasculares associados a doenças como diabetes mellitus 2, doenças cardíacas, hipertensão arterial, osteoartrite e alguns tipos de câncer. Nesse contexto, o tratamento para a obesidade inclui terapia nutricional, farmacológica e hábitos saudáveis como a prática de exercícios físicos, quando não há resultados com as intervenções apresentadas, uma opção válida, porém invasiva é a cirurgia bariátrica, mostrando ser eficaz para a perda de peso e melhora das comorbidades, reduzindo a taxa de mortalidade. (ROCHA e HOCIKO, 2018).

Devido a perda de peso rápida que a cirurgia bariátrica proporciona, o paciente pode desenvolver complicações pós-operatórias como transtorno alimentar compulsivo, síndrome do comer noturno, distorção de imagem, distúrbios psicológicos, como ansiedade e depressão, deficiências nutricionais por conta da ingestão alimentar ser mais restrita e problemas na absorção dos nutrientes no organismo. (RIBEIRO et al. 2024).

Na maioria dos casos os pacientes que adquirem esse comportamento pós cirurgia bariátrica, não realizaram o tratamento multidisciplinar e a terapia cognitiva comportamental adequada no pré e pós-operatório. Dessa forma, a não realização do tratamento correto pode dar início a um ciclo vicioso gerando comportamentos alimentares desequilibrados e submetendo o paciente ao reganho de peso. (ALMEIDA e RODRIGUES, 2020).

O presente estudo tem como objetivo destacar a relevância da atuação do nutricionista no tratamento de pacientes submetidos à cirurgia bariátrica, tanto no pré quanto no pós-operatório. Através de uma revisão bibliográfica, busca-se reunir evidências



científicas que reforcem a importância do acompanhamento nutricional, com ênfase na abordagem comportamental, a fim de contribuir na prevenção de transtornos alimentares, na reeducação alimentar e na manutenção dos resultados obtidos com a cirurgia, evitando também possíveis doenças nutricionais.

## 2 MATERIAIS E MÉTODOS

A metodologia deste trabalho consistiu em uma revisão bibliográfica, realizada por meio da busca de artigos e publicações científicas relacionadas ao comportamento alimentar no período pré e pós-operatório da cirurgia bariátrica. As buscas foram realizadas nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), acessada por meio da plataforma PubMed, e Google Scholar (Google Acadêmico).

Foram utilizados como descritores os termos “cirurgia bariátrica”, “comportamento alimentar” e “pré e pós-operatório”.

Foram incluídos na pesquisa artigos publicados nos últimos cinco anos, escritos nos idiomas português e inglês, que apresentassem uma abordagem clara e relevante sobre o tema, com foco em adultos que tenham sido submetidos ao procedimento cirúrgico e que relacionassem a temática aos comportamentos alimentares, nutricionais e psicológicos.

Os artigos selecionados foram analisados quanto à sua pertinência aos objetivos do estudo, priorizando aqueles que apresentassem evidências científicas sobre as mudanças nos hábitos alimentares e nos aspectos emocionais e sociais dos pacientes antes e após a cirurgia bariátrica.

## 3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

### 3.1 Principais alterações do comportamento alimentar de pacientes submetidos a cirurgia bariátrica

O período após a cirurgia bariátrica é caracterizado por diversas limitações alimentares e inicialmente por uma significativa redução de peso. No entanto, após essa fase inicial, marcada por intensas transformações físicas, o paciente pode chegar a um ponto de estagnação, no qual não consegue mais perder peso com facilidade. Essa etapa pode ser decisiva para o surgimento de padrões de comportamento disfuncionais, motivados pela busca de um peso ideal (REIS E JUNIOR, 2023).

As mudanças mais comuns em pacientes no período pós-operatório da cirurgia bariátrica, no que diz respeito aos hábitos alimentares, incluem o aumento da ingestão de alimentos **hipercalóricos**, aparecimento de intolerâncias alimentares e alterações no paladar e **dificuldade** para consumir alimentos ricos em proteínas e gorduras. Já no aspecto emocional, as principais transformações envolvem oscilações no humor, como intensificação ou diminuição de sintomas depressivos, aumento da ansiedade e comportamentos impulsivos, podendo ocorrer também sensação de fadiga, falta de disposição, distúrbios no sono e carências nutricionais (PENTEADO et al., 2022).

### 3.2 Fatores psicológicos, emocionais e sociais que influenciam os hábitos alimentares no pré e pós-operatório

Os fatores psicológicos influenciam de maneira significativa os hábitos alimentares antes e depois da cirurgia bariátrica. Transtornos como ansiedade, depressão



e compulsão alimentar, quando não identificados e tratados, podem prejudicar a adesão ao tratamento e favorecer o ganho de peso. (JAIME et al., 2025).

No campo emocional, muitos pacientes apresentam uma relação com a comida associada ao alívio de tensões e desconfortos, caracterizando a fome emocional. Após a cirurgia, a dificuldade em lidar com as mudanças corporais e a adaptação ao novo estilo de vida podem levar à substituição dessa compulsão alimentar por outros comportamentos de risco. O acompanhamento psicológico contínuo é, portanto, indispensável para auxiliar na construção de estratégias de enfrentamento e na consolidação de hábitos alimentares saudáveis (SOUZA NETA, 2022).

O contexto social e familiar exerce papel determinante na formação e manutenção dos hábitos alimentares no pré e pós-operatório. Padrões alimentares adquiridos ao longo da vida, bem como o nível de apoio recebido após o procedimento, influenciam diretamente a adesão às orientações nutricionais. Famílias que compreendem as restrições e participam ativamente do processo tendem a favorecer a adaptação e a manutenção dos resultados alcançados (FREITAS et al., 2024).

### **3.3 A importância do acompanhamento multidisciplinar com nutricionistas, médicos e psicólogos antes e após a cirurgia**

O acompanhamento multidisciplinar no período pós-operatório é igualmente crucial para a manutenção dos resultados da cirurgia bariátrica. A atuação conjunta de nutricionistas, médicos e psicólogos permite não apenas monitorar a evolução clínica e nutricional do paciente, mas também intervir precocemente diante de sinais de deficiências nutricionais, alterações metabólicas ou dificuldades de adaptação alimentar. Além disso, o suporte psicológico contínuo contribui para prevenir recaídas comportamentais, como episódios de compulsão alimentar e o abandono das orientações dietéticas, favorecendo a consolidação de hábitos saudáveis e a manutenção da perda ponderal a longo prazo (JAIME et al., 2025).

## **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A cirurgia bariátrica representa uma intervenção eficaz no tratamento da obesidade grave, proporcionando significativa perda de peso e melhora das comorbidades associadas. Entretanto, os resultados a longo prazo dependem não apenas do procedimento cirúrgico, mas também da adoção de novos hábitos alimentares e do manejo adequado dos fatores psicológicos e sociais envolvidos. As alterações no comportamento alimentar no período pré e pós-operatório podem comprometer o sucesso do tratamento, sendo imprescindível a identificação e a prevenção de transtornos alimentares nesse processo (RIBEIRO et al., 2024; REIS; JUNIOR, 2023).

## **REFERÊNCIAS**

ALMEIDA, E. V. B.; RODRIGUES, H. C. N. Comportamento alimentar no pré e pós-cirurgia bariátrica: revisando as evidências científicas. **Escola de Ciências Sociais e da Saúde**, dez. 2020. Disponível em: <https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/handle/123456789/748>. Acesso em: 12 mar. 2025.

FREITAS, A. P.; SEMIDAMORI, B. B.; LACERDA, G. M.; SILVA, G. N.; MONTEIRO, M. E. Z. Cirurgia bariátrica: analisando seus impactos nutricionais, psicológicos e comportamentais pós-cirúrgicos. Centro Universitário São Camilo, São Paulo, 2024. 42 p.



Disponível em: <http://repo.saocamilo-sp.br:8080/jspui/handle/123456789/2288>. Acesso em 17 abr. 2025.

JAIME, A.; CANÇADO, L. S.; CARVALHO, I. S. A.; MARICATO, J. F.; ALENCAR, J. F.; SILVA, K. S.; LINHARES, A. P.; CUNHA, N. W. R.; SANTOS, J. F. R.; SANTOS, I. M. C.; SALES, E. N.; FERREIRA, Y, H, S.; JÚNIOR, J. M. O.; OLIVEIRA, R. D. N.; ARAÚJO, H. B.; MACHADO, A, G, M. Impacto da cirurgia bariátrica na saúde mental: Avaliação psiquiátrica pré e pós-operatória. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v.7, n.4, abr. 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2025v7n4p1238-1251>. Acesso em 11 abr. 2025.

NETA, M. B. S. Reganho de peso: Fatores emocionais que influenciam pós cirurgia bariátrica. **Revista PsiPro/ PsiPro Journal**, v. 1, n. 3, dez. 2022. Disponível em: <https://www.revistapsipro.com.br/index.php/psipro/article/view/108/93>. Acesso em 15 abr. 2025.

PENTEADO, A, C.; TELLES, A, T, L, C.; RUBIATTI, A. M. M.; PELLEGRINI, A. R.; Cirurgia bariátrica, transtornos alimentares e nutrição comportamental: associações possíveis - uma revisão narrativa. **SEMEAR: Revista de Alimentação, Nutrição e Saúde**, v.4, n. 1, dez. 2022. Disponível em: <https://seer.unirio.br/ralnuts/article/view/11998>. Acesso em 15 abr. 2025.

REIS, M. M.; JÚNIOR, L. A. C. Prevalência de transtornos psiquiátricos após cirurgia bariátrica: uma revisão da literatura. **Debates em Psiquiatria**, v. 13, p. 1-15, dez. 2023. Disponível em: <https://revistardp.org.br/revista/article/view/651>. Acesso em 17 mar. 2025.

ROCHA, A. C.; HOCIKO, K. D. R. Comportamento e hábitos alimentares dos pacientes pós cirurgia bariátrica. **Revista de Comportamento, Cultura e Sociedade**, v. 6, n. 1, dez. 2018. Disponível em <http://www3.sp.senac.br/hotsites/blogs/revistacontextos/>. Acesso em 14 mar. 2025.

RIBEIRO, R.; SILVA, M. W.; Luz, J. V. R.; SANTOS, J. S.; MONTANA, L. C.; LETÍCIA, L.; NATHALY, V.; LOPES, B. D. O. P.; RIBEIRO, M. M.; LOPES, K. S.; CAMILO, D. F.; KOWALSKI, M. B.; RIBEIRO, M. M.; BENVENUTI, B. L.; ZÓRTEA, B. Z.; SILVA, M. G.; FREITAS, N. B.; MELO, T. S. M. D. A. Obesidade e cirurgia bariátrica: Uma Revisão das complicações e seus impactos. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 6, n. 10, p. 4261-4273, out. 2024. Disponível em <https://bjih.emnuvens.com.br/bjih/article/view/4181>, Acesso em 20 abr. 2025.