Prevenção dos Transtornos Alimentares na escola: vivendo a experiência do jogo Tabu

Adelle Moade Ribeiro Souza[1]

RESUMO

Os transtornos alimentares são doenças crônicas e têm prevalência mais alta na adolescência. Pouco se tem registrado sobre intervenções preventivas nas escolas sobre fatores de risco importantes como: a insatisfação corporal, a prática de dietas restritivas e a internalização dos ideais de magreza. Estudos populacionais com adolescentes apontam que insatisfação corporal associada a depressão, solidão, insônia e dificuldades de socialização. Diante de tal demanda, a autora criou o jogo de tabuleiro "Jogo Tabu" e já realizou intervenções voltadas para a prevenção dos transtornos alimentares em escolas particulares e publicas na cidade de Aracaju. O jogo é destinado para alunos com faixa etária dos 13 aos 18 anos. A construção do jogo colaborativo foi embasada : 1) na metodologia psicodramática (Espontaneidade, Criatividade). Os Personagens adolescentes trazidos pelo jogo são apresentados com seus desafios de auto estima e saúde mental. Estes, com ajuda dos participantes jogadores atravessam o tabuleiro em busca de saúde mental e soluções para seus conflitos. 2) na Teoria dos 3 fatores de Thompsom que descreve as relações interpessoais como principais influências na insatisfação com imagem corporal. Familia, mídia, amigos são a base da teoria dos 3 fatores. A autora incluiu nesses 3 fatores, um quarto: "tratamentos de saúde" como fator de risco ou protetor devido aos efeitos iatrogênicos observados quando os profissionais de saúde não conhecem sobre transtorno alimentar. A vivência se propõe a demonstrar os fundamentos dos trabalhos de prevenção dos transtornos alimentares, relatar experiências e demonstrar a prática do jogo tabu com os participantes utilizando as regras do jogo e praticando com eles.

O convite é que os participantes se dividam em grupos e cada grupo represente um personagem para atravessar as casas do tabuleiro buscando coletivamente construir as soluções para os problemas apresentados. A roleta é derivada das casas do tabuleiro. Os mesmos fatores podem ser ajuda ou obstáculo, ou seja são convocados a trazer cenários protetores ou de risco. Dependendo do que sair na roleta As perguntas que guiam o jogo são: O que aconteceu com o personagem A na sua família que foi obstáculo? O que aconteceu com personagem B nas mídias sociais ou com amigos que foi ajuda? Utilizando da realidade suplementar, soluções são pensadas coletivamente. Ao final do jogo é muito frequente os participantes relatarem a identificação com as problemáticas dos personagens, compartilhamento dos desafios de saúde

[1] Psicóloga, Psicodramatista Nível II, Mestra em Ciências da Saúde, Especialista em Transtornos Alimentares pelo CEPSIC- Hospital das Clínicas da USP. Email: adellemoade@gmail.com

mental e na família. A experiência com o jogo possibilita importantes reflexões sobre saúde mental, papel da família e da amizade.

Palavras-chave: Transtornos Alimentares. Prevenção. Psicodrama. Jogos Dramáticos. Adolescência.