

INTEROCEPÇÃO GÁSTRICA E COMPORTAMENTO ALIMENTAR NA PRÁTICA CLÍNICA

Maria Laura Monteiro da Luz Camargo¹, Paula Costa Teixeira^{1,2}, Thiago De Raphael Nogueira^{1,2}

¹ Núcleo de Pesquisa (NUPE), Programa de Transtornos Alimentares (AMBULIM), Instituto de Psiquiatria, Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (HCFMUSP), São Paulo, SP, Brasil.

² Neurociências e Comportamento (NEC), Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo (USP), São Paulo, SP, Brasil.

*marialaura.nutricionista@gmail.com

PALAVRAS-CHAVE: Interocepção; Saciedade; Transtornos Alimentares; Percepção Corporal; Apetite

INTRODUÇÃO

A interocepção, responsável por perceber, interpretar e integrar sinais corporais internos, é fundamental na regulação do comportamento alimentar. Alterações nesse processo têm sido associadas a diferentes condições de saúde mental, incluindo os transtornos alimentares. Entre os sinais interoceptivos, destacam-se aqueles provenientes do trato gastrointestinal, relacionados à ingestão alimentar. A interocepção gástrica envolve a detecção de sinais como distensão e preenchimento do estômago, que contribuem para as sensações de fome e saciedade. Nesse contexto, déficits interoceptivos dificultam o uso desses sinais para guiar a ingestão alimentar, impactando diretamente o comportamento alimentar e favorecendo padrões desregulados. Como consequência, podem emergir comportamentos como comer na ausência de fome fisiológica ou dificuldade em reconhecer a saciedade, aspectos clinicamente relevantes para a compreensão e o manejo dos transtornos alimentares.

OBJETIVO(S)

Analisar evidências sobre a relação entre interocepção gástrica e comportamento alimentar, com ênfase em sua avaliação e aplicabilidade clínica em transtornos alimentares.

MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, conduzida conforme o referencial de Whittemore e Knafl, com foco em evidências de aplicabilidade clínica. A questão de pesquisa foi estruturada pela estratégia PICO/PECO, investigando a relação entre interocepção gástrica e comportamento alimentar em humanos. A busca foi realizada nas bases PubMed, Scopus e Web of Science, incluindo estudos publicados até 2025, por meio de descritores controlados (MeSH/DeCS) e termos livres relacionados à interocepção, sensibilidade visceral, estímulos gástricos e comportamento alimentar, combinados por operadores booleanos. Foram incluídos estudos primários com amostras humanas adultas que avaliaram a interocepção gástrica por protocolos experimentais (ex:

distensão intragástrica, infusão de nutrientes, Water Load Test) e mensuraram desfechos comportamentais de ingestão alimentar ou correlatos clínicos. Foram excluídos estudos baseados exclusivamente em autorrelato e aqueles conduzidos em modelos animais. A seleção seguiu as etapas do PRISMA 2020 (identificação, triagem, elegibilidade e inclusão). Os dados foram analisados por comparação constante, com categorização temática e síntese narrativa dos achados, priorizando evidências com implicações clínicas para o comportamento alimentar e transtornos alimentares.

RESULTADOS

Indivíduos com transtornos alimentares apresentam alterações na percepção de sinais gástricos, como maior tolerância à distensão e distorções na saciedade, associadas à desregulação alimentar. Observa-se relação entre menor acurácia interoceptiva e padrões alimentares disfuncionais. O Water Load Test mostrou-se viável para avaliar a interocepção gástrica, diferenciando estados de saciedade e grupos clínicos. Intervenções com biofeedback indicaram modulação da percepção interoceptiva, com impactos iniciais na relação com a alimentação. A integração entre medidas subjetivas e fisiológicas mostrou-se relevante para compreensão do fenômeno.

CONCLUSÃO

A interocepção gástrica é relevante na modulação do comportamento alimentar, com alterações observadas em transtornos alimentares e potencial aplicação clínica. A integração da percepção de sinais corporais à nutrição comportamental pode contribuir para o aprimoramento do manejo clínico.