

REPERCUSSÕES DO ESTIGMA DE PESO NO COMPORTAMENTO ALIMENTAR E IMAGEM CORPORAL

Kássia Héllen Vieira^{1*}, Michele Soares Oliveira¹, Lorena da Silva Rodrigues¹, Fernanda Kellen Vieira¹

¹Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna (FASI), Montes Claros/ MG, Brasil

*nutricionistakassiahellen@gmail.com

Palavras-chave: Ingestão de Alimentos; Peso Corporal; Preconceito de Peso.

INTRODUÇÃO

Indivíduos diagnosticados com sobrepeso e obesidade, enfrentam maiores índices de descaso pela sociedade a respeito do peso em excesso. A pressão social pela perda de peso, contribui para episódios de alimentação exagerada, de forma compensatória, para lidar com as emoções, bem como para a busca e esforço de se submeter a um tratamento a qualquer custo, o que desencadeia reações psicológicas e fisiológicas, que trazem maiores complicações. Considerando essa realidade, torna-se essencial investigar as consequências desse estigma social, a fim de promover abordagens terapêuticas mais eficazes e humanizadas, que envolvam também os aspectos emocionais e sociais no gerenciamento e tratamento da obesidade.

OBJETIVO

Avaliar as repercussões do estigma de peso no comportamento alimentar de pessoas adultas e com excesso de peso.

MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa do tipo descritiva, análise qualiquantitativa e corte transversal proveniente de um estudo com dados preliminares de um Trabalho de Conclusão de Curso, com usuários adultos de redes sociais e que apresentavam excesso de peso. A coleta de dados ocorreu mediante o envio on-line, utilizando a plataforma *Google forms*, de um questionário adaptado e divulgado através das redes sociais das próprias pesquisadoras (*Instagram* e *WhatsApp*). O questionário continha perguntas abertas e fechadas sobre dados sociodemográficos, peso e altura, comportamento alimentar e estigma de peso. Os dados coletados foram analisados através do software *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), versão 26.0, por meio de estatísticas descritivas e realização do Qui-quadrado de Pearson para associação entre variáveis, considerando 95% de nível de confiança (p-valor <0,05). Os participantes concordaram com a participação no estudo através do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido antes da coleta de dados. A presente pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa das Faculdades Unidas do Norte de Minas, sob o Número do Parecer 5.608.404.

RESULTADOS

Foram recebidas 126 respostas válidas. Do total, 84,1% dos participantes era do sexo feminino (n=106), 38,9% tinha idade entre 18 e 25 anos (n = 49). Quanto à classificação do Índice de Massa Corporal (IMC), 49,2% apresentava sobrepeso (n=62), seguido de obesidade grau I (26,2%, n=33). Em torno de 83,3% afirmaram já terem feito dieta para perda de peso (n=105), sendo que destes, 48,4% fizeram por conta própria (n=61). Cerca de 47,6%, 48,4% e 57,1% dos participantes afirmaram que se sentem pressionados por amigos ou familiares a perder peso (n=60), que após momento de tristeza por causa do

corpo/peso sentem vontade de comer algo específico ($n=61$) e sentem tristeza e desejam fazer uma dieta restritiva quando visualizam fotos de pessoas de corpo padrão nas redes sociais, respectivamente. Verificou-se associação da classificação do IMC com a experiência de ter feito dieta para perda de peso ($p\text{-valor} = 0,02$) e com a pressão por parte de conhecidos para perda de peso ($p\text{-valor} = 0,04$).

CONCLUSÃO

Diante dos resultados apresentados, pressupõe-se que o preconceito quanto a corpos fora do padrão impacta negativamente no comportamento alimentar, bem como na preocupação em relação à imagem corporal. Portanto, é necessário o desenvolvimento e aprimoramento das abordagens e condução do tratamento da obesidade, de forma a não reduzir o tratamento a somente cálculo e redução de calorias e de peso.