

ORTOREXIA: UMA NOVA CLASSIFICAÇÃO DE TRANSTORNO ALIMENTAR

Aimê Cerqueira da Silva^{*}
Aline Karen Menezes Araújo da Silva^{**}
Beatriz Barbosa de Souza de Jesus^{***}
Verônica Nogueira de Jesus Santos^{****}
Gilmara Alvarenga Fachardo Oliveira^{*****}

O ato de se alimentar é caracterizado como uma ação de maior relevância para o homem, levando em consideração aspectos biológicos, mas também por refletir vies científicos, culturais, econômicos, psicológicos e sociais. Alterações na alimentação que afetam a saúde física e psicossocial de indivíduos são denominadas transtornos alimentares. Tratam-se de doenças psiquiátricas que geram preocupações excessivas e persistentes com a forma física e/ou alimentar. Entre os tipos de transtornos mais relatados, destacam-se a bulimia nervosa e a anorexia nervosa, ambos distúrbios onde as pessoas estão excessivamente preocupadas com a forma física e imagem corporal. Entretanto, um novo tipo de transtorno alimentar foi recentemente diagnosticado e classificado como ortorexia. Sendo assim, o objetivo do trabalho foi realizar uma revisão de literatura referente ao tema ortorexia. Inicialmente, foi realizado um levantamento bibliográfico a partir das bases de dados Scielo, Medline e Lilacs, utilizando como palavras chave transtorno alimentar, ortorexia, ortorexia nervosa e nutrição. Posteriormente, foram selecionados dez artigos relacionados ao assunto proposto no estudo, publicados em língua portuguesa, entre os anos de 2011 a 2017. A ortorexia é um transtorno alimentar caracterizado por uma dieta extremamente rígida, composta apenas por alimentos saudáveis. A obsessão causada pelos ortoréxicos ocasiona perda de relacionamentos sociais e insatisfações afetivas, situação que agrava ainda mais a situação do indivíduo, favorecendo sua preocupação com os alimentos. Acredita-se que as mulheres, adolescentes e praticantes de fisiculturismo façam parte do grupo mais vulnerável a desenvolver esse tipo de transtorno. Entretanto, estudos apontam que os profissionais nutricionistas e estudantes de nutrição estão sujeitos ao desenvolvimento dessa doença, em função da necessidade de lidarem diretamente com o tema e por serem pressionados a terem uma alimentação saudável servindo como uma espécie de modelo alimentar. Para o diagnóstico da ortorexia, é essencial que parentes e pessoas próximas fiquem atentos aos comportamentos alimentares. O tratamento deve ser multidisciplinar, destacando a participação de nutricionistas e psicólogos, profissionais que poderão identificar os fatores que desencadearam a doença e ajudar a controlá-la. Por envolver questões emocionais e psicológicas do paciente e das pessoas que o cercam, também é fundamental o apoio de familiares e amigos durante esse processo.

Palavras-chave: Alimentação saudável. Nutrição. Comportamento alimentar.

*Estudante do curso de Bacharelado em Nutrição da Faculdade Maria Milza (FAMAM). cerqueiraaimee@gmail.com

**Estudante do curso de Bacharelado em Nutrição da Faculdade Maria Milza (FAMAM). alinekaren97@hotmail.com

***Estudante do curso de Bacharelado em Nutrição da Faculdade Maria Milza (FAMAM). biabsj@hotmail.com

****Estudante do curso de Bacharelado em Nutrição da Faculdade Maria Milza (FAMAM). velnjs.linda@gmail.com

*****Mestre em Recursos Genéticos Vegetais, Docente da Faculdade Maria Milza (FAMAM). gfachardo@yahoo.com.br