



ID: 70188451

29-06-2017

Estudo associa “bullying” a problemas alimentares

Universidade de Coimbra Investigação envolveu 609 adolescentes do sexo feminino, 5.475 mulheres adultas e 335 homens

Uma «relação conflituosa» com a alimentação e com a imagem corporal pode estar relacionada com a ocorrência de “bullying” na adolescência e com «percepções de inferioridade», conclui um estudo ontem divulgado pela Universidade de Coimbra (UC).

O estudo – que envolveu 609 adolescentes do sexo feminino, 5.475 mulheres adultas e 335 homens – foi realizado entre 2013 e 2017 por investigadores da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da UC e da Faculdade de Medicina e Saúde da Universidade de Leeds, no Reino Unido.

Numa primeira fase, os investigadores quiseram «perceber quais os factores de risco para o desenvolvimento de problemas de comportamento alimentar na adolescência, acompanhando, ao longo de três anos, 609 adolescentes do sexo feminino de escolas rurais e urbanas da região Centro do país», explica a UC, acrescentando que se concluiu que «adolescentes que passaram por experiências



D.R.

Cristiana Duarte é investigadora principal do projecto

de “bullying” tendem a desenvolver sentimentos de vergonha em relação à sua imagem corporal e a iniciar comportamentos desregulados com a comida».

Cristiana Duarte, investigadora principal do projecto, referiu que «quando as adolescentes atribuem ao corpo a razão pela qual são vítimas de “bullying” podem começar a

adotar comportamentos alimentares desregulados, como forma de corrigir aquilo que percebem como uma inferioridade e que poderá estar na base dessas interações negativas com pares».

Os investigadores avaliaram também o problema na população adulta, «a partir da autoavaliação com base em memórias de experiências negativas

da infância e da adolescência, bem como em experiências na idade adulta associadas a vergonha e a dificuldades de regulação emocional e do comportamento alimentar».

Nesse sentido, foram realizados estudos que envolveram 3.125 mulheres e 335 homens da população geral portuguesa com diversos graus em termos de peso, 2.236 inglesas com ex-

Resultados mostram necessidade de incluir abordagens inovadoras no Sistema Nacional de Saúde

cesso de peso e obesidade e 114 mulheres diagnosticadas com Perturbação de Ingestão Alimentar Compulsiva.

Segundo Cristiana Duarte, observou-se que «memórias deste tipo de experiências negativas na infância e adolescência se associam também a vergonha corporal na idade adulta».

A situação agrava-se em mulheres com excesso de peso e obesidade: «A vergonha corpo-

ral, o autocrítica e tentativas de evitamento destes estados internos negativos parecem estar relacionados com uma pior regulação do comportamento alimentar; nomeadamente com sintomas de ingestão alimentar compulsiva, e a dificuldades na perda de peso».

«Estas dimensões parecem ser também muito importantes na ocorrência de episódios de descontrolo alimentar no sexo masculino», acrescenta.

Os investigadores desenvolveram um programa de intervenção psicológica de curta duração (quatro semanas) focado no desenvolvimento de competências para fomentar uma gestão equilibrada da alimentação. Depois, foi testado num estudo piloto em 20 mulheres com Perturbação de Ingestão Alimentar Compulsiva, tendo-se revelado eficaz. No final desta intervenção, «notou-se uma redução significativa de sintomas de ingestão alimentar compulsiva e de outros sintomas de comportamentos alimentares perturbados, de dificuldades relacionadas com a imagem corporal, autocrítica e indicadores de depressão».

Segundo Cristiana Duarte, os resultados obtidos no estudo mostram a necessidade de «incluir no Sistema Nacional de Saúde abordagens inovadoras que complementem as terapêuticas convencionais de prevenção e tratamento destes problemas de saúde pública».