



Compulsão Alimentar na Contemporaneidade: Reflexão Fenomenológico-Hermenêutica

Binge Eating in Contemporary Times: Phenomenological-Hermeneutic Reflection

Los atracones en la época contemporánea: Reflexión fenomenológico-hermenéutica

Mairla Costa Ferreira Gomes  

Instituto de Psicologia Fenomenológico-Existencial do Rio de Janeiro (IFEN)

Samira Meletti da Silva Goulart  

Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ)

Ana Maria Lopez Calvo de Feijoo  

Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ)

RESUMO

Com o objetivo de compreender as orientações fáticas da contemporaneidade que contribuem para o desvelamento de um modo de comer definido como transtorno de compulsão alimentar, e refletir sobre esse comportamento transpondo o olhar biomédico, o presente estudo realizou uma revisão narrativa da literatura através de pesquisa nos bancos de dados BVS, LILACS e SCIELO, entre os anos de 2013 e 2023, encontrando 8 artigos que abordavam a compulsão alimentar no atual contexto histórico. Constatou-se a complexidade da temática, envolvendo os padrões estéticos, a saúde, o consumismo, a mídia, a valorização do desempenho e da produtividade, e o ritmo de vida atual. Foi realizada uma articulação com o pensamento do filósofo Martin Heidegger (1954) acerca do horizonte histórico moderno, caracterizado como era da técnica, cuja perspectiva fenomenológico-hermenêutica permite ampliar a discussão acerca da existência contemporânea, contribuindo para outros manejos clínicos em psicologia com pessoas que apresentam tais comportamentos alimentares.

Palavras-chave: *Compulsão, Alimentação, Contemporaneidade, Cultura.*

ABSTRACT

In order to understand the factual orientations of contemporaneity that contribute to the unveiling of the eating way defined as binge eating disorder, and to reflect on this behavior beyond the biomedical perspective, the present study carried out a narrative review of the literature through a search in the databases BVS, LILACS and SCIELO, between the years 2013 and 2023, finding 8 articles that addressed binge eating in the current historical context. The complexity of the theme was noted, involving aesthetic standards, health, consumerism, the media, the valorization of performance and productivity, and the current pace of life. An articulation was made with the thought of the philosopher Martin Heidegger (1954) about the modern historical horizon, featured as age of technique, whose phenomenological-hermeneutic perspective allows to broaden the discussion about contemporary existence, contributing to other clinical management in psychology with people who present such eating behaviors.

Keywords: *Compulsion, Feeding, Contemporaneity, Culture.*

RESUMEN

Con el objetivo de comprender las orientaciones fácticas de la época contemporánea que contribuyen al desvelamiento de una forma de comer definida como trastorno por atracón, y reflexionar sobre este comportamiento yendo más allá de la perspectiva biomédica, el presente estudio realizó una revisión narrativa de la literatura a través de investigaciones en las bases de datos BVS, LILACS y SCIELO, entre 2013 y 2023, encontrando 8 artículos que abordaron los atracones en el contexto histórico actual. Se destacó la complejidad del tema, que involucra estándares estéticos, salud, consumismo, medios de comunicación, valoración del desempeño y la productividad y el ritmo de vida actual. Se articuló con el pensamiento del filósofo Martin Heidegger (1954) sobre el horizonte histórico moderno, caracterizado como la era de la técnica, cuya perspectiva fenomenológico-hermenéutica nos permite ampliar la discusión sobre la existencia contemporánea, contribuyendo a otros manejos clínicos en psicología con personas que exhiben tales conductas alimentarias.

Palavras-clave: *Compulsión, Alimentación, Contemporaneidad, Cultura.*

INTRODUÇÃO

A compulsão alimentar surge como transtorno não-específico, em 1994, na 4ª edição do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais - DSM IV (Cauduro et al., 2018). No entanto, como ela necessitava de melhor caracterização, no DSM-5, formulado em 2013, foi classificada como um transtorno distinto de outras categorias diagnósticas, sendo definida como a “ingestão, em um período determinado (p. ex., dentro de cada período de duas horas), de uma quantidade de alimento definitivamente maior do que a maioria das pessoas consumiria no mesmo período sob circunstâncias semelhantes” (DSM-5, 2014, p. 350). Estando associados aos episódios aspectos como: comer rapidamente, mesmo na ausência da sensação física de fome, até sentir-se desconfortavelmente cheio, causando uma sensação de falta de controle sobre o ato de comer e sofrimento psíquico; além de sentimentos como vergonha, culpa, desgosto e depressão. É necessário ainda considerar a recorrência dos episódios, tendo-se como critério diagnóstico a ocorrência de um episódio ao menos uma vez por semana durante três meses (DSM-5, 2014).

Percebe-se que a caracterização da compulsão alimentar inclui critérios em que é considerado o contexto, não tendo uma demarcação exata do tempo em que ocorre a ingestão da comida, pois o manual traz somente um exemplo de duas horas, nem mesmo a demarcação da quantidade de comida ingerida, indicando que seja considerada maior que a maioria das pessoas consumiria em circunstâncias parecidas (DSM-5, 2014). Esses aspectos, considerados subjetivos, são apontados como pontos controversos na definição diagnóstica do transtorno, conforme citam Bloc et al. (2019), que recomendam uma compreensão crítica dessa experiência. Apesar de controversa, desde a classificação diagnóstica da compulsão alimentar como um transtorno é possível verificar um aumento das publicações sobre o tema, sendo destacada a conotação patológica que o ato de comer em excesso vem recebendo desde a década de 90 (Bloc et al., 2019; Cauduro et al., 2018).

Na prática clínica, a partir da experiência de uma das autoras deste trabalho como psicóloga em um hospital universitário público do Maranhão, foi possível perceber nos relatos de pacientes em acompanhamento para a realização da cirurgia bariátrica um modo de comer excessivo e compulsivo, que se assemelha às informações encontradas nas literaturas científicas, identificando a compulsão alimentar como o transtorno mais comum em pessoas com sobrepeso ou obesidade, sendo este o público indicado para a cirurgia bariátrica (Birck & Souza, 2020; Franco et al., 2018; Maciel et al., 2018).

A percepção deste modo de comer excessivo e compulsivo, comum não apenas entre os pacientes indicados à cirurgia bariátrica, mas também na sociedade contemporânea, suscitou algumas questões acerca

da compulsão alimentar: Quais significados a alimentação em excesso foi recebendo no panorama histórico e como se chegou à caracterização contemporânea do fenômeno como um transtorno de compulsão alimentar?

Para responder às questões propõe-se uma análise de referenciais produzidos em base a uma matriz biológica e de textos com enfoque fenomenológico existencial, a fim de compreender modos de pensar o fenômeno da compulsão alimentar diferente do atual discurso técnico-científico que a identifica como um comportamento patológico. Nosso ponto de vista situa a mesma como experiência humana, mediada pelas transformações culturais e sociais. Deste modo, o estudo objetiva compreender as condições que favorecem e caracterizam o comportamento compulsivo alimentar como um fenômeno característico do atual contexto histórico.

Nessa perspectiva, buscou-se, à priori, investigar o que o discurso técnico-científico tem debatido sobre o tema, através de pesquisas de artigos que versam sobre a compulsão alimentar. Dessa forma, foi possível realizar posteriormente uma reflexão sobre o fenômeno a partir das contribuições da fenomenologia existencial, que compreende o ser humano como abertura, em uma unidade inseparável ao mundo, não acentuando, portanto, a responsabilidade em um desses polos.

Para entender o modo de comer que desconhece limites, pretende-se discutir como o ritmo que se estabelece encaminha à produção, exploração e excessos que se tornam visíveis nos modos de ser, agir e comer na contemporaneidade. Ainda nessa perspectiva, outros estudiosos da existência e do tempo histórico atual auxiliam na tentativa de alcançar como a compulsão alimentar foi se revelando como um fenômeno característico das sociedades ocidentais modernas. Como sinalizam Feijoo e Dhein (2014) sobre o modo de ser compulsivo.

Intimamente relacionado ao convite pelo consumo sem freios, vinculado à ordem do desejo insaciável, às noções de exploração e descartabilidade, a compulsividade ilustra o comportamento do homem contemporâneo nas mais diversas esferas de sua existência. Esse homem come em excesso, trabalha em excesso, medica-se em excesso, compra em excesso (p. 175).

Por meio deste estudo, pretende-se identificar temáticas recorrentes no que vem sendo referido sobre a compulsão alimentar, desvelando e ampliando as perspectivas quanto ao fenômeno em meio à compreensão do horizonte de sentido que tem possibilitado a revelação desse comportamento. As informações podem contribuir para uma prática da clínica psicológica em que a ênfase recaia na unidade existente-mundo, junto aos pacientes (como os indicados à cirurgia bariátrica) em que a experiência do comer resulta em sofrimentos e repercussões em suas vidas, seus hábitos e nos seus corpos. Por conseguinte, este estudo também pode somar e dialogar com profissionais da saúde e das ciências sociais, que são importantes na articulação multidisciplinar requerida para a reflexão e ampliação do conhecimento sobre este comportamento alimentar tão recorrente na contemporaneidade.

METODOLOGIA

Com o propósito de compreender o ato de comer compulsivamente, optou-se por realizar uma revisão narrativa da literatura, que se configura como um estudo qualitativo, problematizando uma temática e oferecendo ao leitor uma explanação sobre o conhecimento produzido, contribuindo com a discussão e

com novos direcionamentos (Andrade, 2021). Assim, torna-se possível uma interpretação e análise crítica do assunto, sob o ponto de vista do autor da pesquisa (Rother, 2007; Vosgerau & Romanowski, 2014).

Inicialmente, realizou-se uma pesquisa nos bancos de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), da Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e da Scientific Electronic Library Online (SCIELO), utilizando-se os descritores - compulsão alimentar ou transtorno de compulsão alimentar e contemporaneidade- estabelecendo-se, como critério de inclusão os artigos completos, em português brasileiro e publicados entre os anos de 2013 e 2023, que apresentavam os descritores acima em seus títulos ou resumos. Posteriormente, através da leitura integral dos artigos, optou-se por aqueles que abordavam a compulsão alimentar em meio às considerações sobre o contexto atual. Desse modo, chegou-se a oito artigos que contribuem para este estudo.

A partir dos elementos apontados nos artigos científicos pesquisados, foi realizada uma articulação e discussão dos fenômenos desde uma perspectiva fenomenológico-existencial inspirada no pensamento do filósofo alemão Martin Heidegger sobre a técnica moderna e o contexto atual que caracteriza como uma era da técnica.

ESTUDOS CONTEMPORÂNEOS SOBRE A COMPULSÃO ALIMENTAR

Como mencionado, a definição recente do transtorno de compulsão alimentar refere-se a episódios recorrentes de ingestão de grandes quantidades de alimentos em um período delimitado, geralmente inferior a duas horas, sendo importante considerar o contexto em que ele ocorre para avaliar se de fato aquela quantidade de alimento é excessiva ou não. Também consta como critério para o diagnóstico que esse consumo excessivo seja acompanhado por uma sensação de falta de controle e sofrimento psicológico (DSM-5, 2015).

Em revisão sistemática sobre o tema, Bloc et al. (2019) obteve resultados que sugerem que o transtorno tem sido descrito em dois termos: objetivos, contemplando aspectos como mudança no comportamento alimentar, aumento de peso e problemas de saúde; e subjetivos, especulando os sentimentos e a história de vida do paciente. Por isso, os autores consideram a compulsão alimentar como um transtorno complexo e multifacetado.

Tal complexidade foi evidenciada em meio à análise dos artigos que compõem o aporte teórico desta pesquisa, que destacam a existência de um modo de comer excessivo presente na sociedade contemporânea, informando sobre a prevalência na população quanto ao sexo e faixa-etária mais atingidos, além da relação do transtorno com a saúde e o peso corporal. Os estudos também revelam estilos de vida atuais, situações que levam à procura do alimento e os estados emocionais das pessoas que apresentam o transtorno, além do contexto e das determinações sociais a que elas têm sido expostas.

A literatura científica indica, assim, a maior prevalência da compulsão alimentar no sexo feminino, como evidenciado por Klobukoski e Höfelmann (2017), e constata maior incidência de transtornos alimentares em adolescentes e jovens, como acrescenta Franco et al. (2018). Também é comum a associação da compulsão alimentar ao sobrepeso e à obesidade, presentes na maioria dos estudos, como o de Franco et al. (2018) e Maciel et al. (2018). Consequentemente, estudos sobre a compulsão alimentar com o público de cirurgia bariátrica têm sido frequentes, como a pesquisa realizada por Birck e Souza (2020).

Em uma revisão sistemática sobre a compulsão alimentar, Bloc et al. (2019) observaram que a percepção da imagem corporal tem destaque na investigação dos transtornos alimentares, e identificaram a preocupação com a forma física e insatisfação corporal em casos desse transtorno. Os autores sinalizam que

os padrões estéticos e o ideal de corpo saudável impostos socialmente contribuem para o desenvolvimento e manutenção dos transtornos. Nesse ponto de vista, Nunes e Bittencourt (2013) declaram que as considerações sobre o corpo ideal, a autoimagem e os modos de alimentação são transformados histórica e culturalmente.

No entanto, percepções corporais também são produzidas a partir de: transformações normativas, mudança de valores, cursos de história de vida, alterações sensoriais, ou cultivo de novas sensibilidades. Com isso, afirmamos que percepções de mudanças corporais e de rotinas alimentares são biopsicossocioculturalmente situadas, uma vez que são geradas a partir: da confluência de biologias locais (Lock, 1993), de atribuições de valores a estéticas corporais (ideias de beleza), de formas de relações sociais, afetivas e políticas, de modo de educação da sensibilidade, de experiências do sensível advindos dos usos do corpo, de significados simbólicos e de manuseios econômicos do corpo (Nunes & Bittencourt, 2013, p. 148).

Nesse sentido, Bloc et al. (2019) identificaram que jovens têm sido mais suscetíveis às cobranças sociais quanto ao ideal de corpo e à valorização da magreza. Esse comentário também foi atribuído às mulheres pelos autores Birck e Souza (2020), Klobukoski e Höfelmann (2017) e Silva (2021). Desse modo, é possível observar que as evidências encontradas repercutem nos dois públicos reportados como de maior prevalência quanto ao transtorno de compulsão alimentar: jovens e mulheres.

Autores como Klobukoski e Höfelmann (2017) abordam a veiculação da mídia exercendo uma pressão social pela magreza, o que é indicado como fator de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares, entre eles a compulsão alimentar. Seguindo essa visão, Franco et al. (2018) discutem sobre a participação da mídia na oferta de alimentos industrializados, contribuindo para um comportamento alimentar compulsivo e para a valorização da forma física magra ou esbelta, gerando pressão para que as pessoas se adequem ao corpo idealizado e ansiedade para quem não se encaixa nesse padrão. Essa vinculação do corpo magro a um ideal de beleza pode contribuir para o aumento de casos de transtorno alimentar, conforme Klobukoski e Höfelmann (2017), que discorrem que “indivíduos com obesidade são vulneráveis a sofrimento psicológico devido à discriminação contra a doença, bem como aos padrões de beleza, cada vez mais magros, impostos pela sociedade” (p. 444).

Nunes e Bittencourt (2013) enfatizam que o modelo estético de magreza é, na atualidade, “reinterpretado em termos de sucesso profissional, aceitação afetiva e sexual, valorização moral, entre outros” (p. 146). Esse relevante detalhe acrescenta uma complexidade de elementos ao surgimento do sofrimento psicológico gerado por esse tipo de transtorno. Dessa forma, Bloc et al. (2019) relatam os sentimentos envolvidos em episódios de compulsão alimentar, citando vergonha, culpa e desgosto, além de sintomas depressivos.

Analisando estudos sobre o assunto, Birck e Souza (2020) identificaram afirmações frequentes de alteração no apetite em situações de angústia e o ato de recorrer à comida como uma busca por alívio emocional. Ao investigarem as situações que impulsionavam as pessoas a comerem, eles perceberam que alterações emocionais foram mencionadas pela maioria delas, especificamente a ansiedade. Bloc et al. (2019) citam estudos que indicam que situações estressoras têm relação com o início de episódios de compulsão alimentar.

Maciel et al. (2018) e Souza et al. (2017), por sua vez, destacam o estresse como fator de risco para a compulsão alimentar, especialmente as exigências do dia a dia e a sobrecarga de tarefas de trabalho

ou escolares. Nos estudos com trabalhadores e com estudantes universitários os autores apontam, respectivamente, que a carga excessiva de trabalho, o sono reduzido e a rotina de múltiplos empregos podem refletir na alimentação e levar as pessoas a recorrerem à comida rápida e aos alimentos industrializados, além de propiciar o desenvolvimento de transtornos alimentares; assim como as exigências do contexto acadêmico, a frustração no desempenho escolar, o padrão de refeição irregular e as exigências dos pais e da sociedade se tornam um risco para comportamentos de compulsão alimentar. Ressoando esse dado, Silva (2021) relata sobre a compulsão alimentar em sua experiência na clínica psicológica:

Nesta experiência clínica institucional, assim como se percebe na sociedade atual, é possível observar que a rotina agitada dos indivíduos tanto na vida privada, por meio de excesso de tarefas e o exíguo tempo para o convívio familiar e social, quanto na pública - geralmente com altas exigências em torno do desempenho profissional e pessoal, leva os indivíduos a desenvolverem hábitos alimentares não saudáveis. Nesse contexto, sobretudo nas relações de trabalho vividas pela sociedade contemporânea, percebe-se o surgimento de mal-estares e angústias nas pessoas que ultrapassam os seus limites rotineiramente, sobretudo decorrente da facilidade da comida pronta, rápida, à mão e sempre por preço diferenciado, os chamados *fast-foods* (p. 3).

Diante do exposto nos artigos pesquisados, pode-se observar uma estreita relação entre o comer compulsivo e toda a agitação e estresse dos modos de vida contemporâneos, bem como uma tentativa de correspondência aos ideais de beleza, saúde e desempenho, o que tem levado a reflexões acerca desses modos de existência e dos ideais de vida amplamente compartilhados neste horizonte histórico (Goulart, 2021). Para tentar compreender o contexto histórico, suas características e determinações, recorre-se ao pensamento de Heidegger (1954/2007) sobre o mundo moderno e contemporâneo, o qual denominou como Era da Técnica.

A ERA DA TÉCNICA E A COMPULSÃO COMO UM MODO DE SER

Para ampliar o olhar sobre o contexto atual, buscou-se respaldo na compreensão de Heidegger sobre as determinações epocais apresentadas na conferência *A questão da técnica* (1954/2007), na qual o filósofo argumenta sobre o caráter da relação existente-mundo na constituição do modo de ser da existência humana moderna.

Na referida conferência, Heidegger compara duas épocas históricas em suas formas de desvelamento de mundo. Uma delas, em que a técnica era manual, utilizada pelos gregos antigos, é exemplificada através do trabalho de um camponês que prepara o solo, semeia e protege o desenvolvimento da sua plantação para o momento da colheita. E a outra, a técnica moderna, fundamentada na ciência exata da natureza, que passa a ser considerada como reserva de recursos para serem extraídos, armazenados, pesquisados e calculados, utilizando-se de aparelhos, instrumentos e máquinas. Na comparação desses dois modos de relação das pessoas com o mundo a partir do exemplo citado, o solo passa a ser visto como matéria prima a ser explorada e a agricultura dá lugar ao agronegócio, uma indústria de alimentação motorizada, com suas fases de desenvolvimento monitoradas e controladas (Heidegger, 1954/2007).

A essência da técnica é, portanto, refletida por Heidegger (1954/2007) e compreendida não apenas em um caráter instrumental, mas como um modo de desabrigar, de desvelar, de se relacionar com o mundo. Sobre esse período histórico que denominou era da técnica o filósofo descreve:

O desabrigar que domina a técnica moderna tem o caráter do pôr no sentido do desafio. Este acontece pelo fato de a energia oculta na natureza ser explorada, do explorado ser transformado, do transformado ser armazenado, do armazenado ser novamente distribuído e do distribuído renovadamente ser comutado. Explorar, transformar, armazenar e distribuir são modos de desabrigar (Heidegger, 1954/2007, p. 382).

Segundo o pensador, essa época histórica é caracterizada por um pensamento calculante e técnico, através do qual o existente explora, compõe meios e tecnologias e usufrui dos recursos disponíveis. E esse pensamento se perpetua para toda a sua relação com o mundo, em seu modo de ser e agir no mundo, havendo o risco de tomar tudo, inclusive a si mesmo, como instrumento, como recurso à exploração (Heidegger, 1954/2007).

A hegemonia dessa visão técnica sobre o mundo e até sobre si mesmo traz um perigo, conforme Heidegger (1954/2007), podendo encobrir a possibilidade de surgirem outros modos de desabrigar e até encobrir o modo de ser da existência humana. Sendo assim, o existente passa a se tornar um ente determinado e passível de controle, seguindo métodos e cálculos, atendo-se às determinações desse horizonte histórico, perdendo-se de si mesmo em seu caráter mais originário de indeterminação e liberdade, em sua relação co-originária ao mundo. O existente passa a querer dominar a natureza e a si mesmo, tomando seu próprio corpo e sua vida como recurso a ser explorado.

Heidegger, com um olhar crítico dirigido à técnica moderna, questiona o direcionamento único ao viés explorador, que impulsiona uma visão instrumental e de uso da existência humana, obscurecendo outros possíveis modos de desvelamento do mundo (Dhein & Feijoo, 2014). Pois, a partir das determinações dessa era da técnica, a relação existente-mundo tem seguido ao modo da exploração, cálculo e controle, exigindo do existente moderno e contemporâneo uma busca constante e incessante por manipular, conhecer, desempenhar e controlar, que se expressam em comportamentos incessantes, automatizados (já que não são refletidos) para se alcançar um ideal ou objetivo que sempre se renova ou atualiza. Isso pode ser notado no sistema econômico, no conhecimento técnico científico e no âmbito sociocultural, conforme expressam Dhein e Feijoo (2014). Esses comportamentos também se refletem na cultura alimentar, com a produção e consumo cada vez maior de alimentos e experiências gastronômicas que impelem ao excesso; ao mesmo tempo em que os ideais de corpo, saúde e beleza compartilhados requerem o controle sobre a alimentação e sobre os corpos.

Heidegger expõe o modo moderno de desvelamento de tudo como recurso, no qual o que está presente no mundo é desafiado para ser descoberto como passível de exploração, seguindo uma ação ininterrupta para assegurar e disponibilizar recursos de reserva, compondo subsistências que possam ser alcançadas continuamente. Conforme descrito pelo filósofo, “é um extrair na medida em que explora e destaca. Este extrair, contudo, permanece previamente disposto a exigir outra coisa, isto é, impelir adiante para o máximo de proveito, a partir do mínimo de despesas” (Heidegger, 1954/2007, p. 382).

Vive-se em meio a essa produtividade e consumo constante, com ações consecutivas que desejam fazer tudo ao mesmo tempo, sem demarcações de limites. “Um mundo que, incessantemente nos convida aos excessos, ao acúmulo, à exploração e ao descarte, vinculada à ordem do desejo insaciável, e também marcada pela instantaneidade e fluidez da contemporaneidade não nos permite parar” (Dhein & Feijoo, 2014, pp. 179-180).

Nesse sentido, as autoras Feijoo e Dhein (2014) parafraseiam Heidegger, discorrendo que o “horizonte histórico da técnica, em que nos encontramos, com ênfase na produtividade, é compulsivo” (p. 171).

No entanto, Heidegger (1954/2007) deixa claro que a técnica não é o que há de perigoso, não são as máquinas e os aparelhos tecnológicos, não nega as conquistas científicas. O perigo está no encobrimento das possibilidades do ser, do existente não encontrar mais a si mesmo, não perceber a possibilidade de ter uma relação mais livre com o mundo que hegemonicamente apreende as representações da era da técnica. E aponta como solução o ato de questionar, pensar e refletir, ou seja, meditar.

A partir do pensamento de Heidegger sobre as determinações do mundo da técnica torna-se possível compreender as condições de possibilidades presentes no horizonte histórico do mundo moderno que estabelecem a cadência de um modo de comer também excessivo e compulsivo, tal como o modo de ser técnico contemporâneo, todavia, caracterizado pela racionalidade científica como um transtorno de compulsão alimentar. Para refletir acerca desse modo de relação contemporânea com o alimento, segue-se, então, uma tentativa de articulação entre os artigos analisados sobre a compulsão alimentar e as discussões sobre a contemporaneidade desde um olhar fenomenológico-hermenêutico.

COMPORTAMENTO ALIMENTAR CONTEMPORÂNEO: EXCESSOS E CONTROLE COMO MARCAS DO NOSSO TEMPO

Neste tópico são identificadas as condições de possibilidade de um modo de comer compulsivo, a partir da reflexão acerca do fenômeno da compulsão alimentar em meio ao contexto histórico-social-cultural contemporâneo. Como recomendam Bloc et al. (2019), há de se transpor o modelo biomédico e abordar a compulsão alimentar de forma mais ampla, não se restringindo aos aspectos biológicos ou psicológicos, mas levando em consideração a experiência pessoal e a dinâmica sociocultural. Segundo os autores, “comer vai muito além do hábito cotidiano, repetido e necessário, ele é atravessado pelas experiências, pela história individual e pelo mundo onde vivemos” (Bloc et al., 2019, p.13).

Ao realizar uma retrospectiva histórica, Alvarenga (2004) transcorre sobre as transformações alimentares. Destaca que, a partir de 1550, com a atuação dos cozinheiros, o gosto alimentar ganhou importância através da culinária. Além disso, com o avanço do conhecimento científico, ao longo dos séculos XVII e XVIII, os alimentos passaram a ser avaliados conforme seu valor nutricional e sua importância à saúde. Com o advento da indústria alimentar, no século XIX, houve um crescente acesso aos alimentos, culinárias e produtos alimentícios, ampliando as mudanças neste setor. A industrialização, globalização e imigração, intensificadas a partir do século XX, contribuíram para o comércio de todo tipo de alimento e a difusão de culinárias diversificadas, provenientes de diversas etnias e costumes. E, a partir desse momento histórico, verifica-se uma nova forma de lidar com a comida, ganhando destaque as relações de produção e consumo.

Ao longo do século XX houve um amplo desenvolvimento da tecnologia e tem se intensificado de forma progressiva até os dias atuais, conforme transcorrem Alves e Mancebo (2006). Estes autores expõem a relevância da análise dessas transformações para o entendimento dos modos de subjetivação contemporâneos pois “as evoluções tecnológicas alteraram significativamente as noções de tempo e de espaço, bem como o sistema de representação do mundo, a relação do homem com a vida, com o pensamento e com o trabalho” (p.46).

Caracterizando esse período, Levy (1999) pensa os meios tecnológicos como composições de uma sociedade e de uma cultura, que também estão envolvidos nas transformações sociais. Nessa interação com os recursos tecnológicos surgem implicações aos comportamentos das pessoas e nos modos de relacionamentos na atualidade, contribuindo aos processos de subjetivação (Alves & Mancebo, 2006).

“O sujeito constrói a sua subjetividade na relação com o mundo e com os outros indivíduos, todos inseridos em um mesmo contexto e em determinado período sócio-histórico. No processo de construção da subjetividade, são incorporados, a partir da influência da cultura, modos de linguagem, hábitos e costumes e padrões de comportamento e de valores, inclusive modelos de apreciação estética, isto é, do que é belo ou feio, principalmente com relação ao corpo” (Boris & Cesídio, 2007, p.463).

Pode-se compreender esses novos modos de subjetivação, a partir de um olhar fenomenológico-hermenêutico aqui pretendido, como novos modos de ser adotados no contemporâneo, abertos como possibilidade em meio ao contexto histórico da técnica.

Acrescenta-se a esse contexto o papel significativo da mídia na propagação dos valores e ideais de beleza, saúde e felicidade, que influenciam os comportamentos de controle constante dos corpos para que correspondam ao modelo do corpo magro e saudável, sendo o comportamento alimentar também afetado.

Uma das mídias mais utilizadas são as redes sociais, disseminadas mundialmente a partir do ano 2000, conforme citam Esteves, Veras e Santos (2022), que realizaram estudo com 88 mulheres que utilizavam redes sociais, incluindo as diferentes regiões do Brasil. Os autores constataram que 80% delas seguiam perfis com conteúdos relacionados à alimentação e à forma física e 67% haviam modificado seus comportamentos alimentares em reação à influência desses perfis. Verificaram ainda que 74% sentiam-se insatisfeitas com a sua aparência corporal em comparação com os corpos expostos nesses perfis, e 69% percebiam repercussão no seu estado mental (Esteves, Veras & Santos, 2022).

Outro evento da atualidade é o uso de aplicativos de entrega de comida. Em estudo realizado na Austrália, Portingale et al. (2023) indicam que pessoas que os utilizam são mais propensas ao consumo excessivo de alimentos, possivelmente pela facilidade do acesso e pela disponibilidade de alimentos hiperpalatáveis, como os fast foods, que se relacionam a sensação de prazer. Nesse caso, podendo facilitar a alimentação como um meio de aliviar sentimentos como humor negativo e solidão. No entanto, os autores propõem estudos mais aprofundados (Portingale et al., 2023).

Observa-se que ao mesmo tempo que a mídia potencializa uma forma desenfreada de consumo, ela também difunde a importância do controle e cuidado com a saúde e sua vinculação com a alimentação regrada (Oliveira & Hutz, 2010), propagando igualmente uma série de produtos, dicas e receitas para uma alimentação mais restrita e equilibrada.

O crescente uso de redes sociais tem gerado repercussões no comportamento humano, inclusive na alimentação. Em pesquisa com estudantes do ensino médio em Wuhan na China, Xiang e Kong (2004) chegaram à conclusão de que a observação das atividades on-line das outras pessoas suscitou comparações com pessoas que se encaixam à imagem de corpo ideal, favorecendo sentimentos de insatisfação com a própria imagem, corroborando também com comportamentos alimentares desordenados, ocorrendo principalmente entre as adolescentes.

Sentimentos negativos relacionado à imagem corporal têm sido comentados recorrentemente nos estudos científicos, como o de Duarte, Pinto-Gouveia e Ferreira (2014), que verificaram associação da vergonha da imagem corporal, da autocrítica e de sintomas depressivos com a compulsão alimentar.

Destaca-se, desse modo, que as convenções sociais sobre alimentação trazem em seu cerne uma ambivalência. Assim, o que resta às pessoas é a dificuldade, muitas vezes expressas em incertezas, ansiedades e frustrações por terem que corresponder a essas convenções e aos múltiplos ideais transmitidos, podendo entregar-se aos excessos ou ao controle.

Nesse sentido, podemos pensar o homem como articulado ao mundo e, portanto, comportando-se a partir desse horizonte histórico que se desvela na contemporaneidade ao modo dos excessos de toda ordem, e que trazem em si mesmo o apelo também do controle e da moderação, nos levando a pensar que esse caráter ambíguo alimenta a lógica de mercado, e que trazem consigo sentimentos de desamparo e insatisfação constante (Dhein & Feijoo, 2014, p. 182).

A partir dos estudos pesquisados e do relato de experiência de escuta clínica de pessoas com transtorno de compulsão alimentar, pode-se corroborar a compreensão do hábito alimentar como fenômeno atravessado pelo contexto de vivência pessoal, social e cultural. Sendo assim, verifica-se, por meio da revisão bibliográfica, o impacto dos preceitos sociais e históricos sobre a compulsão alimentar, especialmente dos padrões de beleza e saúde estabelecidos nesta época, que idealizam uma imagem padronizada do corpo belo e saudável, como indicativos de valor pessoal e de reconhecimento social. Diante de tais valores, algumas pessoas assumem atitudes de controle e monitoramento do corpo, com o objetivo de se manter no padrão desejado, correspondendo aos ideais de saúde e beleza.

No entanto, para muitas outras pessoas, atingir esse objetivo não é possível, podendo gerar sentimentos como inadequação, insatisfação e frustração por não se assemelhar às exigências e modelos sociais. Diante dessa dificuldade, podem ocorrer diferentes comportamentos, entre eles a perda de controle e medida com a alimentação, seja pelo excesso, como na compulsão alimentar, seja pela restrição, como em outros transtornos alimentares.

No caso das compulsões alimentares, foco deste estudo, apesar das determinações sociais e seus padrões estéticos afetarem toda a sociedade, as pessoas com sobrepeso ou obesidade parecem sofrer mais, como apontado pela literatura científica. Nesse sentido, recai sobre esse público a maior vulnerabilidade diante das cobranças sociais pelo corpo perfeito e saudável (Klobukoski & Höfelmann, 2017). Então, como a magreza recebe representações de autodisciplina e sucesso, conforme cita Oliveira e Hutz (2010), as pessoas com obesidade são, de forma depreciativa, consideradas como preguiçosas, ociosas e improdutivas. Por essa razão, relatos de dificuldades sociais surgem frequentemente na atuação clínica com os pacientes candidatos à cirurgia bariátrica. Entre elas, a dificuldade de acessibilidade em espaços públicos, a insuficiência da oferta de vestuário, a dificuldade de inserção no mercado de trabalho e de estabelecer relacionamentos afetivos e sexuais.

É possível, portanto, observar a correlação direta do padrão estético ditado pela sociedade contemporânea e os sofrimentos psicológicos experimentados pelas pessoas que apresentam compulsão alimentar na atualidade. Tais queixas emocionais são bastantes presentes nos atendimentos psicológicos que antecedem a cirurgia bariátrica, constituindo-se também como motivos que levam à procura pelo tratamento, tido como meio para a mudança corporal a partir do emagrecimento e para o fortalecimento da autoestima e da autoconfiança, impactando positivamente na saúde mental dos pacientes. Importante destacar que, o método utilizado para a perda de peso e retorno ao padrão considerado saudável requer uma intervenção cirúrgica no corpo tomado como objeto de controle e passível de modificação técnica. E a partir da perda de peso corporal, os pacientes expõem a ampliação do convívio social, da prática de atividades culturais e de lazer, ou seja, a reinserção da pessoa nos parâmetros sociais de uma normalidade tida como saudável.

Como se pode refletir, o horizonte histórico contemporâneo traz consigo um incentivo tanto aos comportamentos de excessos quanto aos de controle, como já destacara Heidegger (1954/2007) em sua reflexão sobre a técnica moderna. Esses comportamentos também se refletem na relação das pessoas

com o alimento, em seu modo de comer, e em sua relação com o próprio corpo. Alimento e corpo são ambos tomados como objetos e recursos, que podem ser explorados, manipulados e controlados para que se corresponda às determinações de mundo, isto é, aos ideais sociais compartilhados. Muitas vezes, as determinações ambíguas de excesso e controle favorecem a uma distorção da imagem corporal, o que pode levar a uma autocrítica constante e o sentimento de culpa e vergonha, que geram sofrimento psicológico.

As pessoas com obesidade que pretendem realizar cirurgia bariátrica deparam-se com o desafio de promover mudanças na alimentação frente a um ambiente que incentiva o consumismo alimentar. São frequentes as queixas quanto a dificuldade na capacidade de controle ao impulso de comer alimentos que são amplamente disponibilizados, como em reuniões familiares, confraternizações de trabalho e festas. Assim, elas têm que manter a mudança alimentar necessária ao tratamento e ao mesmo tempo conviver com uma cultura alimentar que tende ao excesso. E quando não conseguem manter o controle, sentem-se frustradas, culpadas e envergonhadas.

Em meio à necessidade de produção, desempenho e controle, da vida e de si próprio, o existente contemporâneo se coloca em uma ação incessante, automatizada e em uma série de atribuições sem medida, que favorece um modo compulsivo e excessivo de ações e ocupações.

Esse ritmo de vida atual é mencionado pelos pacientes da cirurgia bariátrica como uma sobrecarga de atividades, envolvendo os compromissos familiares, domésticos, de trabalho e escolares, restando poucas oportunidades para os processos de cuidado com a saúde e com a alimentação. Quanto a estas, citam que recorrem aos alimentos fáceis, já prontos ou realizam pedidos por aplicativos, principalmente *fast food*, mesmo sabendo que esses alimentos não são adequados ao seu desejo de emagrecimento.

Este modo de ser compulsivo, que se vê refletido também em um modo de comer, expressa o modo de desvelamento técnico do mundo, característico da contemporaneidade, como discutido por Heidegger (1954/2007). “É possível observar no cotidiano da vida que nossas ações se expressam em um agir compulsivo e excessivo: somos compulsivos com o trabalho, estudo, lazer, quando compramos, comemos ou deixamos de comer ...” (Goulart, 2021, p. 209).

Nesse sentido, não é incomum na experiência clínica com os pacientes candidatos à cirurgia bariátrica a ocorrência de outras formas compulsivas concomitantemente à alimentar, como a de limpeza e de acumulação. Em geral, o acompanhamento psicológico deve se manter atento a isto, mesmo após a realização da cirurgia, devido à possível mudança no tipo de comportamento compulsivo, sendo a mais citada a compulsão por compras.

O modo de ser compulsivo se mostra preeminente na contemporaneidade, convocando atitudes cotidianas diversas, tais como no comportamento alimentar, em que se revelam modos de comer excessivos, sem atenção aos limites, caracterizando-se como uma perda de controle. Essa perda, no entanto, é interpretada pela racionalidade técnica contemporânea como um desvio ou insuficiência, posto que requer do existente contemporâneo o monitoramento constante de si, do corpo e da vida. Nesse contexto, tanto o esforço pela manutenção do controle quanto a dificuldade em mantê-lo podem reverberar em múltiplos sofrimentos como sentimentos de desvalor, culpa, inutilidade, baixa autoestima, distorção da autoimagem, ansiedade, depressão, estresse, entre outros. Assim, compreende-se que a valorização do autocontrole, dos ideais de saúde e beleza na sociedade contemporânea favorecem a identificação desse comportamento alimentar, através do excesso de comida e da perda dos limites, como um transtorno.

Contudo, Dhein (2014) reitera que se deve ultrapassar a caracterização de patologia e pensar os sofrimentos não como algo presente no indivíduo ou no mundo, de forma separada, mas como uma copertença, que faz parte da relação existente-mundo.

A partir da discussão filosófica acerca da era da técnica, demonstra-se que o modo de ser compulsivo é uma das formas possíveis de expressão das existências no horizonte histórico técnico contemporâneo, que tem requerido do existente uma ação, produção e controle constantes. Isso reverbera na concretude cotidiana em comportamentos alimentares tanto excessivos quanto restritivos. Tais comportamentos se revelam como consequências de uma racionalidade técnica que requer do existente um controle constante de si, à revelia de um ritmo de vida acelerado e compulsivo, para o qual já perderam os limites. Essa perda é interpretada pela mesma racionalidade técnica como transtorno, tornando clara a patologização do modo de comer em excesso no horizonte contemporâneo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao longo deste estudo, foi possível elencar alguns elementos envolvidos no comportamento alimentar contemporâneo classificados como transtorno de compulsão alimentar. A partir de uma perspectiva fenomenológico-hermenêutica, tentou-se avançar além das explicações técnico-científicas do comportamento alimentar como patologia e via de sofrimento psicológico, para ampliar o olhar sobre sua relação com o contexto histórico e social contemporâneo. Assim, foi possível revelar como o modo de ser do existente na contemporaneidade, caracterizada pelos excessos e controle, reverberam nos hábitos alimentares e no controle dos seus corpos, configurando-se um modo de comer compulsivo, característico dessa época; bem como as intervenções técnicas cirúrgicas para o controle e correção desses excessos no corpo.

A partir da análise dos artigos pesquisados, constatou-se a complexidade desse fenômeno, que envolve o valor cultural atribuído ao alimento, os ideais de beleza e de saúde, a disponibilidade e a industrialização da comida, o consumismo, a vinculação da mídia e tecnologias, a valorização do desempenho e da produtividade, a rotina de trabalho e de vida. Todos esses elementos potencialmente compõem situações estressoras que ditam modelos, padrões e sentidos, muitas vezes contraditórios e ambíguos. Eles requerem ações, desempenho e controle, levando, em alguns casos, a comportamentos de excesso ou de restrição, que marcam os modos de ser contemporâneos e se expressam também nos modos de relação com o alimento.

Ao compreender o horizonte histórico em que está lançado e, nesse sentido, aquilo que dá às pessoas a possibilidade para ser e comer de determinados modos, pode-se seguir em busca dos seus significados e de possíveis ressignificações. A forma como o mundo se desvela e é desvelado determina as possibilidades de ser do existente neste mundo. E, seguindo Heidegger (1959), através de um pensamento que medita, cada um pode, por meio da reflexão, compor seu próprio modo, podendo ou não seguir as orientações presentes no mundo.

A partir dessa compreensão acerca da compulsão alimentar, para além da interpretação psicopatológica, acredita-se, então, que se possa contribuir para a atuação na clínica psicológica, considerando que este trabalho profissional é um meio possível de se demorar sobre o fenômeno. Diante de sua complexidade, torna-se importante o cuidado com enquadramentos diagnósticos que limitam a compulsão alimentar a explicações causais, biológicas ou psicológicas, sem abarcar os múltiplos atravessamentos que o envolvem, especialmente os aspectos histórico, social e cultural.

Como foi possível observar, as conceituações e classificações acerca do ato de comer em excesso são inespecíficas e variam conforme os contextos históricos e culturais. Diante disso, defende-se que as características diagnósticas descritas nos manuais sobre a compulsão alimentar podem servir de orientação, mas não como a única determinação para a atuação clínica em situações que envolvem a compulsão alimentar, devendo-se considerar este comportamento em meio ao horizonte histórico e cultural em que ocorre.

Portanto, há de se construir uma atuação que deixe em aberto as possíveis singularidades no que está implicado nos hábitos alimentares, relacionando-as às experiências compartilhadas desse mundo técnico, podendo assim aprimorar a escuta das experiências dos pacientes e favorecer outros modos de articular a sua relação com o alimento e com seu corpo.

Em meio às discussões percebeu-se a necessidade da continuidade dos estudos sobre o tema, envolvendo a compulsão alimentar contextualizada no horizonte histórico atual e a caracterização do público que procura a cirurgia bariátrica como tratamento para a obesidade.

Por fim, tendo incitado uma maior análise sobre o fenômeno, espera-se que esse estudo possa também contribuir para atuação das diversas áreas da saúde, humana e social, envolvidas no trabalho multidisciplinar realizado com pessoas que apresentam compulsão alimentar.

REFERÊNCIAS

- Alvarenga, M. (2004). A mudança na alimentação e no corpo ao longo do tempo. In Philippi, S.T., & Alvarenga, M. (Eds.), *Transtornos Alimentares: uma visão nutricional* (pp. 1-20). Manole.
- Alves, P. P., & Mancebo, D. (2006). *Tecnologias e subjetividade na contemporaneidade. Estudos de Psicologia*, 11 (1), 45-52. <https://doi.org/10.1590/S1413-294X2006000100006>
- Andrade, M. C. R. (2021). *O papel das revisões de literatura na produção e síntese do conhecimento científico em Psicologia. Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia*, 14 (spe), 1-5. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202021000300001.
- Associação Americana de Psiquiatria (2014). *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais: DSM-5*. Artmed.
- Birck, C. C., & Souza, F. P. (2020). *Ansiedade e compulsão alimentar em pacientes candidatos à cirurgia bariátrica. Aletheia*, 53 (1), 29-41. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1413-03942020000100004&script=sci_abstract&tlng=pt
- Bloc, L.G., Nazareth, A. C. P., Melo, A. K. S., & Moreira, V. (2019). *Transtorno de Compulsão Alimentar: Revisão Sistemática da Literatura. Revista Psicologia e Saúde*, 11 (1), 3-15. <http://dx.doi.org/10.20435/pssa.v11i1.617>.
- Boris, G. D. J. B., & Cesídio, M. H. (2007). *Mulher, corpo e subjetividade: uma análise desde o patriarcado à contemporaneidade. Revista Mal-Estar e Subjetividade*. 7 (2), 451-478. https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1518-61482007000200012
- Cauduro, G. N.; Paz, G. M. & Pacheco, J. T. B. (2018) *Avaliação e intervenção no Transtorno da Compulsão Alimentar (TCA): uma revisão sistemática. Psico*, 49 (4), 384-394. <https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistapsico/article/view/28385/pdf>.
- Dhein, C. F. A. (2014). *Existências enclausuradas na era da técnica*. [Dissertação de Mestrado, Universidade do Estado do Rio de Janeiro]. Biblioteca Digital de Teses e Dissertação da UERJ. <http://www.bdtd.uerj.br/handle/1/15353>.
- Dhein, C. F. A., & Feijoo, A. M. L. C. (2014). *Uma compreensão psicossocial das compulsões na contemporaneidade. ECOS*, 4 (2), 173-183. <http://www.periodicoshumanas.uff.br/ecos/article/view/1348>.
- Duarte, C., Pinto-Gouveia, J., & Ferreira, C. (2014). *Escaping from body image shame and harsh self-criticism: Exploration of underlying mechanisms of binge eating. Eating Behaviors*, 15, 638-643. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2014.08.025>

- Esteves, N. O., Veras, R. S. & Santos, A. C. C. P. (2022). *Redes Sociais: o impacto de influenciadores brasileiros no comportamento alimentar de mulheres*. *Research, Society and Development*, 11 (8), 1-11. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i8.31313>
- Feijoo, A. M. L. C., & Dhein, C.F. (2014). *Uma compreensão fenomenológico-hermenêutica das compulsões na atualidade*. *Fractal: Revista de Psicologia*, 26 (1), 165 - 178. <https://doi.org/10.1590/S1984-02922014000100013>
- Franco, C. R., Costa, M. B., Paula, R. B., Chaoubah, A., Colugnati, F. A. B., & Ezequiel, D. G. A. (2018). *Compulsão alimentar periódica: Aspectos negligenciados na abordagem de pacientes com síndrome metabólica*. *HU Revista*, 44 (2), 165-173. <https://doi.org/10.34019/1982-8047.2018.v44.13947>
- Goulart, S. M. S. (2021). *Modos de vida no contemporâneo: sofrimento, compulsão e tédio*. IFEN.
- Heidegger, M. (1954/2007). *A questão da técnica* (M. A. Werle, Trad.). *Scientia e Studia*, 5 (3), 375-398. <https://www.revistas.usp.br/ss/article/view/11117/12885>.
- Heidegger, M. (1959). *Serenidade*. Instituto Piaget.
- Klobukoski, C. & Höfelmann, D. A. (2017). *Compulsão alimentar em indivíduos com excesso de peso na Atenção Primária à Saúde: prevalência e fatores associados*. *Cadernos Saúde Coletiva*, 25 (4), 443-452. <https://doi.org/10.1590/1414-462X201700040094>
- Lévy, P. (1999). *Cibercultura*. Ed. 34.
- Maciel, A. R. P. P., Santos, A. A., Silva, E. I. G., & Messias, C. M. B. O. (2018). *Síndrome do comer noturno e compulsão alimentar em funcionários de uma instituição de ensino*. *O Mundo da Saúde*, 42 (1), 150- 157. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1000043>
- Nunes, M. O. & Bittencourt, L. J. (2013). *No rastro do que transtorna o corpo e desregra o comer: os sentidos do descontrole de si e das “compulsões alimentares”*. *Interface – Comunicação, Saúde, Educação*, 17 (44), 145-157. <https://doi.org/10.1590/S1414-32832013000100012>
- Oliveira, L. L. & Hutz, C. S. (2010). *Transtornos alimentares: o papel dos aspectos culturais no mundo contemporâneo*. *Psicologia em Estudo*, 15 (3), 575-582. <https://www.scielo.br/j/pe/a/MGVrVGGrjn8VPDYyCqdmNLj/abstract/?lang=pt>
- Portingale, J., Eddy, S., Fuller-Tyszkiewicz, M., Liu, S., Giles, S., & Krug, I. (2023). *Tonight, I'm disordered eating: The effects of food delivery app use, loneliness, and mood on daily body dissatisfaction and disordered eating urges*. *Appetite*, 180, 1-12. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2022.106310>
- Rother, E. T. (2007). *Revisão sistemática x revisão narrativa*. *Acta Paulista de Enfermagem*, 20 (2), 1-2. <https://www.scielo.br/j/ape/a/z7zZ4Z4GwYV6FR7S9FHTByr/?format=pdf&lang=pt>.
- Silva, D. P. F. (2021). *Reflexões sobre a compulsão alimentar: mal-estar, corpo e obesidade*. *Vínculo*, 18 (2), 1-6. <http://dx.doi.org/10.32467/issn.19982-1492v18nesp.p160-170>
- Souza, M. A. A., Gomes, V. C. S., Silva, E. I. G., & Messias, C. M. B. O. (2017). *Incidência da síndrome do comer noturno e compulsão alimentar em estudantes de nutrição*. *Revista Saúde e Pesquisa*, 10, (1), 15-23. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-847312>.
- Vosgerau, D. S. A. R., & Romanowski, J. P. (2014). *Estudos de revisão: implicações conceituais e metodológicas*. *Revista Diálogo Educacional*, 14 (41), 165-189. <https://doi.org/10.7213/dialogo.educ.14.041.DS08>
- Xiang, K. & Kong, F. (2024). *Passive social networking sites use and disordered eating behaviors in adolescents: The roles of upward social comparison and body dissatisfaction and its sex differences*. *Appetite*, 198, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2024.107360>

Recebido: 06/2024

Aceito: 09/2024