

TRANSTORNOS ALIMENTARES EM PESSOAS TRANSGÊNEROS

Catiane Policarpo Carmo¹, Camile Martins Studart², Ananda Reis Tavares³, Inara Andrade Gomes⁴, Antônia Kaliny Oliveira de Araujo⁵, Catarina Nívea Bezerra Menezes⁶.

1. Universidade de Fortaleza - Pós-graduanda em Terapia Cognitivo-Comportamental
2. Universidade de Fortaleza - Graduanda em Psicologia
3. Universidade de Fortaleza - Graduanda em Psicologia
4. Universidade de Fortaleza - Graduanda em Psicologia
5. Universidade Federal do Ceará – Mestranda em Psicologia
6. Universidade de Fortaleza – Docente do curso de Psicologia

Resumo

A vivência de preconceito e falta de aceitação social em pessoas transgêneras geram uma série de impactos, como insatisfação com o próprio corpo, padrões alimentares desajustados, práticas de restrição, compulsão alimentar e distorção da imagem corporal. Esta pesquisa objetivou realizar uma revisão de literatura dos impactos dos transtornos alimentares na saúde mental e qualidade de vida das pessoas que se identificam enquanto transgêneros. Nos achados, foi possível perceber que pessoas trans vivenciam ao longo da vida níveis de estresse e sofrimento relacionados a não identificação com seus corpos de origem, a saber: baixa aceitação social, vivências de preconceito e discriminação relacionadas aos fatores de gênero. Tais estressores são fatores de risco para baixa autoestima, impactando negativamente a saúde mental e sendo fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares.

Palavras-chave: Identidade de gênero. Transgênero. Saúde mental. Transtorno alimentar.

INTRODUÇÃO

Ao longo da história da humanidade a concepção de sexualidade foi sendo modificada. Segundo Melo e Sobreira (2018) a compreensão do masculino e feminino estava atrelada à visão científica e religiosa. Para Medeiros e Facundes (2022), a identidade de gênero relaciona-se como o sujeito se identifica, vê-se e expressa-se. Dentre as possibilidades, encontram-se os transgêneros que são aqueles que não se identificam com o órgão genital biológico, diferente dos cisgêneros, em que já ocorre essa associação. A saber, transgêneros abrangem travestis, transexuais, pessoas não-binárias, gêneros fluidos, entre outros.

As inúmeras intervenções de redesignação sexual, muitas vezes realizadas por estas pessoas, podem gerar adoecimento psíquico e físico, decorrente da insatisfação com os resultados, ocasionando distorções de imagem corporal e comportamento alimentar disfuncional. Tais modificações podem envolver alterações na autopercepção de si, trazendo sentimentos ambíguos diante do novo corpo, o que pode trazer comportamentos autolesivos, sintomas psiquiátricos e distúrbios alimentares (MACHADO; ARAÚJO; SANTOS, 2020).

Os transtornos alimentares estão presentes na atualidade, sendo um importante quadro psiquiátrico de causa multifatorial. Correspondem à relação que os sujeitos estabelecem com sua alimentação, na ingestão de alimentos e no comportamento alimentar, que podem ser vivenciados com sofrimento significativo. Esses quadros psiquiátricos podem ocasionar o emagrecimento extremo ou obesidade, prejuízos físicos, psicológicos, cognitivos, sociais e até a morte (MACHADO; ARAÚJO; SANTOS, 2020).

Desta forma, esta pesquisa objetiva realizar uma revisão de literatura dos impactos dos transtornos alimentares na saúde mental e qualidade de vida das pessoas que se identificam enquanto transgêneros.

METODOLOGIA

Este estudo baseia-se em uma pesquisa qualitativa, a qual busca investigar a realidade de um sujeito aprofundando suas experiências (CRESWELL, 2010). Como técnica de investigação, utilizou-se a revisão de literatura a partir do levantamento de publicações, envolvendo estudos voltados à população transgênera e transtornos alimentares.

A pesquisa foi realizada em agosto de 2022, na base de dados da CAPES e BVS pelos descritores ‘transgênero’ e ‘transtornos alimentares’ e suas respectivas traduções para inglês e espanhol. Como critérios de inclusão, adotou-se: texto completo disponível, publicação no período de janeiro de 2019 até agosto de 2022, bem como ser pertinente através da leitura do conteúdo ao objetivo deste estudo. Foram encontradas 89 publicações. Após seleção das publicações que atendessem a proposta, identificou-se pela leitura das mesmas, 09 publicações. Em seguida, a literatura selecionada foi discutida com produções teóricas de autores que abordaram os aspectos envolvidos para pessoas transgêneras e que enfrentam algum transtorno alimentar.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Baseados na literatura encontrada, Obarzanek e Munyan (2020) afirmam que as pessoas que assumem a identidade de gênero que não a do seu sexo biológico correspondem ao público Trans. Nessa população, o preconceito e a falta de aceitação social geram uma série de impactos, repercutindo na saúde mental desses indivíduos. Associado a essa questão, muitos manifestam um alto índice de insatisfação com o próprio corpo, contribuindo para o desenvolvimento de padrões alimentares desajustados, tais como práticas de restrição, compulsão alimentar e distorção da imagem corporal.

Uniackle *et al* (2021), em seu estudo que objetivou investigar a prevalência de transtornos alimentares na população transgênero, encontraram resultados que sugerem que os sintomas de transtorno alimentar estão intrinsecamente associados à transfobia que foi internalizada. Os achados ainda sugerem que terapias baseadas na afirmação de gênero com perspectivas a promover a redução da vergonha e alienação podem reduzir comportamentos alimentares disfuncionais.

Já Springmann, Svaldi e Keigelmann (2020) ampliam a temática para o uso de uma abordagem mais feminista de construção social de gênero que vincula significados e expectativas conforme se apresentam os corpos. As autoras afirmam que a compreensão de gênero somente é possível a partir das estruturas sociais, e que o cumprimento do gênero feminino advém da supressão das próprias necessidades. O foco é identificar e refletir sobre questões de gêneros que estejam atravessadas no sujeito e que resultam em sintomas de transtornos alimentares.

De acordo com Nagata *et al* (2020) a presença de sintomas depressivos e padrões rígidos e inflexíveis de pensamentos e comportamentos compõem os fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares. Além disso, percebe-se em homens e mulheres transgêneros níveis de estresse e sofrimento significativo devido às divergências físicas encontradas no corpo de origem e na identidade sexual. A tentativa de ocultar características típicas do sexo biológico favorecem a prática de comportamentos purgativos, como realizar excessivamente exercícios físicos e controle de peso.

Da mesma forma, Cusack *et al* (2021) relatam a incidência de transtornos alimentares associados a altos índices de estresse em sujeitos transgêneros, que resultam em indivíduos mais propensos a experimentar níveis muito baixos de autoestima e de saúde mental. Os

autores ainda apontam que os sintomas relacionados ao peso e a forma do corpo são secundários às questões de gênero que essas pessoas enfrentam.

Para Retamal (2021) as vivências de discriminação e estigma relacionadas a identidade de gênero são fatores de risco para o estresse. A adolescência por si só já é uma fase arriscada para o desenvolvimento dos transtornos alimentares pela vulnerabilidade que jovens apresentam da imagem corporal, especificamente a população trans, em que ocorre uma maior consciência da incongruência entre o corpo e a forma com que identificam. Os índices de risco apresentam-se acentuados quando não há fatores de proteção associados, como o apoio familiar, na escola e relações sociais em geral.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A identidade de gênero atravessa a vida do sujeito, bem como sua maneira de ser, agir e estar no mundo. Assim, foi possível perceber que pessoas trans vivenciam ao longo da vida níveis de estresse e sofrimento relacionados a não identificação com seus corpos de origem, como baixa aceitação social, vivências de preconceito e discriminação relacionadas aos fatores de gênero. Tais estressores são fatores de risco para o desenvolvimento de baixa autoestima, impactando negativamente a saúde mental.

Por vivenciarem altos níveis de insatisfação corporal, pessoas trans podem desenvolver diferentes maneiras de ocultar características típicas do sexo biológico, para controle de peso e controle da imagem corporal, tais como: padrões alimentares desajustados, práticas de restrição alimentar, episódios compulsivos, excesso de atividade física, dentre outros. Devido a todos esses fatores estressores, podem ter maior vulnerabilidade para desenvolver quadros psiquiátricos, tais como depressão, ansiedade, transtornos alimentares e distorção da imagem corporal. Tal risco é ainda maior quando os fatores protetivos são insuficientes, como família, amigos e grupos identitários.

REFERÊNCIAS

AVILA, J. T.; GOLDEN, N. H.; AYE, T. Eating Disorder Screening in Transgender Youth. **Journal of Adolescent Health**, s.l., v. 1-3, p. 1054 - 1139, 2019.

CRESWELL, J. W. **Projeto de pesquisa: métodos qualitativo, quantitativo e misto**; tradução Magda Lopes. 3 ed. Porto Alegre: Artmed, 296 p., 2010.

CUSACK, C. E.; COOPER, M.; LIBBEY, N.; GALUPO, M. P. Rumination & eating psychopathology among trans and nonbinary individuals: A path analysis integrating minority stress. **Eating Behaviors**, s. l., v. 42, 2021

MACHADO, J. G.; ARAÚJO, J. M., SANTOS, C. C. S. dos. Comportamento alimentar e avaliação nutricional em população trans de um ambulatório LGBT de Recife. **Revista de Atenção à Saúde**, São Caetano do Sul, v. 18, n. 66, p. 25-39, 2020.

MEDEIROS, L. L. de; FACUNDES, V. L. D. Sexualidade, identidade de gênero e as interferências na saúde mental. **Research, Society and Development**, Recife, v. 11, n. 6, 2022.

MELO, T.; SOBREIRA, M. Identidade de gênero e orientação sexual: perspectivas literárias. **Temas em Saúde**. s.l., v. 3, n. 18, p. 381-404, 2018.

MENSIGER, J. L; GRANCHE, J. L.; COX, S. A.; HENRETTY, J. R. Sexual and gender minority individuals report higher rates of abuse and more severe eating disorder symptoms than cisgender heterosexual individuals at admission to eating disorder treatment. **Eating Disorders**. s. l., p. 1-14, 2020. DOI: DOI: 10.1002/eat.23257.

NAGATA, J. M.; GANSONB, K. T.; AUSTINC, S. B. Emerging trends in eating disorders among sexual and gender minorities. **Co-psychiatry**, v. 33, n. 6, nov 2020.

NAGATA, J. M.; MURRAY, S. B.; COMPTE, E. J.; PAK, E. H.; SCHAUER, R.; FLENTJE, A.; CAPRIOTTI, M. R.; LUBENSKY, M. E.; LUNN, M. R.; OBEDIN-MALIVER, J. Community norms for the Eating Disorder Examination Questionnaire (EDE-Q) among transgender men and women. **Eating Behaviors**, San Francisco, v. 37, 2020.

OBARZANEK, L.; MUNYAN, K. Eating disorder behaviors among transgender individuals: exploring the literature. **Journal of the American Psychiatric Nurses Association**, v. 1, 22 may 2020. <https://doi.org/10.1177/1078390320921948>.

RETAMAL, V. D. Trastorno de conducta alimentaria en adolescentes transgénero: modelo de intervención especializado. **Rev. Chil. Psiquiatr. Neurol. Infanc. Adolesc.** Talcahuano, v. 32, n. 3, dic 2021.

SPRINGMANN, M.; SVALDI, J.; KIEGELMANN, M. Theoretical and Methodological Considerations for Research on Eating Disorders and Gender. **Frontiers in Psychology**. Switzerland, v. 11, 17 nov 2020. DOI: 10.3389/fpsyg.2020.586196.

UNIACKE, B.; GLASOFER, D.; DEVLIN, M., BOCKTING, W., ATTIA, E. Predictors of eating-related psychopathology in transgender and gender nonbinary individuals. **Eating Behaviors**, Virginia, v. 42, 2021.