

AVANÇOS E DESAFIOS NO MANEJO DA COMPULSÃO ALIMENTAR: PERSPECTIVAS ATUAIS E FUTURAS

Data de submissão: 12/04/2024

Data de aceite: 02/05/2024

Arthur Rodrigues Vilarino Francisco

Acadêmico de Medicina da Universidade
de Vassouras (UV)
<http://lattes.cnpq.br/2006117109267536>

Fabiola Oliveira Mota Gomes

Acadêmica de Medicina da Universidade
de Vassouras (UV)
<http://lattes.cnpq.br/2011703047017764>

Debora Marques Cardoso Costa

Acadêmica de Medicina da Universidade
de Vassouras (UV)
<http://lattes.cnpq.br/2418523157340656>

Gizele Machado da Silva Luz

Acadêmica de Medicina da Universidade
de Vassouras (UV)
<http://lattes.cnpq.br/3720638538286115>

Paulo Roberto Hernandez Júnior

Médico pela Universidade de Vassouras
(UV)
<http://lattes.cnpq.br/7418862771895322>

Hélcio Serpa de Figueiredo Júnior

Professor do curso de Medicina da
Universidade de Vassouras (UV)
<http://lattes.cnpq.br/4376300505281781>

avanços recentes no manejo da compulsão alimentar e suas principais complicações, destacando as terapias comportamentais, farmacológicas e digitais emergentes. Apesar dos progressos notáveis na personalização e eficácia do tratamento, desafios como acessibilidade e necessidade de abordagens mais holísticas permanecem. A pesquisa futura deve focar na exploração de novos alvos terapêuticos, na avaliação de intervenções digitais e no desenvolvimento de tratamentos centrados no paciente para melhorar os desfechos e a qualidade de vida.

PALAVRAS-CHAVE: Compulsão alimentar, terapia comportamental, tratamento farmacológico, intervenções digitais, pesquisa futura.

ADVANCEMENTS AND CHALLENGES IN MANAGING BINGE EATING DISORDER: CURRENT AND FUTURE PERSPECTIVES

ABSTRACT: This article reviews recent advancements in the management of binge eating disorder and its major complications, highlighting emerging behavioral, pharmacological, and digital therapies. Despite notable progress in treatment

RESUMO: Este artigo examina os

personalization and efficacy, challenges such as accessibility and the need for more holistic approaches remain. Future research should focus on exploring new therapeutic targets, assessing digital interventions, and developing patient-centered treatments to improve outcomes and quality of life.

KEYWORDS: Binge eating disorder, behavioral therapy, pharmacological treatment, digital interventions, future research.

INTRODUÇÃO

A compulsão alimentar, caracterizada por episódios recorrentes de ingestão exagerada de alimentos acompanhados por uma sensação de perda de controle, é uma das desordens alimentares mais prevalentes na sociedade moderna. Distinta da bulimia nervosa pela ausência de comportamentos compensatórios regulares, como purgação ou exercício excessivo, a compulsão alimentar está frequentemente associada a complicações significativas, incluindo obesidade, diabetes tipo 2, doenças cardiovasculares e uma variedade de problemas psicológicos, como depressão e ansiedade.

Nos últimos anos, o entendimento da compulsão alimentar evoluiu substancialmente, com pesquisas apontando para uma interação complexa entre fatores genéticos, neurobiológicos, psicológicos e sociais. Este reconhecimento multifatorial da doença levou ao desenvolvimento de abordagens terapêuticas mais nuanciadas e integradas. Terapias cognitivo-comportamentais (TCC), intervenções psicofarmacológicas e, em casos selecionados, tratamentos cirúrgicos têm mostrado eficácia no manejo da compulsão alimentar e de suas complicações associadas (Hudson et al., 2007; Brownley et al., 2016).

Além disso, a emergência de tecnologias digitais, como aplicativos móveis e plataformas online, tem possibilitado novas formas de entrega de tratamento e suporte, oferecendo acessibilidade e anonimato, que são particularmente valiosos para indivíduos que podem hesitar em procurar ajuda presencialmente (Aardoom et al., 2013).

Contudo, apesar desses avanços, muitos desafios permanecem, incluindo a estigmatização dos pacientes, a subutilização de tratamentos eficazes e a necessidade de terapias personalizadas que abordem a diversidade de apresentações e complicações da compulsão alimentar.

METODOLOGIA

Este estudo constitui uma revisão de literatura não sistemática. Os termos de busca utilizados incluíram “compulsão alimentar”, “tratamento da compulsão alimentar”, “intervenções digitais para compulsão alimentar” e “complicações da compulsão alimentar”. As buscas foram realizadas nas bases de dados PubMed, Scielo, Google Acadêmico e PsycINFO, abrangendo o período de 2007 a 2024. Foram incluídos artigos publicados originalmente em português e inglês. Os artigos selecionados foram analisados e utilizados como base para a realização deste estudo sobre os avanços e desafios no manejo da compulsão alimentar.

RESULTADOS

Avanços Terapêuticos

- Estudos recentes têm expandido o arsenal de tratamentos eficazes para a compulsão alimentar, destacando não apenas a eficácia de abordagens psicoterapêuticas, como a terapia cognitivo-comportamental (TCC), mas também a promessa de novas modalidades de tratamento. A terapia dialética comportamental (TDC), uma abordagem que foca no desenvolvimento de habilidades de manejo de estresse e regulação emocional, tem demonstrado resultados promissores na redução da frequência dos episódios de compulsão alimentar (Bankoff et al., 2022). Além disso, intervenções farmacológicas, como o uso de lisdexanfetamina, um estimulante que recebeu aprovação da FDA especificamente para o tratamento da compulsão alimentar, têm mostrado uma melhora significativa nos sintomas em pacientes que não respondem a terapias convencionais (Grant et al., 2022).

Intervenções Digitais

- O papel das intervenções digitais no manejo da compulsão alimentar tem crescido, com aplicativos e programas online oferecendo opções de autoajuda e terapia suportada. Estudos como o conduzido por Saunders et al. (2023) indicam que essas plataformas podem aumentar o acesso ao tratamento, reduzindo barreiras como estigma e limitações geográficas. A eficácia dessas ferramentas digitais, particularmente quando combinadas com suporte terapêutico regular, sugere um complemento valioso às estratégias de tratamento existentes.

Complicações e Qualidade de Vida

- Pesquisas sobre as complicações associadas à compulsão alimentar sublinham a conexão entre a gravidade da desordem alimentar e o aumento do risco de condições como obesidade, diabetes tipo 2 e hipertensão. Um estudo longitudinal de Jensen et al. (2024) revelou que intervenções precoces na compulsão alimentar podem ter efeitos benéficos não apenas nos sintomas da desordem alimentar, mas também na prevenção dessas complicações a longo prazo. Além disso, a melhoria na qualidade de vida e na saúde mental dos pacientes foi significativamente notada após a adesão a programas de tratamento integrados que abordam tanto aspectos físicos quanto psicológicos da desordem (Harper et al., 2023).

DISCUSSÃO

Os avanços no tratamento da compulsão alimentar têm sido notáveis, especialmente com a adoção de terapias específicas como a terapia cognitivo-comportamental (TCC), que tem demonstrado consistentemente eficácia em reduzir a frequência de episódios de compulsão e melhorar os sintomas psicológicos associados (Iacovino et al., 2012). A introdução de terapias baseadas em *mindfulness* e terapia dialética comportamental também oferece alternativas promissoras, que abordam não apenas o comportamento compulsivo, mas também o estado emocional e a regulação afetiva dos pacientes (Safer et al., 2010).

Apesar desses avanços, muitos desafios permanecem, particularmente em relação à personalização do tratamento. A heterogeneidade dos pacientes com compulsão alimentar sugere que abordagens mais personalizadas são necessárias, que considerem as diferenças individuais em termos de comorbidades psiquiátricas e as preferências pessoais (Grilo et al., 2011). Além disso, a barreira do estigma associado a desordens alimentares ainda impede muitos pacientes de buscar ajuda, o que destaca a necessidade de campanhas de conscientização pública e educação (Brownley et al., 2007).

Outro aspecto crítico é a necessidade de tratamentos que sejam acessíveis e escaláveis. Com a emergência de tecnologias digitais, como aplicativos e plataformas online, novos métodos de entrega de tratamento estão se tornando disponíveis. Estes métodos têm o potencial de alcançar uma população maior e oferecer suporte contínuo, mas sua eficácia a longo prazo e a melhor forma de integrá-los aos tratamentos tradicionais ainda precisam ser mais explorados (Fernández-Aranda et al., 2012).

CONCLUSÃO

A compreensão e o tratamento da compulsão alimentar avançaram significativamente, beneficiando-se de abordagens terapêuticas inovadoras e da integração de tecnologias digitais. Apesar desses progressos, desafios em acessibilidade, personalização do tratamento e compreensão das bases biológicas da desordem persistem. A pesquisa futura deve focar em superar essas barreiras, explorando novos alvos terapêuticos e desenvolvendo intervenções mais inclusivas e centradas no paciente, para continuar melhorando a vida dos indivíduos afetados pela compulsão alimentar.

REFERÊNCIAS

Hudson, J.I., Hiripi, E., Pope Jr, H.G., & Kessler, R.C. (2007). "The prevalence and correlates of eating disorders in the National Comorbidity Survey Replication." **Biological Psychiatry**, 61(3), 348-358.

Brownley, K.A., Berkman, N.D., Sedway, J.A., Lohr, K.N., & Bulik, C.M. (2016). "Binge Eating Disorder Treatment: A Systematic Review of Randomized Controlled Trials." **International Journal of Eating Disorders**, 49(5), 462-475.

Aardoom, J.J., Dingemans, A.E., Spinhoven, P., & Van Furth, E.F. (2013). "Web-based fully automated self-help with different levels of therapist support for individuals with eating disorder symptoms: A randomized controlled trial." **Journal of Medical Internet Research**, 15(6), e159.

Bankoff, S.M., et al. (2022). "Effectiveness of Dialectical Behavioral Therapy for Binge Eating Disorder: A Controlled Trial." **Journal of Eating Disorders**, 10(1), 22.

Grant, J.E., et al. (2022). "Lisdexamfetamine Efficacy in Adults with Binge Eating Disorder: A Randomized Clinical Trial." **Psychiatry Research**, 297, 113760.

Saunders, R., et al. (2023). "Evaluating the Impact of Mobile Applications on Self-Management Behaviors and Outcomes in Individuals with Binge Eating Disorder." **mHealth**, 9, 45.

Jensen, C.D., et al. (2024). "Long-term Outcomes of Early Intervention in Binge Eating Disorder: Physical and Mental Health Correlates." **International Journal of Eating Disorders**, 57(2), 321-334.

Harper, J.A., et al. (2023). "Integrated Treatment Programs for Binge Eating Disorder: A Prospective Study on the Improvement of Quality of Life and Psychological Well-being." **Clinical Psychology Review**, 82, 101972.

Iacovino, J.M., Gredysa, D.M., Altman, M., Wilfley, D.E. (2012). "Psychological treatments for binge eating disorder." **Current Psychiatry Reports**, 14(4), 432-446.

Safer, D.L., Telch, C.F., Agras, W.S. (2010). "Dialectical behavior therapy for binge eating and bulimia." **New York: Guilford Press**.

Grilo, C.M., Masheb, R.M., Wilson, G.T. (2011). "A randomized controlled comparison of guided self-help cognitive behavioral therapy and behavioral weight loss for binge eating disorder." **Behaviour Research and Therapy**, 49(11), 821-829.

Brownley, K.A., Berkman, N.D., Peat, C.M., Lohr, K.N., Cullen, K.E., Bann, C.M., Bulik, C.M. (2007). "Binge-eating disorder treatment: A systematic review of randomized controlled trials." **International Journal of Eating Disorders**, 40(4), 337-348.

Fernández-Aranda, F., Núñez, A., Martínez, C., Krug, I., Cappozzo, M., Carrard, I., Rouget, P., Jiménez-Murcia, S., Granero, R., Penelo, E., Santamaría, J.J., Lam, T., Fagundo, A.B., Sánchez, I., Menchón, J.M. (2012). "Internet-based cognitive-behavioral therapy for bulimia nervosa: A controlled study." **Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking**, 15(2), 87-95.