



ARTIGO RELATO DE EXPERIÊNCIA

Transtornos alimentares na adolescência: Intervenções presenciais versus digitais

Autora: Maria Clara Lins Santos

E-mail: clarassantos06@hotmail.com

Coautor: Joelma Maria da Silva

E-mail: joelma.msilva3@ufpe.br

Coautor: Ester Alana da Costa Souza

E-mail: ester.alana@ufpe.br

Coautor: Wesley Álex da Silva Dionisio

E-mail: wesley.dionisio@ufpe.br

Coautor: Rosana Christine Cavalcanti Ximenes

E-mail: Rosana.ximenes@ufpe.br

INTRODUÇÃO

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), os transtornos alimentares, entre eles a anorexia nervosa, bulimia nervosa, são caracterizados como alterações ou perturbações psicológicas relacionadas ao comportamento alimentar de um indivíduo. Comumente, eles apresentam suas primeiras manifestações na fase da infância e na adolescência, acarretando prejuízos psicológicos e sociais (APPOLINÁRIO et al, 2000).

Um dos fatores de grande influência para o desenvolvimento desses transtornos é o uso das redes sociais, que cada dia mais vem ganhando um grande espaço no cotidiano de crianças e adolescentes, o que acaba expondo-os a tendências e padrões de beleza impostos por outros usuários (muitas vezes mais velhos). Segundo o IBGE em 2016 mais 64% da população acima de 10 anos encontram-se conectadas a internet (LIRA et al, 2017; RODRIGUES, 2019).

Sendo assim, é de extrema importância que seja promovido o uso moderado dessas mídias sociais, assim como a utilização das mesmas de maneira positiva, e não descontrolada, de forma com que as crianças e adolescentes tenham acesso a informações importantes, como é o caso dos transtornos alimentares e suas relações com os padrões estéticos. Uma alternativa de conscientização é promover intervenções que atinjam esse público alvo.

Nesse sentido, o Projeto de Extensão “ADOLESCER: aprendendo a ser um adolescente saudável numa abordagem interdisciplinar” foi fundado no ano de 2011, com o objetivo de abranger assuntos diretamente relacionados com a prevenção e promoção da saúde do adolescente, tendo em vista que nessa fase há grande vulnerabilidade. Ele visa contribuir com o desenvolvimento do adolescente e também das pessoas presentes em sua rotina através de intervenções interdisciplinares.

A partir do ano de 2020, com o início da pandemia global de COVID-19, o Projeto deu início a promoção de intervenções de forma digital, com o intuito de se adaptar às medidas



restritivas de isolamento social recomendadas pela OMS, o que tornou inviável a realização das intervenções de forma presencial nos colégios.

Diante do exposto, o presente trabalho possui como objetivo relatar as intervenções presencial e digital, expondo seus pontos positivos e negativos.



Dilemas e desafios de um futuro presente: o que esperar da educação?

22 e 23 | setembro | 21

METODOLOGIA

O projeto de extensão ADOLESCER é uma iniciativa do Núcleo de Enfermagem, do Centro Acadêmico de Vitória de Santo Antão, em parceria com o Departamento de Fisioterapia, com o Departamento de Clínica e Odontologia Preventiva e com a Pós-Graduação em Neuropsiquiatria e Ciências do Comportamento, do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal de Pernambuco.

Intervenção presencial

O público alvo do projeto durante a intervenção presencial foi composto por adolescentes de 12 a 14 anos, matriculados no 7º ano do Ensino Fundamental 2, da escola municipal 3 de Agosto localizada na cidade Vitória de Santo Antão, em Pernambuco. Ação foi realizada no dia 28 de maio de 2019, às 15:30, onde organizada e realizada pelos discentes do Centro Acadêmico de Vitória, sendo eles membros das equipes de Ciências Biológicas e Nutrição. Com a finalidade de definir a temática que seria abordada e as práticas realizadas, os extensionistas se reuniram previamente e determinaram que o tema abordado seria “Transtornos alimentares”.

Intervenção digital

Para as intervenções de forma digital, a seleção dos conteúdos trabalhados, assim como o planejamento das ações, foi realizada por meio de reuniões remotas, pela plataforma Google Meet, uma vez que os discentes possuíam fácil acesso a essa plataforma. As reuniões foram realizadas entre os coordenadores das equipes, juntamente com a coordenação geral para definir as equipes responsáveis pela temática que fora abordada. As informações utilizadas na elaboração das intervenções foram embasadas por meio de buscas literárias realizadas pelos discentes com relação a temática que foi predeterminada. Após a elaboração de todo o conteúdo da intervenção, a mesma foi avaliada e aprovada pela coordenação geral e, só então, foi executada.

As intervenções foram realizadas por meio de publicações no perfil do Projeto Adolescer no Instagram (@adolescervitoria, link: <https://www.instagram.com/adolescervitoria/>) e compartilhadas no perfil do Facebook do Projeto (Adolescer Vitória), trazendo como temática os transtornos alimentares, utilizando uma linguagem de fácil entendimento, assim como recursos que chamassem a atenção do público alvo, os adolescentes.

RESULTADOS

Intervenção presencial

A ação presencial foi iniciada com os membros da equipe de Ciências Biológicas, onde foi montada uma pequena roda de conversa sobre o que é beleza, como as redes sociais



XVII CONGRESSO
INTERNACIONAL
DE TECNOLOGIA
NA EDUCAÇÃO

Dilemas e desafios de um futuro presente: o que esperar da educação?

22 e 23 | setembro | 21

influenciam na visão sobre o que é o belo, além de como a moda influencia na maneira de aceitação dos diferentes padrões de corpo ao longo do tempo. Dando continuidade, foi realizada uma palestra em



conjunto com os membros da equipe de Nutrição, sobre o que são os transtornos alimentares, contando com o auxílio de cartazes elaborados por uma linguagem acessível e imagens ilustrativas.

Em seguida, os membros da equipe de Nutrição deram início a dinâmica do espelho, onde os alunos foram convidados a se levantarem e irem de encontro a uma caixa. Antes de abrirem a caixa, foram instruídos a avaliar com cuidado e atenção o que estava presente em seu interior, e ao abrir a caixa, eles se deparavam com um espelho, ou seja, seu reflexo. Nessa perspectiva, logo após a realização da dinâmica, foi realizado um momento de reflexão sobre como é importante admirar e exaltar a verdade que estava refletida no espelho.

A segunda dinâmica foi ministrada pelos membros da equipe de Ciências Biológicas, possuindo como ideia central o elogio. Cada um dos participantes foi convidado a olhar para o colega de turma e citar um elogio. Nesse sentido, foi estimulado nessa atividade a prática de elogiar o próximo com palavras que contribuem para a autoestima positiva.

Por fim, os alunos receberam informativos sobre a importância de manter uma alimentação saudável e sobre a relevância da prática de exercícios físicos. Além disso, foram convidados a participarem de uma roda, com o intuito de cantar uma paródia sobre alimentação, intitulada como: amor de chocolate. Nessa perspectiva, essa atividade teve como finalidade uma descontração com uma mensagem informativa sobre alimentação.

Os estudantes demonstraram participação ativa em todas as etapas da intervenção, através de interações com os membros do projeto. Outro ponto observado foi o fato de que a temática da intervenção era desconhecida pelos participantes, porém, após a primeira roda de conversa, eles conseguiram compreender a importância do assunto e correlacionar com casos de transtornos alimentares retratados em novelas, seriados e livros.

Intervenção digital

Os materiais foram publicados no perfil do projeto no dia 15 de setembro de 2020, fazendo parte de uma série de postagens sobre o setembro amarelo. As publicações realizadas no perfil do projeto, de forma geral, possuem um alcance maior nas faixas etárias de 13 a 54 anos. Com a mudança na forma de realizar as intervenções, as campanhas realizadas pelo projeto abrangeram diversas regiões do Brasil. A publicação intitulada “Transtornos alimentares” foi efetuada nas redes sociais do Projeto Adolescer, trazendo alguns conceitos sobre o tema, e caracterizando algumas patologias como a anorexia nervosa, bulimia nervosa, vigorexia, ortorexia e compulsão alimentar. Obteve o seguinte desempenho: 216 contas alcançadas, 47 curtidas, 12 encaminhamentos e 3 salvamentos.

Ao comparar os dois métodos, é possível observar alguns pontos positivos e outros negativos. As intervenções presenciais possibilitam o contato direto dos extensionistas com o



XVII CONGRESSO
INTERNACIONAL
DE TECNOLOGIA
NA EDUCAÇÃO

Dilemas e desafios de um futuro presente: o que esperar da educação?

22 e 23 | setembro | 21

público alvo, o que faz com que se torne mais fácil de observar o impacto que as ações tem sobre os adolescentes, assim como avaliar a participação deles nas dinâmicas. Porém, ao mesmo tempo,



Dilemas e desafios de um futuro presente: o que esperar da educação?

22 e 23 | setembro | 21

acaba tornando o alcance da intervenção pequeno, uma vez que é realizada apenas com uma turma que possui em média 15 a 20 alunos. Já as intervenções digitais possuem a vantagem de não se limitarem apenas a um determinado grupo de pessoas, visto que o perfil do Projeto é aberto a todos os públicos. Em contrapartida, isso faz com que o contato entre o extensionista e os participantes se torne inviável, tendo em vista que o Projeto não tem acesso direto aos perfis que leram as publicações.

CONCLUSÃO

Através dos dados e do feedback obtidos por meio da promoção das intervenções, tanto de forma presencial, como de forma digital, é possível observar a importância de compartilhar com o público informações verídicas e de fontes confiáveis, para que o conhecimento seja difundido da melhor forma. É possível observar também que mesmo com a volta das ações presenciais, é de extrema importância a elaboração de estratégias que mantenham de forma conjunta as intervenções digitais, tendo em vista o grande alcance que as mesmas vêm obtendo.

REFERÊNCIAS

APPOLINÁRIO, José Carlos; CLAUDINO, Angélica M. **Transtornos alimentares**. Brazilian Journal of Psychiatry, v. 22, p. 28-31, 2000.

LIRA, Ariana Galhardi et al. **Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras**. Jornal Brasileiro de Psiquiatria, v. 66, p. 164-171, 2017.

RODRIGUES, Daniela da Silva De Souza. **A influência das mídias sociais na autoimagem da mulher e suas relações no desenvolvimento dos transtornos alimentares**. 2019.