

DISTÚRBO ALIMENTAR NO GÊNERO FEMININO PÓS-CLIMATÉRIO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Yngrid Braga de Sousa

Graduada - Centro Universitário Fametro – Unifametro

yngrid.sousa@aluno.unifametro.edu.br

Lucas Oliveira de Aguiar

Mestrando – Universidade de Fortaleza - Unifor

lucasoa@live.com

Teresa Larissa Furtado Martins

Discente - Centro Universitário Fametro – Unifametro

teresa.martins@aluno.unifametro.edu.br

Zariff Torres da Costa

Discente - Centro Universitário Fametro - Unifametro

zariff.costa01@aluno.unifametro.edu.br

Daniela Vieira de Souza

Docente - Centro Universitário Fametro - Unifametro

daniela.vieira@professor.unifametro.edu.br

Área Temática: Alimentos, nutrição e saúde

Área de Conhecimento: Ciências da Saúde

Encontro Científico: XII Encontro de Iniciação à Pesquisa

RESUMO

Introdução: A menopausa é um período marcado por diversas mudanças hormonais, físicas e psicológicas na vida da mulher. Nele podem estar presentes comportamentos alimentares disfuncionais, como transtornos alimentares. No entanto, ainda se acredita que apenas crianças e adolescentes podem desenvolver esse tipo de transtorno mental. **Objetivo:** Verificar na literatura científica atual a presença de transtornos alimentares em mulheres de meia-idade. **Métodos:** Foi realizada revisão integrativa de artigos publicados de 2019 a 2024, indexados nas bases de dados SciELO, Periódicos Capes e PubMed, nos idiomas português, inglês e espanhol, que abordavam as temáticas entre transtornos alimentares e menopausa e que apresentavam resultados empíricos. Foram excluídos estudos divulgados via monografia, trabalho de conclusão de curso, dissertação, tese, capítulo de livro, editorial, carta, relatórios de pesquisas científicas e revisões. **Resultados:** Os dados obtidos demonstram que as mulheres na menopausa apresentam risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares. A pós-menopausa foi associada a maior tendência à ortorexia nervosa, enquanto a perimenopausa foi ligada a mais compulsão alimentar. Os sintomas de TA podem variar consideravelmente entre diferentes fases da menopausa. **Considerações finais:** A análise dos estudos revela que os

transtornos alimentares afetam mulheres na menopausa, e a sintomatologia da menopausa pode intensificar nesses transtornos. Esses achados destacam a importância de considerar a sintomatologia da menopausa no diagnóstico e tratamento de transtornos alimentares.

Palavras-chave: Menopausa; Mulher; Transtornos alimentares.

INTRODUÇÃO

A menopausa é uma fase caracterizada por diversas mudanças. Dentre elas, hormonais e psíquicas que interferem na saúde física e mental das mulheres. Essas mudanças são capazes de afetar a percepção corporal de forma negativa, causar baixa autoestima e comportamentos alimentares disfuncionais (Temple et al. 2024).

Os transtornos alimentares (TA) são caracterizados por uma perturbação persistente na alimentação ou no comportamento relacionado à alimentação, que resulta no consumo ou na absorção alterada de alimentos (APA, 2014) e que prejudicam a saúde física e perturbam o funcionamento psicossocial (Tesouro; Duarte, Schmidt, 2020).

Da mesma forma que a puberdade exerce um papel significativo no desenvolvimento de TA durante a adolescência e o início da vida adulta, a transição para a menopausa também pode representar um fator de risco para o surgimento desses transtornos na meia-idade. Diversas pesquisas mostram que transtornos alimentares podem ocorrer em pessoas de qualquer idade e gênero, e não se limitam apenas à mulheres jovens (Mangweth-Matzek *et al.*, 2021; Mangweth-Matzek *et al.*, 2022)

Considerando o exposto, é de extrema importância a compilação de informações sobre transtornos alimentares nessa população específica para que se tenha uma maior abordagem neste campo. Portanto, o presente estudo teve como objetivo sintetizar na literatura científica atual a prevalência dos transtornos alimentares em mulheres na menopausa.

METODOLOGIA

Foi realizada uma revisão integrativa da literatura, tendo como pergunta norteadora: "Mulheres na menopausa também são propensas ao desenvolvimento de transtornos alimentares?" A busca se deu a partir das bases de dados *Scientific Eletronic Library Online* (SciELO), Portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento Pessoal de Nível Superior (Periódicos CAPES) e PubMed Central (PMC), no mês de setembro de 2024. Para a pesquisa dos artigos foram utilizadas combinações dos DeCS (Descritores em Ciências da Saúde): Alimentação e Transtornos Alimentares (*Feeding Eating Disorders*), Pós-menopausa (*Post*

Menopause), Mulher (*Women*) e Menopausa (*Menopause*) associados aos operadores booleanos “e” (*and*) e “ou” (*or*).

Foram incluídas as publicações com corte temporal de 2019 a 2024, redigidos nos idiomas português, inglês e espanhol, que abordavam as temáticas sobre a menopausa e transtornos alimentares em estudos observacionais. Foram excluídos estudos divulgados via monografia, trabalho de conclusão de curso, dissertação, tese, capítulo de livro, editorial, carta, relatórios de pesquisas científicas e revisões.

A busca inicial resultou em 335 artigos científicos. Foi realizada a análise a partir da leitura dos títulos, excluindo aqueles que abrangiam outros temas ou que fugiam da temática, além dos duplicados. Na sequência, foram selecionados 18 trabalhos para serem lidos os resumos, e nesta fase foram descartados aqueles que não tinham como foco o objeto da pesquisa, restando um total de 10 artigos para serem lidos na íntegra, dos quais apenas 4 entraram na revisão.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

No total, 4 estudos foram analisados minuciosamente e escolhidos para fazerem parte desta pesquisa (Quadro 1). De acordo com os trabalhos selecionados, observou-se que o número de indivíduos analisados variou de 136 a 90.592. O instrumento para avaliar a presença de transtornos alimentares foi diferente entre os estudos avaliando de forma geral (Temple; Hogervorst; Finch *et al.*, 2023), transtorno alimentar específico (Khalil *et al.*, 2022; Lange *et al.*, 2019)

Todos os artigos incluídos demonstraram evidências de que transtornos alimentares acometem também mulheres de meia-idade, sendo esses confirmados por outras pesquisas (Mangweth-Matzek *et al.*, 2021; Thompson; Bardone-Cone, 2019; Micali *et al.*, 2017; Mangweth-Matzek; Hoek; Pope, 2014).

Para Haddad *et al.* (2020) a transição para a menopausa engloba uma série de mudanças complexas nos níveis físico, hormonal, mental e social, aumentando a vulnerabilidade das mulheres ao sofrimento psicológico.

Na presente revisão não foi possível confirmar uma associação de estágios específicos da menopausa e TA, entretanto Mangweth-Matzek *et al.* (2021) e Mangweth-Matzek *et al.* (2022) investigaram a relação entre as fases e a sintomatologia da menopausa com o comportamento alimentar. Seus resultados mostraram taxas semelhantes de prevalência

Quadro 1 – Distribuição das referências incluídas na revisão integrativa acerca de mulheres de meia-idade e transtornos alimentares, Brasil, 2024.

Autor, Ano, País	Sujeitos da pesquisa	Objetivos	Métodos	Resultados
Temple, Hogervorst e Witcomb (2024) Reino Unido	255 participantes	Avaliar como os sintomas da menopausa e a qualidade de vida diferem entre as mulheres com alto ou baixo risco de um TA	Questões demográficas, EAT-26, Body shape questionnaire, Body appreciation scale-2, Menopause-Specific, Quality of Life Questionnaire	111 e 144 participantes foram classificados como alto risco (pontuação > 11) e baixo risco (pontuação <11) para um transtorno alimentar, respectivamente, de acordo com EAT-26.
Finch <i>et al.</i> (2023) Estados Unidos	136 participantes	Investigar os sintomas centrais na sintomatologia do TA	Eating Disorder Examination Questionnaire	Demonstraram que os sintomas centrais associados ao TA foram o medo de ganhar peso e o medo de perder o controle sobre a alimentação durante a perimenopausa e pós-menopausa precoce. Além de indicar que a insatisfação corporal é um componente central dessa sintomatologia do TA.
Khalil <i>et al.</i> (2022) Líbano	1001 participantes	Avaliar a associação entre a transição para a menopausa, insatisfação corporal e hábitos alimentares anormais em uma amostra de mulheres libanesas de meia-idade	Body dissatisfaction subscale of the eating disorder inventory-second version; Binge Eating Scale; Dutch Restrained Eating Scale; ORTO-15; Dusseldorf Orthorexia Scale; Teruel Orthorexia Scale;	A pós-menopausa foi significativamente associada a mais tendências à ortorexia nervosa (escores mais baixos do ORTO-15) do que a pré-menopausa. A perimenopausa foi associada a mais compulsão alimentar e menos ortorexia nervosa do que a pré-menopausa.
Lande et al. (2019) Noruega	90.592 participantes	Determinar a prevalência e os correlatos de TA em mulheres de meia idade da noruega	Questionário socioeconômico, Questionário de Frequência Alimentar.	253 mulheres relataram ter TA, sendo anorexia nervosa, bulimia nervosa ou ambos.

Legenda: EAT-26: Eating Attitudes Test-26 ; TA: Transtorno Alimentar.

de sintomas de TA (5 a 9%) entre os diferentes estágios da menopausa. Sendo esse dado, sustentado por Thompson e Bardone-Cone (2019).

No entanto, Mangweth-Matzek *et al.* (2021) e Mangweth-Matzeko sofrimento psíquico, sintomas depressivos e comportamentos alimentares emocionais afetaram a qualidade de vida relacionada à saúde das mulheres coreanas de meia-idade. *et al.* (2022) perceberam diferenças significativas ($P < 0,001$) entre mulheres com alta sintomatologia da menopausa, que apresentaram maior patologia alimentar, e aquelas com baixa sintomatologia, analisadas pela Escala de Avaliação da Menopausa.

As alterações na distribuição da gordura corporal, resultantes da menopausa ou o aumento do IMC em mulheres de meia-idade, são geralmente percebidas como fatores que prejudicam a aparência. Esse impacto negativo, muitas vezes, pode estar vinculado à internalização de normas e atitudes sociais depreciativas sobre o envelhecimento feminino deixando-as mais susceptíveis ao desenvolvimento de comportamentos alimentares desordenados (Mangweth-Matzek *et al.*, 2021; Barthels; Kissler; Pietrowsky, 2020; Thompson; Bardone-Cone, 2019).

Um dos estudos da pesquisa demonstrou que mulheres na pós-menopausa tendem a apresentar mais comportamentos relacionados à ortorexia nervosa, enquanto aquelas na perimenopausa mostraram maior propensão à compulsão alimentar e menos tendências à ortorexia (Khalil *et al.*, 2022). Por outro lado, outros estudos não correlacionaram esses padrões com os estágios da menopausa, mas observaram que o diagnóstico mais comum entre mulheres na faixa dos 40 e 50 anos era a anorexia nervosa atípica (Presskreischer; Steinglass; Anderson, 2022; Brown *et al.* 2020).

É fundamental ressaltar que a pesquisa apresenta limitações, especialmente devido ao número reduzido de estudos disponíveis e à baixa quantidade de participantes. Essa situação revela uma lacuna significativa no conhecimento atual, indicando a necessidade urgente de uma exploração e compreensão mais aprofundada do tema. Abordar essa escassez é essencial para desenvolver estratégias mais eficazes e informadas no futuro.

No entanto, nossos achados oferecem uma importante contribuição ao abordar um problema de saúde comunitária ainda subcomunicado, que exige atenção especial em termos de tratamento e prevenção específicos para a faixa etária em questão.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa averiguou que os transtornos alimentares afetam mulheres na menopausa, mostrando que aquelas com alta sintomatologia menopausal apresentam uma maior prevalência desses transtornos. Apesar da variação nos instrumentos de avaliação utilizados, os dados sugerem que a transição para a menopausa não apresentou uma associação direta entre seus estágios específicos e os transtornos alimentares.

Os achados reforçam a importância de se considerar a intensidade dos sintomas da menopausa no diagnóstico e manejo dos transtornos alimentares, uma vez que isso pode contribuir para um melhor prognóstico dessas condições nas mulheres.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. DSM V: Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais. Porto Alegre: Artmed. 5ed, 2014.

BARTHELIS, F.; KISSER, J.; PIETROSKW, R. Orthorexic eating behavior and body dissatisfaction in a sample of young females. **Eat Weight Disord**, Alemanha, v. 26, n. 6, p. 2059 – 2063, 2020.

BROWN, T. A.; FORNEY, K. J.; KLEIN, K. M.; GRILLOT, C. KEEL, P. K. A 30-year longitudinal study of body weight, dieting, and eating pathology across women and men from late adolescence to later midlife. **J. Abnorm. Psychol**, Estados Unidos, v. 129, n. 4, n. 376 – 386, 2020.

FINCH, J. E.; XU, Z.; GIRDLER, S.; BAKER, J. H. Network analysis of eating disorder symptoms in women in perimenopause and early postmenopause. **Menopause**, Estados Unidos, v. 30, n. 3, p. 275- 282, 2023.

HADDAD C. *et al.* Validation of the Arabic version of the ORTO-15 questionnaire in a sample of the Lebanese population. **Eat Weight Disord**, Alemanha, v. 25, n. 1, p. 951 – 960, 2020.

KHALIL, J. *et al.* Eating disorders and their relationship with menopausal phases among a sample of middle-aged Lebanese women. **BMC Women's Health**, Inglaterra, v. 22, n.1, p. 153 –163, 2022.

LANDE, M. S.; ROSENVINGE, J. H.; SKEIE, G.; RYLANDER, C. Prevalence and Correlates of Self-reported Disored Eating: a cross-sectional study among 90.582 middle-aged Norwegian women. **Plos one**, Estados Unidos, v. 14., n. 1., p. 1 – 10, 2019.

MANGWETH-MATZEK, B. *et al.* Correction to: Disorders of eating and body image during the menopausal transition: associations with menopausal stage and with menopausal symptomatology. **Eat Weight Disord**, Alemanha, v. 27, n. 7, p. 2985, 2022.

MANGWETH-MATZEK, B. *et al.* Disorders of eating and body image during the menopausal transition: associations with menopausal stage and with menopausal symptomatology. **Eat Weight Disord**, Alemanha, v. 26, n. 8, p. 2763 – 2769, 2021.

MANGWETH-MATZEK, B.; HOEK, H. W.; POPE, H. G. Pathological eating and body dissatisfaction in middle-aged and older women. **Curr Opin Psychiatry**, Estados Unidos, v. 27, n.6, p. 431 – 435, 2014.

MICALI, N. *et al.* Lifetime and 12-month prevalence of eating disorders amongst women in mid-life: a population-based study of diagnoses and risk factors. **BMC Medicine**, Estados Unidos, v. 15, n. 12, p. 1 – 10, 2017.

PRESSKREISCHER, R.; STEINGLASS, J. E.; ANDERSON, K. E. Eating disorders in the U.S. Medicare population. **Int. J. Eat. Disorder**, Estados Unidos, v.55, n.33, p. 362 – 371, 2022.

TEMPLE, S.; HOGERVORST, E.; WITCOMB, G. M. Differences in menopausal quality of life, body appreciation, and body dissatisfaction between women at high and low risk of an eating disorder. **Brain Behav.**, Estados Unidos, n.14, v. 7, p. 1 – 9, 2024.

TESOURO, J.; DUARTE, T. A.; SCHMIDT, U. Eating disorders. **Lancet**, Inglaterra, v. 395, n. 10227, p. 899-911, 2020.

THOMPSON, K. A.; BARDONE-CONE, A. Menopausal status and disordered eating and body image concerns among middle-aged women. **Int. J. Eat. Disord**, Estados Unidos, v. 52, n. 3, p. 314 – 318, 2019.