

## **DRUNKOREXIA: VOCÊ SABE O QUE É ISSO?**

***Mileni Araújo Servilla*** – graduanda em Psicologia pela AEMS

***Alini Daniéli Viana Sabino*** – Mestre em Ciências pela FFCLRP/USP

Coordenadora e Docente do Curso de Psicologia da AEMS

***Paulo César Ribeiro Martins***- Doutor em Psicologia como Ciência e Profissão pela Pontifícia Universidade Católica de Campinas, PUCCAMP / Docente do Curso de Psicologia da AEMS

RESUMO: A drunkorexia é considerada um transtorno alimentar e apresenta como principal sintoma o fato de mulheres beberem ao invés de comer. A literatura da área descreve que a mudança nos padrões de beleza impostos pela sociedade, nos quais são impostos padrões estéticos incompatíveis com a realidade, pode funcionar como um dos fatores desencadeantes para o desenvolvimento do transtorno. As alterações da imagem corporal observados na drunkorexia são também observados em quadros psiquiátricos, bem como podem acompanhar distúrbios neurológicos. Entretanto, os transtornos alimentares e o álcool causam graves complicações no comportamento do indivíduo sendo prejudiciais para o corpo e a mente. A drunkorexia, também conhecida como anorexia alcoólica, na verdade não é uma anorexia, mas apenas um sintoma de deficiência metabólica causada pelo álcool.

Palavras-chave: drunkorexia, transtornos alimentares, álcool, anorexia nervosa.

## **1. INTRODUÇÃO**

Do inglês, a drunkorexia é a junção das palavras drunk, que significa bêbado, e anorexia, que é a falta ou perda do apetite em níveis extremos e perigosos. O termo foi criado para designar um transtorno alimentar em que as mulheres (doentes) bebem em vez de comer. O forte desejo de se manter magra faz com que algumas mulheres e adolescentes substituam suas refeições por álcool. Os padrões de beleza e corpos magros e esbeltos têm sido considerados com um dos responsáveis pelo fenômeno, bem como fatores motivantes dessa prática que faz com que mulheres entrem na era do emagrecimento, buscando o corpo ideal com os de celebridades (EINSTEIN, 2009).

As alterações da imagem corporal podem ser observadas em quadros psiquiátricos e podem acompanhar distúrbios neurológicos, entre outros a esquizofrenia, a depressão, a ansiedade, a dismorfobia, os transtornos alimentares e os quadros confusionais. (SCHILLER, 1994).

Nesse sentido, o álcool, por sua vez, apresenta algumas vantagens, pois depois de algumas doses diminuem a ansiedade e faz com que não descontem na alimentação. Além de tornar-se um vício, o álcool não funciona no controle da ansiedade no primeiro momento, ele simplesmente gera sensação de conforto e relaxamento e depois angústia com enorme vazio. O que faz muitas mulheres após a ingestão atacarem a geladeira para amenizar ou acabar com o mal estar. Onde manter o peso corporal através da bebida é o mesmo que realizar uma dieta forçada e depois cair no efeito sanfona (DORON, 2007).

## **2. ETIOLOGIA DO TRANSTORNO**

Pesquisadores canadenses levantaram que os primeiros sinais da drunkorexia costumam aparecer ainda na adolescência, por volta dos 15 anos, quando se inicia a vida social de forma mais afetiva. Sendo que, grande parte desses pacientes só buscam ajuda após alguns anos, quando a doença já está no ápice. É muito comum algumas pessoas vivenciarem situações sociais vexatórias, como desmaiar em público ou vomitar, isso acontece, pois passam horas e até dias sem se alimentar (AFONSO, 2010).

De acordo com a OMS, o alcoolismo atinge de 10% a 12% da população mundial. Estudos revelam que o alcoolismo feminino está associado a transtornos psicológicos (REBOUÇAS, 2008).

O que seria então um transtorno alimentar se não uma maneira de evitar algo que se sente como conflituoso e gerador de ansiedade, depressão ou certa sensação tão desprazerosa que nunca tiveram a chance de ser nomeadas. (FREUD, 1905).

A visão distorcida da imagem corporal, a anorexia nervosa, é até certo ponto considerada mentalmente normal, exceto quando a visão que alimenta de si mesmo leva a se ver gorda e feia. Este distúrbio leva o indivíduo a alterar drasticamente seus hábitos alimentares e vai recorrer a todos os recursos para emagrecer cada vez mais. Sendo assim, em estudo realizado com mulheres que apresentam drunkorexia apontam que 41% das mulheres apresentavam transtorno obsessivo compulsivo, 30% bulimia e 8% eram anoréxicas (DORON, 2007).

### **3. CARACTERÍSTICAS DO TRANSTORNO ALIMENTAR E O ÁLCOOL**

Os transtornos alimentares e o álcool causam graves complicações no comportamento do indivíduo. Sendo eles prejudicial para o corpo e mente do indivíduo.

De acordo com o DSM IV (2002) os transtornos alimentares caracterizam-se por graves perturbações no comportamento alimentar. A anorexia nervosa caracteriza-se por uma recusa a manter o peso corporal em uma faixa normal mínima, um temor intenso de engordar e uma perturbação significativa na percepção da forma ou do tamanho do corpo.

Os indivíduos com este transtorno têm muito medo de ganhar peso ou engordar. Sendo que este medo intenso geralmente não é aliviado pela perda de peso. A auto-estima dos indivíduos com anorexia nervosa depende em alto grau de sua forma e peso corporais. A perda de peso é vista como uma conquista notável e um sinal de autodisciplina, ao passo que a o ganho de peso é percebido como um inaceitável fracasso do autocontrole (EINSTEIN.BR, 2009).

No caso do alcoolismo, o transtorno acarreta um mecanismo depressor do sistema nervoso central, que em excesso perturba não somente a função cerebral, mas também outras funções corporais. O alcoolista começa a ter mal desempenho nas áreas em que se sentiu inadequado e procurou o álcool como via de escape (DORON, 2007).

O álcool é uma molécula ao mesmo tempo sedativa e hipnótica. Em doses fracas pode ter propriedades estimulantes, embora muitas vezes, seguidas de depressão; em doses fortes pode provocar um estado de esturporoso e o coma. Seu uso crônico (alcoolismo)

acarreta efeitos deletérios que afetam numerosos órgãos (cirrose do fígado, artrites, pancreatites etc.) e a partir daí o sistema nervoso (neuropatias, síndrome amnésica de korsakoff, estados de demências). Essa droga cria estados de dependência física e psicológica e a abstinência pode trazer delírios agudos graves (DORON, 2007).

A anorexia alcoólica ou drunkorexia na verdade não é uma anorexia, é apenas um sintoma de deficiência metabólica que o álcool causa (MAR,2008).

#### **4. SINTOMAS, DIAGNÓSTICO E TRATAMENTO**

Os sintomas da drunkorexia geralmente são os mesmos da anorexia. Distorção da imagem corporal (pacientes se acham gordos mesmo quando são muito magros), indução ao vômito, exagero na quantidade de exercícios físicos, uso de anfetaminas e laxantes, preocupação obsessiva com a magreza e com a alimentação (EINSTEIN, 2009).

O diagnóstico da drunkorexia é basicamente clínico e considera o histórico da paciente. Relatos dos familiares e amigos são fundamentais para o médico, já que a paciente pode minimizar as informações para se defender da perda do controle sobre o próprio corpo. Mesmo assim, exames laboratoriais são realizados para que sejam descartadas as possibilidades de outras patologias (EINSTEIN, 2009).

O tratamento da drunkorexia pode ser realizado através de terapias comportamentais e acompanhamento com nutricionistas para o controle da anorexia e também do alcoolismo, que é feito através de reuniões e trabalhos em grupo. A drunkorexia é um problema bastante grave, que pode levar à pessoa a morte se não houver um tratamento adequado. Tanto da drunkorexia quanto da anorexia o tratamento é muito difícil, pois o paciente não admite estar doente uma vez que lida com fatores psicológicos, além do mais o paciente tem que aceitar o tratamento, cujo êxito depende de seu próprio esforço (OLIVEIRA, 2009).

#### **5. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Estudos realizados comprovaram que o consumo exagerado de álcool expõe o organismo a diversos prejuízos, e os danos decorrentes do uso excessivo desenvolvem-se mais rápido no corpo feminino. A perda de apetite é uma das muitas conseqüências da ingestão de álcool, bem como doenças orgânicas como a esofagite, gastrite hemorrágica, hepatite

alcoólica, varizes, hemorragias, carência de absorção das vitaminas do complexo B, diabetes secundária, anemia, e em casos mais graves, com o consumo contínuo e exagerado doenças como o câncer, depressão, dificuldade de fertilização, transtornos psicológicos, disfunções neurológicas, envelhecimento precoce e doenças cardiovasculares.

Entre os motivos que contribuem para o desenvolvimento dos transtorno está a mudança nos padrões de beleza impostos pela sociedade, nos quais são impostos padrões estéticos incompatíveis com a realidade. Mulheres com a auto-estima mal estruturada respondem a esta opinião alheia, e iniciam a busca pelo emagrecimento rápido com dietas milagrosas, sendo que algumas param de comer para obter o corpo e a aparência desejada, assim são alvos fáceis para a alcoorexia.

Nesse sentido, existe uma carência de hipóteses científicas que possam colaborar no tratamento do transtorno, o que justifica maiores pesquisas na área dos aspectos que envolvem o transtorno denominado Drunkorexia.

## **6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

DSM-IV-TR - *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais*. 4. ed. Porto Alegre: Artmed, 2002.

DORON, Roland; PAROT, Françoise. *Dicionário de psicologia*. São Paulo: Ática. 2007.

FERNANDO, Rebouças. Drunkorexia: Anorexia Alcoólica. Disponível em: 21/01/2008<[HTTP://www.infoescola.com/doencas/drunkorexia-anorexia-alcoolica/](http://www.infoescola.com/doencas/drunkorexia-anorexia-alcoolica/)>. Acesso em: 15 out. 2010.

SOCIEDADE BENEFICENTE ISRAELITA BRASILEIRA. Drunkorexia. Disponível em: <[HTTP://www.einstein.br/espaco-saude/nutricao/paginas/drunkorexia.aspx](http://www.einstein.br/espaco-saude/nutricao/paginas/drunkorexia.aspx)>. Acesso em: 15 out. 2010.

MAR, Monike; MOUTINHO, Sofia. Anorexia alcoólica: o efeito da dependência. Disponível em: <[HTTP://inovabrasil.blogspot.com/2008/08/anorexia-alcolica-o-efeito-da.html](http://inovabrasil.blogspot.com/2008/08/anorexia-alcolica-o-efeito-da.html). Acesso em: 15 out. 2010.

OLIVEIRA, Patricia. Anorexia Alcoólica ou Drunkorexia. Disponível em: [HTTP://www.redenoticia.com.br/noticia/2009/anorexia-alcoolica-ou-drunkorexia-por-dra-patricia-oliveira/15285](http://www.redenoticia.com.br/noticia/2009/anorexia-alcoolica-ou-drunkorexia-por-dra-patricia-oliveira/15285). Acesso em: 15 out. 2010.

AFFONSO, Patricia. Drunkorexia: o perigo mora no corpo. Disponível em: [HTTP://corpoacorpo.uol.com.br/nutricao-saude/251/dieta-drunkorexiao-perigo-mora-no-copo-155465-1.asp](http://corpoacorpo.uol.com.br/nutricao-saude/251/dieta-drunkorexiao-perigo-mora-no-copo-155465-1.asp). Acesso em: 16.out.2010.