ANÁLISE DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR DA POPULAÇÃO TRANS NO BRASIL

Simpósio de Saúde e Meio Ambiente, 4ª edição, de 06/11/2023 a 08/11/2023
ISBN dos Anais: 978-65-5465-072-4
DOI: 10.54265/UHSU9844

ALVES; Yasmin Aparecida da Cruz [1], MELO; Bruna Silva Lopes [2], SIMONIN; Vagner Rocha [3]

RESUMO

INTRODUÇÃO

O comportamento alimentar da população trans vai além da segurança alimentar e nutrição, envolve aspectos sociais, culturais e psicológicos que afetam as escolhas alimentares. Fatores, como a busca por uma identidade de gênero, a terapia hormonal, o estigma, a discriminação e influências socioculturais, influenciam diretamente na relação com a comida. A falta de apoio da sociedade leva ao sentimento de exclusão, resultando em isolamento e estigmatização durante as refeições, o que pode causar ansiedade, distúrbios alimentares e uma relação desequilibrada com a comida (MACHADO *et al.*,2020).

O processo de transição de gênero traz como consequências, mudanças físicas significativas devido à terapia hormonal, alterando o apetite, o metabolismo e a composição corporal. A busca por um corpo que corresponda à identidade de gênero influencia nas preferências alimentares e pode até desencadear transtornos alimentares, resultando em comportamentos alimentares restritivos ou compulsivos. A experiência de desonra e discriminação leva à marginalização da população trans em vários aspectos da vida, incluindo o acesso a alimentos nutritivos e ambientes seguros para se alimentar. Membros da comunidade relatam dificuldades em encontrar apoio adequado nos serviços de saúde, o que afeta sua capacidade de cuidar de sua saúde nutricional de maneira apropriada (ROCON *et al.,* 2020).

A discriminação e os estigmas exercem um papel significativo, afetando as escolhas alimentares e a saúde da população. A falta de aceitação social e o preconceito limitam as opções alimentares, resultando em padrões nutricionais inadequados e problemas de saúde. Barreiras no acesso à saúde contribuem para transtornos alimentares. Medidas necessárias incluem educação pública sobre questões transgênero, com um treinamento sensível à cultura para profissionais de saúde e com ambientes inclusivos no sistema de saúde. È crucial abordar os desafios enfrentados pela população trans em relação ao comportamento alimentar e saúde para promover seu bem-estar nutricional e emocional em um ambiente mais inclusivo (ROCON *et al.,* 2020).

Proporcionando a inclusão e a diversidade nos estudos e na prática clínica, será permitida uma maior compreensão no atendimento das necessidades nutricionais da população trans. Para essa inclusão e uma mudança significativa é necessário capacitar os profissionais de saúde, com treinamentos de sensibilidade, para que os profissionais compreendam as questões especificas enfrentadas pela população, conduzir um atendimento centrado no paciente, com um ambiente seguro, realizando o mesmo baseado na privacidade e na confidencialidade, é fundamental um acesso equitativo a todos os serviços de saúde, promovendo a aceitação e o respeito pela identidade de gênero de cada indivíduo (OLIVEIRA, 2021).

O estudo trás como principal objetivo compreender e analisar o comportamento alimentar da população trans na sociedade,é uma pesquisa de extrema importância, dadas às complexidades envolvidas. É importante identificar de maneira precisa como os estigmas associados à identidade de gênero e o processo de transição afetam a nutrição e os hábitos alimentares da comunidade trans, reconhecendo as interações complexas entre fatores sociais, emocionais e econômicos. Além disso, o artigo identifica os diversos fatores que interferem no comportamento alimentar desse grupo, abordando questões que vão desde a discriminação até o acesso limitado a alimentos saudáveis. A pesquisa se concentra em avaliar os fatores de risco que contribuem para o desenvolvimento de transtornos alimentares nessa população, com o objetivo de fornecer informações que possam direcionar estratégias de prevenção e tratamento. Adicionalmente, o estudo detalha as experiências de preconceito e discriminação que frequentemente dificultam o acesso à saúde para as pessoas trans, bem como o papel fundamental desempenhado pelos profissionais de saúde na atenção básica e no tratamento desses indivíduos Ao abordar esses aspectos, este estudo visa contribuir significativamente para a promoção da igualdade de acesso aos cuidados de saúde e, assim, melhorar a qualidade de vida da comunidade trans (SILVA, 2022).

MATERIAIS E MÉTODOS

O presente artigo consiste em uma revisão bibliográfica do tipo narrativa a respeito da análise do comportamento alimentar da população trans no Brasil, a partir dos seguintes descritores: Comportamento alimentar, Pessoas transgênero, Nutrição, Minorias Sexuais e de Gênero, Discriminação. Foi utilizada a plataforma de pesquisa: Scielo. O texto foi elaborado baseado em um total de 13 artigos de referências. Os artigos selecionados foram publicados nos últimos 10 anos. A questão problema que norteou as escolhas dos artigos foi: Quais são os principais desafios enfrentados pela população trans no Brasil em relação ao seu comportamento alimentar, considerando fatores como estigma de gênero, acesso à saúde, discriminação e riscos de transtornos alimentares, e como as políticas públicas e a atenção à saúde estão abordando essas questões.

[1] UniredendorAfya, yaparecida569@gmail.com
[2] UniredentorAfya, bruna.slopes@gmail.com
[3] Pesquisador Independente, vagsimonin@gmail.com

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Título do artigo	Autor/Ano	Objetivo	Conclusão
Antropometria, composição corporal, aporte nutricional e comportamento alimentar de pessoas transgênero.	AZEVEDO, 2023	Relacionar parâmetros antropométricos, composição corporal e ingestão alimentar em pessoas transgêneros.	Pessoas trans têm risco de excesso de peso semelhante à população em geral. O aporte energético nutricional não acompanha o sexo de nascimento.
Orientações sobe identidade de gênero: Conceitos e termos.	DE JESUS, 2022	Contribuir para o aprimoramento do debate público sobre diversidade sexual e de gênero.	Torna-se necessário na atual sociedade orientar sobre os termos e conceitos presentes na comunidade trans.
Vulnerabilidade de pessoas transgênero á insegurança alimentar.	GOMES, 2022	Identificar fatores alimentares, nutricionais, e de preconceito que afetam no estado de insegurança alimentar.	Excluir pessoas trans de estudos sobre insegurança alimentar deixa de revelar demandas cruciais para a comunidade.
Guia de cuidado e atenção nutricional à população LGBTQIA+	LIMA *et.al*, 2021	Incentivar a população trans a acessar cuidados de saúde de qualidade.	O guia oferece informações sobre á nutrição para a população LGBTQIA+.
Comportamento alimentar e avaliação nutricional em população trans de um ambulatório LGBT de Recife	MACHADO, *et.al*;2020	Identificar o perfil sociodemográfico, estado nutricional e o comportamento alimentar de pessoas transexuais e travestis de um ambulatório LGBT.	Um acompanhamento clínico amplo é necessário incluindo nutrição,fortalecendo a rede de atenção à saúde para garantir cuidados abrangentes.
Questões de saúde e gênero:cuidados em saúde e nutrição com a população trans.	OLIVEIRA, 2021	Refletir sobre a saúde e vida da população trans no Brasil, incluindo suas vulnerabilidades sociais, dificuldades de acesso à saúde e desafios nutricionais.	O preconceito e a discriminação afastam a população trans dos serviços de saúde, enquanto a falta de dados aumenta o estigma social.
Silicone líquido industrial para transformar o corpo:prevalência e fatores associados ao seu uso entre travestis mulheres transexuais em São Paulo,Brasil.	PINTO *et.al* ; 2017	Estimar a prevalência do uso do silicone líquido industrial entre a população trans e identificar os fatores relacionados á está pratica.	É necessário ampliar a atenção à saúde, incluindo procedimentos de modificação corporal.
Políticas Públicas e a saúde da população LGBT: uma revisão integrativa.	PRADO, SOUZA, 2017	Identificar como as políticas públicas voltadas á população LGBT no Brasil estão sendo discutidas.	Políticas públicas voltadas para a população ainda é pouco discutido, com poucas leis e representatividade.
Impacto do estresse de minoria em sintomas depressivos,ideação suicida e tentativa de suicídio em pessoas.	RAYMUNDO CHINAZZO *et al.*, 2020	Avaliar a prevalência de sintomas depressivos, ideação suicida e tentativa de suicídio em pessoas trans brasileiras.	O preconceito se associou ao suicídio, enquanto sintomas depressivos e ideação suicida liga ao preconceito.
Acesso á saúde pela população trans no Brasil: Nas entrelinhas da revisão integrativa.	ROCON *et.al*, 2020	Realizar uma revisão da literatura sobre acesso á saúde da população transexual.	A discriminação e os estigmas afastam a população do acesso aos serviços de saúde.
Avaliação do conhecimento dos nutricionistas sobre a população LGBTQIA+	SILVA, 2022	Avaliar o conhecimento sobre o atendimento de pessoas LGBT e avaliar qual é o nível de conhecimento dos nutricionistas.	Os nutricionistas apresentam conhecimentos, porém relataram que não tiveram acesso ao tema durante a graduação.
O uso de body image scale (bis) como instrumento para avaliação da imagem corporal em adolescente transgêneros: Revisão de literatura	XAVIER *et.al*; 2019	Avaliar o nível de satisfação corporal de indivíduos adultos transexuais.	É um instrumento útil para avaliação e acompanhamento individual pessoas trans.

Com a análise dos artigos selecionados, é evidente que a discussão sobre o comportamento alimentar da população trans ainda é relativamente limitada em comparação com os estudos que envolvem pessoas cis gênero. A falta de pesquisa e o difícil acesso aos serviços de saúde contribuem para um cenário de desenvolvimento de transtornos alimentares, ao buscar mudanças corporais imediatas. Segundo Machado et.al.(2020) a disforia de gênero está ligada à anorexia nervosa (AN) e á bulimia nervosa (BN), devido às pressões estéticas e as normas de gênero. Oliveira (2021) destaca também que a desconexão entre a identidade de gênero e a imagem corporal, aliada à discriminação e aos estigmas enfrentados também

[1] UniredendorAfya, yaparecida569@gmail.com
[2] UniredentorAfya, bruna.slopes@gmail.com
[3] Pesquisador Independente, vagsimonin@gmail.com

leva ao desenvolvimento de transtornos alimentares.

Para os membros das comunidades trans, as ruas representam um perigo constante, oferecendo riscos tanto para a saúde mental quanto para a física. Ao procurar refúgio no âmbito familiar, muitos acabam vivenciando preconceito e violência, muitas vezes desde a infância, quando membros de suas próprias famílias repreendem seus comportamentos.Entretanto Rocon *et al*. enfatizam que o preconceito e a discriminação não se limitam à sociedade em geral, também acontece dentro da própria comunidade.

Diante desse cenário, Oliveira (2021) destaca que os profissionais da saúde devem criar um ambiente humanizado e seguro para acolher a população, promovendo uma saúde mais equitativa e inclusiva, com um ambiente acolhedor a população trans não irá procurar realizar modificações corporais fazendo uso de substâncias inadequadas e proibidas. Pinto *et al.* destacam que o uso dessas substâncias trazem ricos para a saúde, com complicações graves, podendo levar a óbito.

Além dos riscos para a saúde decorrente do uso de substâncias inadequadas e procedimentos cirúrgicos, Raymundo Chinazzo *et al*. (2020) destaca que a população também enfrenta consequências físicas e psicológicas devido a marginalização social e a falta de apoio, que acaba destruíndo á saúde mental dessa minorias, muitas vezes levando ao suicídio.No entanto, a hostilidade persistente no ambiente de saúde, impede os indivíduos de buscarem ajuda, muitos tem o receio de serem discriminados pelos profissionais de saúde.

Sem um ambiente acolhedor no sistema de saúde, muitos membros das comunidades trans buscam outras formas de realizar modificações corporais, fazendo uso de substâncias inadequadas, como silicone industrial, hormônios e cirurgias plásticas. Pinto *et al.(*2017) destacam que o silicone industrial é amplamente utilizado na comunidade trans, por travestis para realizar modificações em diversas partes do corpo. No entanto, eles ressaltam que o uso dessas substâncias apresenta sérios riscos para a saúde e pode levar a complicações graves, até mesmo a óbito. Reforçando ainda mais a importância do acesso a serviços de saúde seguros, informações adequadas e apoio para realizar transições de gênero de forma segura e responsável.

Silva (2022) e Azevedo (2023) abordam questões cruciais relacionadas ao impacto da transição de gênero na saúde e na alimentação de pessoas trans. A transição de gênero envolve uma série de processos, incluindo a terapia hormonal e as mudanças físicas, entretanto os dois autores destacam que a busca por um corpo que corresponda à identidade de gênero leva ao desenvolvimento de transtornos alimentares e outros desafios de saúde. Silva (2022) reafirma que esses hormônios podem ter sérias consequências, como o aumento do perfil lipídico, resistência insulínica e aumento do índice de massa corporal (IMC), fatores que aumentam o risco de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), resaltando a necessidade de um acompanhamento nutricional rigoroso para monitorar essas mudanças e minimizar os riscos.

Azevedo (2023) resalta que muitos indivíduos trans veem a alimentação como um mecanismo de enfrentamento para lidar com o estresse, discriminação, levando a hábitos alimentares descompensados, restrições dietéticas extremas e a busca de informações não verificadas na internet, ocasionando padrões alimentares desequilibrados.

A discussão sobre o comportamento alimentar, os impactos da terapia hormonal, os transtornos alimentares, a discriminação, o estigma e as barreiras de acesso aos serviços de saúde são tópicos que exigem atenção crítica e ação imediata. È importante ressaltar que a nutrição desempenha um papel crucial na saúde geral da população trans.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo evidência as preocupações com a saúde e o comportamento alimentar da população trans, revelando à falta de pesquisa acerca da alimentação da população. Revelando que o estigma e a discriminação dificultam o acesso aos serviços de saúde. A disforia de gênero está ligada diretamente ao desenvolvimento de transtornos alimentares, e a discriminação e o preconceito enfrentados pela população diariamente têm consequências graves, incluindo altas taxas de suicídio. No contexto da nutrição, a transição de gênero implica mudanças nas necessidades dietéticas, exigindo orientação nutricional especializada, diretrizes nutricionais específicas são essenciais para atender às necessidades dietéticas da população, contribuindo para uma transição de gênero segura e saudável. Para abordar esses desafios, é imperativo que profissionais de saúde sejam devidamente capacitados, serviços de saúde se tornem mais inclusivos e acessíveis, e que a sociedade como um todo se una na promoção da igualdade, respeito e compreensão em relação à comunidade trans.

REFERÊNCIAS

DE JESUS, Jaqueline Gomes. **Orientações sobre identidade de gênero: conceitos e termos. Guia técnico sobre pessoas transexuais, travestis e demais transgêneros, para formadores de opinião.** Revista e Ampliada, 2012. Disponível em: http://www.diversidadesexual.com.br/wp-content/uploads/2013/04/GÊNERO-CONCEITOS-E-TERMOS.pdf .Acesso em:15 de abr de 2023.

GOMES, S. M. **Vulnerabilidade de travestis e transexuais à insegurança alimentar.** Políticas Públicas, 2021.Disponível em: https://pp.nexojornal.com.br/opiniao/2021/Vulnerabilidade-de-travestis-e-transexuais- %C3%A0-inseguran%C3%A7a-alimentar. Acesso em: 15 de maio de 2023

Lima, L. M., Trindade, I. O., Góis, I., Rodrigues, F. B., Gomes, S., Reis, T. **Guia de cuidado e atenção nutricional à população LGBTQIA+** ,Brasília, DF: Conselho Regional de Nutricionistas da 1ª Região; Natal, RN: Insecta Editora. 33 p. Disponível em: https://www.casaum.org/wp-content/uploads/2021/06/Guia-de-cuidado-e-atencao-nutricional-a-populacao-LGBTQIA_1edicao.pdf. Acesso em14 de maio de2023

MACHADO, J. G.; *et.al*/ **Comportamento alimentar e avaliação nutricional em população trans de um ambulatório LGBT de Recife**. Revista de Atenção à Saúde, 2020. Disponível em: https://seer.uscs.edu.br/index.php/revista_ciencias_saude/article/download/7336/3263/24203. Acesso em: 1 de junho de 2023.

OLIVEIRA, L. P. DE. **Questões de saúde e gênero: cuidados em saúde e nutrição com a população trans.** 2021. Disponível em: https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/23317.Acesso em: 18 de abr de 2023.

PRADO, E. A. de J; SOUSA, M. F. de. **Políticas públicas e a saúde da população LGBT: uma revisão integrativa.** Disponível em: https://scholar.google.com.br/scholarq=populacao+trans+artigos+alimentacao&hl=ptBR&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholart#d=gs_qabs&t=1695835060238&u=%23p%3DSM-

[1] UniredendorAfya, yaparecida569@gmail.com
[2] UniredentorAfya, bruna.slopes@gmail.com
[3] Pesquisador Independente, vagsimonin@gmail.com

Nvi2kptUJ.Acesso em:18 de setembro de 2023

PINTO, *et al.* **Silicone líquido industrial para transformar o corpo: Prevalência e fatores associados ao seu uso entre travestis e mulheres transexuais em São Paulo, Brasil.** Cadernos de Saúde Publica,2017. Disponível em: https://doi.org/10.1590/0102-311X00113316 . Acesso em: 20 de abr de 2023.

RAYMUNDO CHINAZZO, *et al.* **Impacto do estresse de minoria em sintomas depressivos, ideação suicida e tentativa de suicídio em pessoas trans.** Ciência e saúde coletiva, 2020.Disponível em: https://doi.org/10.1590/1413-812320212611.3.28532019. Acesso em: 18 de maio de 2023.

ROCON, Pablo Cardozo. *et al.* **Acesso à saúde pela população trans no Brasil: nas entrelinhas da revisão integrativa.** Trabalho, Educação e Saúde, 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/j/tes/a/NGpjbDZLqR78J8Hw4SRsHwL/?lang=pt.Acesso em: 24 de maio de 2023.

SILVA, J. B. L. **Avaliação do conhecimento dos nutricionistas sobre a populaçãoLGBTQIA+,2022** Disponível:https://repositorio.unisagrado.edu.br/bitstream/handle/1071/1/AVALIA%C3%87%C3%83O%20DO%20CONHECIMENTO%20DOS%20NUTRICIONISTAS%20SOBRE%20A.pdf

Suellen Cupertino Xavier et al. **O uso da body image scale (bis) como instrumento para avaliação da imagem corporal em adolescentes transgêneros: revisão de literatura. in: anais do v congresso internacional e xxv brasileiro da abenepi, 2019** .Disponível e<https://proceedings.science/abenepi/abenepi-2019/trabalhos/o-uso-da-body-image-scale-bis-como-instrumento-para-avaliacao-da-imagem-corporal?lang=pt-br>. Acesso em: 31 out. 2023

PALAVRAS-CHAVE: Comportamento alimentar;, Discriminação;, Nutrição;, Saúde;, Pessoas Transgênero

[1] UniredendorAfya, yaparecida569@gmail.com
[2] UniredentorAfya, bruna.slopes@gmail.com
[3] Pesquisador Independente, vagsimonin@gmail.com