SEFIC2017 UNILASALLE
A PESQUISA E O RESPEITO À DIVERSIDADE
16 A 20 DE OUTUBRO DE 2017
ISSN 1983-6783

AUTO EFICÁCIA E SINTOMAS DEPRESSIVOS EM PACIENTES OBESOS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Tábata Moschen, Ricardo Pedrozo Saldanha (Orientador),
Universidade La Salle

Resumo

Este artigo trata-se de uma revisão integrativa da literatura buscando evidencias sobre a auto eficácia e sintomas depressivos como preditor de comportamentos em saúde relacionados a obesidade. Através desta revisão, encontramos associação entre baixa auto eficácia e compulsão alimentar, menores sintomas depressivos e maiores níveis de alta eficácia, e um estudo apontou que níveis muito altos de auto eficácia antes de iniciar uma terapia, podem ser prejudiciais ao alcance dos objetivos.

Palavras-chave: *Nutrição e psicologia.*

Área Temática: Ciências Médicas e da Saúde

1. Introdução - Propósito central do trabalho

A obesidade foi apontada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) em 2015 como um grave problema de saúde pública no mundo. Através dos dados do Observatório de Saúde Global, a OMS publicou em 2014 um panorama da situação e tendência da epidemia de obesidade no mundo, nesta ocasião estimaram que quase 2 bilhões de adultos estavam acima do peso recomendado e, destes, mais de meio milhão estariam classificados como obesos.

A alta incidência e a prevalência de sobrepeso e obesidade identificados nas últimas décadas no Brasil e no mundo, levanta a questão sobre quais fatores estão envolvidos nessa epidemia e como podemos identificar e agir para reverter este quadro que afeta negativamente a saúde do indivíduo e consequentemente da sociedade (STEFAN, et. al. 2013).

A Organização mundial da saúde no ano 2000 descreve que a obesidade pode ser compreendida como um agravo decorrente do balanço energético positivo que favorece o acúmulo de gordura, associado a riscos para a saúde devido à sua relação com complicações metabólicas, como aumento da pressão arterial, dos níveis de colesterol e triglicerídeos sanguíneos e resistência à insulina. Este conceito também é utilizado atualmente no Cadernos de Atenção Básica nº 38, estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica e obesidade do Ministério da Saúde de 2014. Quando se avalia clinicamente um paciente obeso deve-se considerar que diversos fatores podem influenciar nesse desequilíbrio energético e facilitando o excesso de peso. Devido a etiologia da obesidade ser complexa, multifatorial e resultar da interação de genes, ambiente, estilos de vida e fatores emocionais (ABESO,2016).

Um dos fatores emocionais associados obesidade está amplamente relatado na literatura, e se trata da depressão que se evidencia pelo comprometimento das atividades cotidianas do indivíduo, principalmente nos relacionamentos sociais. Existem diversas abordagens no estudo da depressão, uma vez que ela pode ser decorrente de diversos fatores como o histórico familiar da doença, vivenciar grande número de eventos estressores, conviver em família disfuncional, baixa auto eficácia, ter problemas graves de saúde, entre outros (PINTO et al., 2015; STOPA et al., 2015).

Como citado no parágrafo acima, uma das abordagens do estudo da depressão é a baixa auto eficácia. O conceito de auto eficácia foi trazido por Bandura em 1997

ISSN 1983-6783

se refere à crença que o indivíduo possui na sua capacidade de conseguir atingir seus objetivos mesmo diante de dificuldades. Muitas pessoas têm dificuldade em aderir a programas de reeducação alimentar, mesmo considerando a grande importância da redução do peso para a manutenção da saúde. Isso pode gerar um sensação de falha pessoal. (JANE, et. al. 2015)

Considerando que ao longo dos anos a literatura vem demostrando a associação positiva entre sintomas depressivos e obesidade, mas os mecanismos que explicam essa associação não são claros. A auto eficácia é um dos fatores que estão ligados tanto a depressão quanto a capacidade do indivíduo de aderir uma dieta saudável e a prática de atividade física. Esta tem sido utilizada em estudos para avaliar os efeitos de diversas intervenções relacionadas ao comportamento alimentar e como preditor de comportamentos e de resultados esperados em intervenções.

A partir dessas considerações e dos estudos apresentado torna-se necessária uma revisão integrativa da literatura com o objetivo de buscar evidencias entre a associação dos sintomas depressivos e obesidade e a influência da auto eficácia como preditor de comportamentos em saúde.

2. Marco Teórico

Acredita-se que as mudanças de comportamento alimentar e os hábitos de vida sedentários atuando sobre a susceptibilidade do indivíduo sejam o determinante principal do crescimento da obesidade no mundo. É provável que a obesidade surja como a resultante de fatores poligênicos complexos e de um ambiente obesogênico (Coutinho,2007)

Globalmente, tem havido um aumento da ingestão de alimentos com densidade energética rica em gordura, e a redução da atividade física devido à natureza cada vez mais sedentária de muitas formas de trabalho, mudança de modos de transporte e crescente urbanização. (WHO,2016)

Autores como Yanoviski (1993) e Baptista, et. al. (2008) ressaltam que a obesidade mórbida pode trazer um grande impacto à saúde mental, física, psicossocial e econômica dos pacientes, demonstrando de fato uma associação entre sintomas depressivos e obesidade ou ganho de peso. Tais comorbidades psicológicas, posteriormente, têm impacto negativo na aderência ao tratamento da perda de peso e resultados. (PALMEIRA,2016).

O tratamento da obesidade, assim como sua etiologia é complexo, e deve ser multidisciplinar. Em linhas gerais, o tratamento farmacológico é adjuvante das terapias dirigidas com foco na modificação dos hábitos de vida relacionados com orientações nutricionais para diminuir o consumo de calorias na alimentação e exercícios para aumentar o gasto calórico. (ABESO,2016)

Dieta, controle de peso e alimentação saudável pode ser influenciado pela auto eficácia do indivíduo. Para tanto, está influência pode ser potencializada se ocorrer um conjunto de mudanças gerais no estilo de vida (BAGOZZI, EDWARDS 1998).

Correia e Ravasco (2014) acreditam que a associação entre obesidade e depressão não é bem conhecida e a compreensão dos fatores associados a essa relação é fundamental para um tratamento eficaz de ambas as doenças. A auto eficácia é um dos fatores que estão ligados tanto a depressão quanto a obesidade e uma revisão se faz necessária para verificarmos os achados na literatura sobre a influência que a depressão tem sobre a auto eficácia e como estas influenciam nos comportamentos de saúde de modo geral e suas consequências na redução do peso.

3. Metodologia

O estudo foi desenvolvido em etapas conforme recomendações metodológicas descritas por Souza, et al. (2010). Primeiramente foi elaborada a pergunta

ISSN 1983-6783

da pesquisa, que busca encontrar subsídios para construção do conhecimento sobre a associação dos sintomas depressivos e obesidade e a influência da auto eficácia nos comportamentos em saúde. Após a problematização, foi utilizado para o levantamento dos artigos na literatura os descritores obesidade, depressão e auto eficácia. Os critérios de inclusão definidos para seleção dos artigos foram, textos completos disponíveis em português, inglês e espanhol, tendo como limite a população de adultos, optou-se por incluir estudos qualitativos e quantitativos, com desenho experimental ou quase experimental e analises sistemáticas e meta análises que apresentem concordância com a questão norteadora. Foram considerados critérios de exclusão estudos envolvendo gestantes e sobreviventes de doenças como câncer.

A primeira base de dados usada na pesquisa foi a Literature Analysis and Retrieval System Online (Medline), nela foram encontrados 9 estudos, após a leitura dos títulos e resumos foram excluídos 6 estudos sendo selecionados para a revisão o total de 3 estudos. Os descritores também foram aplicado na base de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs), neste não foram encontrados estudos. Com o uso dos mesmos critérios anteriores na base de dados Scientific Eletronic Library Online (SciElo) foram encontrado 3 artigos, após leitura dos títulos e resumos aplicando os critérios de exclusão foi selecionado 1 artigo. Já no PUBMED foram usados os descritores na língua inglesa (obesity, depression e self efficacy) e foram encontrado 8 artigos na busca, após a aplicação dos critérios de exclusão e identificação dos artigos duplicados foram selecionados 2 artigos para compor analise integrativa. Não foram encontradas analises sistemáticas ou meta análises levantados dados os artigos referentes a questão proposta. No total foram incluídos na análise integrativa 6 estudos que estavam de acordo com a questão norteadora.

A análise dos estudos selecionados seguiu a descrição da etapa avaliação dos estudos incluído para análise integrativa descrito por Mendes, et al (2008), sendo que a análise e a síntese dos dados foram realizadas de forma descritiva.

Nº	Referência	Objetivo	Metodologia	Resultado
1	Cargill, et. al. (1999)	Examinar as relações entre compulsão alimentar, depressão, imagem corporal e auto eficácia.	Foram avaliados 159 pacientes clínicos adultos entre 25 e 70 anos que participaram de um programa multidisciplinar de controle de peso na Austrália. **Instrumentos:** Escala de depressão de Beck, Questionário de compulsão alimentar (EHQ), questionários de auto eficácia geral, questionário de hábitos alimentares e qualidade de Vida (WEL)	Níveis mais elevados de depressão e menor auto eficácia geral indicaram comportamento de compulsão alimentar.
2	Konttinen, *et. al.* (2010)	Encontrar associações diretas e indiretas entre os sintomas depressivos, a alimentação emocional, a auto eficácia da atividade física.	Foram avaliados 6258 indivíduos entre 24 e 72 da Finlândia. **Instrumentos:** Auto-relatório 20-item Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale (CES-D), The emotional eating scale (TFEQ-R18), escala de auto eficácia para atividade física.	Os sintomas depressivos elevados foram associados com maior compulsão e menor auto-eficácia de atividade física. Enquanto o consumo emocional e auto-eficácia foram negativamente

ISSN 1983-6783

				correlacionados um com o outro.
3	Rosenberg, et. al. (2012).	Comparar as características psicossociais dos idosos masculinos com excesso de peso / obesidade que relatam comer compulsão com aqueles que não relatam ingerir compulsão.	Foram avaliados 111 idosos de Yale nos Estados Unidos. **Instrumentos:** Escala de depressão de Beck, Questionário de compulsão alimentar (EHQ), questionários de auto eficácia para alimentação saudável e para atividade física.	A ingestão excessiva está associada a maiores pontuações em medidas de depressão, barreiras ao exercício e menor auto eficácia para alimentação saudável e exercício.
4	Presnell et. al. (2008)	Examinar se a auto eficácia da perda de peso, a compulsão alimentar e os sintomas depressivos previram a perda de peso durante o tratamento domiciliar e se essas associações sofrem alterações controlando a variável sexo.	Foram avaliados 297 participantes (223 mulheres e 74 homens) matriculados em um Programa de tratamento de obesidade residencial. **Instrumentos:** Escala de depressão de Beck, Questionário de compulsão alimentar (EHQ), questionários de auto eficácia para alimentação saudável	Os homens relataram maiores níveis iniciais de auto eficácia do que as mulheres, enquanto as mulheres relataram maiores níveis de compulsão alimentar e sintomas depressivos. Maiores níveis de auto eficácia, previram maior redução de peso nos homens. Os índices de mais altos de depressão e compulsão alimentar no pré tratamento não influenciaram na redução de peso das mulheres após o tratamento domiciliar.
5	Linde, at. Al. (2004)	Determinar se a auto eficácia para a perda de peso era preditiva da mudança de peso em uma amostra de mulheres afro-americanas.	Foram avaliadas 106 mulheres com sobre peso e obesidade antes e depois de uma intervenção comportamental individualizada para reeducação de peso. **Instrumentos:** Escala de depressão de Beck, Questionário de Auto Eficácia para perda de peso.	A auto eficácia foi preditiva da alteração de peso de modo que níveis mais altos de auto eficácia antes do tratamento foram associados com menor perda de peso. Não houve associação entre depressão e auto eficácia nessa população. Em contraste, as melhorias na auto eficácia durante o tratamento foram associadas a uma maior perda de peso. A depressão

ISSN 1983-6783

				apresentou melhora com o aumento a auto eficácia e redução do IMC.
6	ROCHA, Carla; COSTA, Eleonora. (2012)	Avaliar os níveis de ansiedade, depressão e auto eficácia em obesos que vão ser submetidos à cirurgia bariátrica.	Foram avaliados 100 inidvíduos obesos mórbidos pré condidatos à cirurgia bariátrica. **Instrumentos:** O "Hospital Anxiety and Depression Scale"- HADS de Zigmond e Snaith (1983) O Inventário Clínico de Autoconceito (ICAC), sendo avaliado separadamente a dimensão auto eficácia.	Os valores encontrados sugerem que menores níveis de ansiedade e depressão se relacionam com maior auto eficácia em obesos candidatos à cirurgia bariátrica, ou seja, quanto maior é o auto eficácia menores os níveis de ansiedade e depressão nos obesos mórbidos.

Quadro 1 - Estudos empíricos

O quadro acima, conforme mencionado anteriormente, apresenta a descrição dos resultados dos 6 artigos selecionados. Em quatro artigos o instrumento utilizado para avaliação dos sintomas depressivos é o Inventário de Beck para depressão.

Para avaliação da crença de uma pessoa de que ele ou ela é capaz de realizar um comportamento específico para sua saúde, foi utilizado o questionário de auto eficácia geral proposto por Bernie, (1886 apud Cargill, et. al. 1999). O Inventário Clínico de Autoconceito ICAC proposto por Vaz Serra et. al. (1986), sendo que em uma de suas dimensões ele avalia a auto eficácia que foi analisada por Rocha, (2012). Além disso, há uma diversidade de estudos que relacionaram a auto eficácia com a perda de peso ou controle alimentar como no estudo de Linde, et. al. (2004) e Presnell, et al., (2008).

Os estudos de Cargill, et. al. (1999) e Konttinen, *et al*. (2010) identificaram que maiores índices de depressão foram correlacionados com maior compulsão alimentar. Níveis mais baixos de auto eficácia para atividade física no estudo de Konttinen, *et al*. (2010) não teve influência no aumento da compulsão alimentar, já a auto eficácia geral do estudo de Cargill, et. al. (1999) apresentou essa associação entre baixa auto eficácia e compulsão alimentar. Essas associações corroboraram com o estudo realizado por Rosenberg, et al. (2012).

O estudo de Presnell, et al., (2008) comparou os sintomas depressivos e a auto eficácia alimentar controlando a variável sexo, neste caso maiores níveis de auto eficácia, e menos sintomas depressivos previram maior perda de peso em homens, mas não em mulheres.

Em contrapartida, um estudo de Linde. et al, (2004) sugere que a auto eficácia elevada para a perda de peso antes do tratamento pode ser prejudicial para o sucesso, enquanto que os tratamentos que melhoram a auto eficácia dos participantes podem resultar em maior perda de peso. A auto eficácia elevada antes de iniciar a intervenção pode ser indicativa de excesso de confiança ou falta de experiência com as dificuldades associadas aos esforços de perda de peso. (Linde at. al. 2004). O próprio autor reforça em seu estudo a necessidade da replicação pois os resultados sugerem que a auto eficácia é uma variável importante a considerar ao implementar intervenções de redução de peso. Este também não encontrou a associação entre baixa auto eficácia e depressão na população estudada.

Finalizando o estudo transversal de Rocha e Costa, (2012) avaliou candidatos à cirurgia bariátrica e encontrou dados onde indivíduos com taxas de auto eficácia mais elevadas (auto-conceito), apresentaram menores escores de depressão. Com base nos estudos apresentados existe evidencia da influência da depressão sobre auto eficácia do indivíduo, porém a depressão nem sempre influenciou na adesão do tratamento e nos resultados finais de redução de peso.

ISSN 1983-6783

4. Considerações Finais

Esta revisão teve o intuito de gerar novos questionamentos e instigar novas investigações sobre essas associações. Pode-se observar que todas as intervenções apresentadas na revisão integrativa, influenciaram positivamente na auto eficácia dos indivíduos. Na maior parte dos estudos um auto eficácia elevada foi preditiva de bons resultados, com exceção do estudo de número 5 onde uma auto eficácia elevada no pré tratamento foi associada a menor redução de peso. Nesta revisão os dados encontrados apontam que o aumento da auto eficácia está relacionado com a redução dos sintomas depressivos em obesos mórbidos.

Diversos estudos apontaram que maiores níveis de depressão tendem a reduzir a auto eficácia, porém apenas no estudo 4 a depressão não influenciou na resposta de redução de peso no seu estudo.

Após a revisão integrativa novas hipóteses foram geradas referentes a auto eficácia principalmente na questão de ser um preditor de atitudes de saúde e com isso ser utilizada como ferramenta para tomada de decisão na escolha de procedimentos e tratamentos para o controle de peso.

Referências

ABESO. Diretrizes brasileiras de obesidade 2016/ABESO. **4.ed. - São Paulo, SP.**, p. 1–188, 2016.

BANDURA, Albert. Self-efficacy. Harvard Mental Health Letter, v. 13, n. 9, p. 4, 1997. Disponível em:<http://libproxy.uwyo.edu/login?url=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=aph&AN=9703260522&site=ehost-live>.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica: obesidade / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília : Ministério da Saúde, 2014. 212 p. : il. – (Cadernos de Atenção Básica, n. 38)

BAGOZZI, Richard P.; EDWARDS, Elizabeth A. Goal setting and goal pursuit in the regulation of body weight. **Psychology & Health**, v. 13, n. 4, p. 593–621, 1998. Disponível em: <http://www.tandfonline.com.libproxy.temple.edu/doi/abs/10.1080/08870449808407421#.VOpkglPF-5I>.

BAPTISTA, Makilim Nunes; VARGAS, Juliana Furlan; BAPTISTA, Adriana Said Daher. Depressão e qualidade de vida em uma amostra brasileira de obesos mórbidos. Aval. psicol., Porto Alegre , v. 7, n. 2, p. 235-247, ago. 2008 . Disponível em

<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712008000200014&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 28 ago. 2017

CARGILL, Byron R. *et al*. Binge Eating, Body Image, Depression, and Self-Efficacy in an Obese Clinical Population. **Obesity Research**, v. 7, n. 4, p. 379–386, 1999. Disponível em: <http://doi.wiley.com/10.1002/j.1550-8528.1999.tb00421.x>. Acesso em: 19 ago. 2017.

CHA, EunSeok *et al*. Preventive strategies to reduce depressive symptoms in overweight and obese young adults. **Archives of Psychiatric Nursing**, v. 29, n. 5, p. 258–264, 2015.

CORREIA, Jerónima; RAVASCO, Paula. Weight changes in Portuguese patients with depression: which factors are involved? **Nutrition journal**, v. 13, n. 1, p. 117, 2014. Disponível em: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25516181>.

COUTINHO, Walter. Etiologia da obesidade. **Abeso**, v. 7, n. 30, p. 14, 2007. Disponível em: <http://www.abeso.org.br/pdf/Etiologia e Fisiopatologia - Walmir Coutinho.pdf>.

KONTTINEN, H. *et al*. Emotional eating and physical activity self-efficacy as pathways in the association between depressive symptoms and adiposity indicators. **American Journal of Clinical Nutrition**, v. 92, n. 5, p. 1031–1039, 2010. Disponível em: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20861176>. Acesso em: 20 ago. 2017.

JANE, Monica et al. Using new technologies to promote weight management: a randomised controlled trial study protocol. BMC Public Health, v. 15, n. 1, p. 509, 2015. Disponível em: <http://www.biomedcentral.com/1471-2458/15/509>.

LINDE, J A *et al*. Binge eating disorder, weight control self-efficacy, and depression in overweight men and women. **International journal of obesity and related metabolic disorders : journal of the International Association for the Study of Obesity**, v. 28, n. 3, p. 418–25, 2004. Disponível em: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/14724662>.

MENDES, Karina Dal Sasso; SILVEIRA, Renata Cristina de Campos Pereira; GALVAO, Cristina Maria. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto contexto - enferm.**, Florianópolis , v. 17, n. 4, p. 758-764, Dec. 2008 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-07072008000400018&lng=en&nrm=iso>. access on 23 Aug. 2017

PINTO, Joana Carneiro *et al*. Ansiedade, Depressão e Stresse: Um Estudo com Jovens Adultos e Adultos Portugueses. **Psicologia, Saúde & Doenças**, v. 16, n. 2, p. 148–163, 2015.

PRESNELL, Katherine *et al*. Sex differences in the relation of weight loss self-efficacy, binge eating, and depressive symptoms to weight loss success in a residential obesity treatment program. **Eating Behaviors**, v. 9, n. 2, p. 170–180, 2008.

ROCHA, Carla; COSTA, Eleonora. Aspectos psicológicos na obesidade mórbida: Avaliação dos níveis de ansiedade, depressão e do auto-conceito em obesos que vão ser submetidos à cirurgia bariátrica. Aná. Psicológica, Lisboa , v. 30, n. 4, p. 451-466, out. 2012 . Disponível em

ISSN 1983-6783

<http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0870-82312012000300007&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 23 ago. 2017.

ROSENBERGER, Patricia H.; DORFLINGER, Lindsey. Psychosocial factors associated with binge eating among overweight and obese male veterans. Eating Behaviors, v. 14, n. 3, p. 401–404, 2013.

PALMEIRA, Suely et al. Fatores intervenientes na adesão ao tratamento da obesidade. **Cienc. enferm., Concepción** , v. 22, n. 1, p. 11-22, abr. 2016 . Disponible en <http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95532016000100002&lng=es&nrm=iso>. accedido en 28 agosto 2017. http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95532016000100002

SOUZA, Marcela Tavares De; DIAS, Michelly; CARVALHO, Rachel De. Revisão integrativa : o que é e como fazer. v. 8, p. 102–106, 2010.

STEFAN, Norbert *et al*, Metabolically healthy obesity: epidemiology, mechanisms, and clinical implications, **The Lancet Diabetes & Endocrinology**, v. 1, n. 2, p. 152–162, 2013.

STOPA, Sheila Rizzato *et al*. Prevalência do autorrelato de depressão no Brasil : resultados da Pesquisa Nacional de Saúde , 2013. **Rev Bras Epidemiol**, v. 18, p. 170–180, 2015.

WHO Global Health Observatory (GHO). **Overweight and obesity, Adults aged 18+.** Disponível em: <http://www.who.int/gho/ncd/risk_factors/overweight_text/en>**.** Acesso em: 17 jul 2017, 22:00.

WHO Publications**. Obesity: preventing and managing the global epidemic. Report of a World Health:** Disponível em: <http://www.who.int/topics/obesity/en/>. Acesso em: 10 de jun de 2017.

YANOVSKI, S Z *et al*. Association of binge eating disorder and psychiatric comorbidity in obese subjects. **The American journal of psychiatry**, v. 150, n. 10, p. 1472–1479, 1993.