

Estudo de Caso 3 - Bulimia

Descrição

- Paciente do sexo feminino, 17 anos, residence em área urbana, oriunda de família de nível socioeconômico médio/alto
- Pela anamnese nutricional e médica: paciente apresenta comportamento narcísico com má alimentação há cerca de 4 anos
- Devido ao bullying nas escolas, a paciente tem problemas em aceitar seu peso e forma corporal
- Ela reduziu o número de refeições servindo apenas uma refeição por dia
- Nos últimos 6 meses, o paciente relatou alterações flutuantes no peso ± 3 kg
- A paciente não apresentava sintomas específicos de deficiência de micronutrientes ou desequilíbrio menstrual
- Episódios de compulsão alimentar/compulsiva foram relatados 5-6 vezes por mês com episódios de culpa
- Episódios de vômito autoinduzido ocorrem 1-2 vezes por mês
- O nível de atividade física foi entre 1 e 2 horas/dia, 7 dias por semana
- Após a avaliação psiquiátrica, identificam-se os exames normais habituais, inicia-se o tratamento e a terapia cognitivo-comportamental
- Recomenda-se consulta dietética e acompanhamento cuidadoso do plano alimentar durante um período mínimo de 18 semanas

Questões

Usando as informações fornecidas, determine:

- o estado antropométrico do paciente em relação à idade
- a necessidade de energia para manter o peso atual
- necessidades nutricionais (calorias e macronutrientes) para o reequilíbrio do peso
- recomendações básicas para atividade física
- expectativas de curto prazo (4 e 6 semanas)
- abordagem dietética se o objetivo definido não for alcançado
- expectativas de médio prazo (1 ano)the patient's anthropometric status in relation to age



Exemplo de uma intervenção nutricional para o caso apresentado

Avaliação antropométrica e nutricional

17y 4m (208 months), female					
	Value	Imperial	%ile	Z-score	50%ile
Weight (kg)	47	103.6 lb	11%	-1.21	55.5
Stature (cm)	164	64.6 in	56%	0.16	163
Wt-for-stature (kg)					
BMI-for-age	17.5		6%	-1.54	21.0

Após a avaliação do diário alimentar, foram obtidos os seguintes resultados: 1081 kcal/dia, 51 g de proteína, 127 g de hidratos de carbono e 31 g de lípidos, durante as três refeições principais, sem os lanches.

Macronutrient	Recommended Intake Per Day
Carbohydrate	310 - 448 grams ⓘ
Total Fiber	26 grams
Protein	40 grams
Fat	77 - 107 grams ⓘ
Saturated fatty acids	As low as possible while consuming a nutritionally adequate diet.
Trans fatty acids	As low as possible while consuming a nutritionally adequate diet.
α-Linolenic Acid	1.1 grams ⓘ
Linoleic Acid	11 grams ⓘ
Dietary Cholesterol	As low as possible while consuming a nutritionally adequate diet.
Total Water	2.3 liters (about 10 cups) ⓘ

Estabelecimento dos requisitos nutricionais

- Um plano de dieta foi iniciado. O paciente teve uma ingestão média de 1400 kcal por um período de 2 semanas, com aumento gradual de 150 kcal/semana até atingir uma ingestão de 2000 kcal/dia
- O paciente teve que limitar a atividade esportiva a 60 minutos/dia, 5 dias por semana

	Início	Em 6 semanas	Em 12 semanas
Proteína (g)	68	83	97
Lípidos (g)	45	54	64
Carboidratos (g)	170	207	243
Energia (kcal)	1400	1700	2000

Conclusão da terapia nutricional

- As recomendações dietéticas foram complementadas com terapia de grupo e individual
- Recomendações para: gestão psicoemocional, musicoterapia, dançaterapia, motivação pessoal, atividades colaterais de repouso ativo e aumento da autoconfiança, comunicação em grupo

Reavaliação após 4 semanas de intervalo

17y 5m (209 months), female

	Value	Imperial	%ile	Z-score	50%ile
Weight (kg)	48.3	106.5 lb	16%	-1.00	55.6
Stature (cm)	164	64.6 in	56%	0.15	163
Wt-for-stature (kg)					
BMI-for-age	18		10%	-1.28	21.1

Estimated Daily Caloric Needs	2,272 kcal/day
-------------------------------	----------------

Macronutrients:

Macronutrient	Recommended Intake Per Day
Carbohydrate	256 - 369 grams ⓘ
Total Fiber	26 grams
Protein	41 grams
Fat	63 - 88 grams ⓘ
Saturated fatty acids	As low as possible while consuming a nutritionally adequate diet.
Trans fatty acids	As low as possible while consuming a nutritionally adequate diet.
α-Linolenic Acid	1.1 grams ⓘ
Linoleic Acid	11 grams ⓘ
Dietary Cholesterol	As low as possible while consuming a nutritionally adequate diet.
Total Water	2.3 liters (about 10 cups) ⓘ

- Após a reavaliação, observou-se evolução ponderal positiva
- O paciente conseguiu manter o plano alimentar indicado com 3 refeições principais
- Os episódios de compulsão alimentar foram reduzidos para 1-2 ao longo de um mês sem episódios de vômito
- Continuação com um plano alimentar de 2000 kcal/dia, com meta de inclusão de todos os grupos alimentares e aumento percentual de todos os macronutrientes
- Tentou-se a introdução de 1-2 lanches, sem ser obrigatório
- A paciente foi orientada a reduzir a ingestão de sucos, hidratando-se com águas e chás, enquanto faz-se o uso de alguns suplementos alimentares
- Atividade física, e também aumentou-se o interesse em Mindful Eating e em cozinhar
- A gestão psicoemocional evoluiu, o paciente esteve mais envolvido emocionalmente



Reavaliação em um intervalo de 6 semanas

- Evolução ponderal positiva e constante
- Evolução psiquiátrica positiva, sem episódios de compulsão alimentar e vômitos autoinfligidos
- A paciente ainda estava insatisfeita com a aparência do próprio corpo e com o peso acumulado, mas o monitorização pessoal era mais lento; ela estava envolvida em mais atividades em grupos e a atividade esportiva diminuiu de intensidade

17y 6m (210 months), female					
	Value	Imperial	%ile	Z-score	50%ile
Weight (kg)	52	114.6 lb	33%	-0.45	55.7
Stature (cm)	165	65.0 in	62%	0.30	163
Wt-for-stature (kg)					
BMI-for-age	19.1		23%	-0.75	21.1

O paciente continuou com um plano alimentar de 2000 kcal/dia, um plano alimentar mais flexível e monitoramento de 6-8 semanas

Evolução do peso após intervenção em cerca de 1 ano

17y 4m (208 months), female					
	Value	Imperial	%ile	Z-score	50%ile
Weight (kg)	47	103.6 lb	11%	-1.21	55.5
Stature (cm)	164	64.6 in	56%	0.16	163
Wt-for-stature (kg)					
BMI-for-age	17.5		6%	-1.54	21.0



- Os episódios de compulsão alimentar foram reduzidos a zero
- Acompanhamento dietética e médico

18y 8m (224 months), female					
	Value	Imperial	%ile	Z-score	50%ile
Weight (kg)	55.2	121.7 lb	42%	-0.20	56.9
Stature (cm)	166	65.4 in	67%	0.43	163
Wt-for-stature (kg)					
BMI-for-age	20		30%	-0.52	21.5