

HOMENS TAMBÉM TEM TRANSTORNOS ALIMENTARES ?

Apesar de muitas pessoas acreditarem que essas doenças são tipicamente femininas, os homens também podem desenvolver um transtorno alimentar. E o pior: muitas vezes, sofrem calados, devido ao estigma.

É comum os homens desenvolverem transtornos alimentares ?

1/4

DOS CASOS DE
TRANSTORNOS ALIMENTARES
OCORREM EM

HOMENS

ANTIGAMENTE, A PROPORÇÃO ERA DE **1:10** [ANOREXIA E BULIMIA NERVOSA], E AGORA É DE **1:3** — SENDO A MESMA PROPORÇÃO NO CASO DE COMPULSÃO ALIMENTAR.

QUAIS SÃO OS RISCOS?

Assim como as mulheres, os homens também estão expostos às MENSAGENS e influências sócio culturais determinantes do desenvolvimento dos Transtornos Alimentares, como:

“Os homens deveriam ter apenas um tipo de corpo”
magro e definido, como aparece na moda e nas mídias sociais.

“Você é o que você aparenta”
homens são susceptíveis a “confundir” ter sucesso, serem mais aceitos socialmente, se “darem melhor” em relacionamentos, terem melhores empregos, por causa de seu corpo.

“Homens devem estar no controle”
espera-se mais “força” e menos vulnerabilidade dos homens, como se tivessem que dar conta de tudo.

O estigma e a intenção de não parecer fraco ou vulnerável diante de suas dificuldades são alguns dos fatores responsáveis pela demora no reconhecimento e tratamento de muitos homens com TA.



QUAIS SÃO OS SINAIS DE TA EM HOMENS?

Procurar ajuda aos primeiros sinais é muito importante, por outro lado aqueles que sofrem de TA geralmente tentam minimizar ou esconder seus sintomas.

Existem sinais físicos, emocionais e de comportamento que merecem atenção:

- PREOCUPAÇÃO COM GANHO DE MASSA MUSCULAR, AUMENTO APARENTE DE MÚSCULOS E EXCESSO DE ATIVIDADES RELACIONADAS À LEVANTAMENTO DE PESO [CROSSFIT, BODY BUILDING]
- MANTER ATIVIDADE FÍSICA EXCESSIVA MESMO MACHUCADOS
- ALTERAÇÕES HORMONAIS
- ANSIEDADE E ESTRESSE QUANDO PERDEM OU NÃO PODEM TREINAR
- BAIXA MASSA MAGRA [TIPOS MAIS FRANZINOS]
- FALTA DE INTERESSE SEXUAL
- POSSÍVEL CONFLITO DE GÊNERO OU ORIENTAÇÃO SEXUAL
- USO DE ANABÓLICOS E OUTROS MEDICAMENTOS

É possível tratar?

SIM. QUANTO MAIS RÁPIDO O TRATAMENTO SE INICIA, MELHOR O PROGNÓSTICO.

Infelizmente é comum homens demorarem a iniciar tratamento e também receberem menos atenção profissional do que as mulheres. Isso ocorre porque geralmente buscam por tratamento ou recebem diagnóstico adequado apenas quando os sintomas ficam mais severos. O estigma associado à ter uma “doença feminina” também contribui pela demora em buscar tratamento. Por isso precisamos lutar contra esse estigma, entender que não escolhemos ficar doentes e que TAs podem afetar tanto homens como mulheres.

genta

www.genta.com.br

GRUPO ESPECIALIZADO EM NUTRIÇÃO,
TRANSTORNOS ALIMENTARES E OBESIDADE