

Coisa de menina?

POR MUITO TEMPO SE PENSOU QUE ANOREXIA E **BULIMIA** FOSSEM DOENÇAS TÍPICAMENTE FEMININAS, MAS NÃO HÁ **SEXO FORTE** QUANDO O ASSUNTO SÃO TRANSTORNOS ALIMENTARES, O NÚMERO DE HOMENS AFETADOS AUMENTA A UMA VELOCIDADE BEM MAIOR QUE A DE PESQUISAS A RESPEITO PARA REVERTER ESSE QUADRO - E AJUDAR OS PACIENTES A QUEBRAR O SILÊNCIO - O PRIMEIRO GRUPO ESPECIAL DE TRATAMENTO FOI CRIADO NO HOSPITAL DAS CLÍNICAS

TEXTO RAFAEL FARIAS **TEIXEIRA** FOTOS FELIPE HELLMEISTER



TABU
Gabriel sofreu quieto
por quase seis anos.
Quando chegou aos
46 quilos, buscou
ajuda. E teve de passar
cinco meses internado

N

A ADOLESCÊNCIA, Gabriel* sofria com a implicância das pessoas em relação às suas pernas. "Elas eram muito grossas e todos falavam que pareciam pernas de mulher", afirma. "Resolvi, então, fazer uma restrição alimentar para emagrecer." As pressões não pararam por aí e ele retomou as privações aos 16 anos, quando saiu de Guarulhos para tentar a carreira de modelo em

São Paulo. Descobriu que um prato cheio e refeições benfeitadas não combinavam com o mundo fashion. Gabriel diz que os outros modelos o aterrorizavam: "Você vai perder seu contrato, você precisa perder peso, você está uma baleia". Com 1,83 metro de altura, chegou a pesar 46 quilos. Em um dado momento, deixou de comer por dois meses seguidos: apenas tomava água. Hoje, Gabriel tem 23 anos, 62 quilos e ainda não se sente magro. Na manhã em que posou para as fotos desta reportagem, sorriu nervosamente quando lhe pediram para tirar a camisa. "Que vergonha, todo mundo olhando para as minhas banhas..."

O número exato de pessoas do sexo masculino que, como Gabriel, sofrem de anorexia ou bulimia nervosas se perde na falta de pesquisas direcionadas a esse público. "Eu diria que nos últimos cinco anos houve um aumento de 100%, já que antes quase não havia casos registrados", afirma Angélica Claudino, psiquiatra que integra a Comissão Técnica de Transtornos Alimentares da Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP) e coordenadora do Programa de Orientação e Assistência aos Pacientes com Transtornos Alimentares (Proata). Ainda é impossível dizer se o número de homens com essas doenças está efetivamente crescendo ou se reflete apenas uma coragem maior de quebrar o silêncio. "Não podemos afirmar com certeza, mas minha impressão de profissional

Dos 180 casos de transtornos

Brasil este ano, 10% são homens, Na Austrália, 25% dos que sofrem de anorexia e têm menos de 14 anos são meninos

te número de casos, 25% dos que sofrem de anorexia e têm menos de 14 anos são meninos. No Brasil não é diferente. Dos 180 casos de transtornos alimentares tratados por membros da ABP este ano, 10% eram homens. Pode parecer um número pequeno, mas, se comparado a um quadro anterior quase inexistente, dois dígitos podem ser assustadores. Dos dez leitos do Ambulim reservados para internação completa, oito já chegaram a ser ocupados por homens.

Gabriel foi um deles. Depois que começou a desmaiar com mais frequência, sua família notou quão debilitado ele estava. "Meu pai me levava a tudo quanto é lugar para tentar tratamento e eu sempre me recusava." Quando o Ambulim abriu o grupo masculino, em 2006, Gabriel foi escolhido para participar. "Em duas semanas, meu médico me internou alegando que eu não sobreviveria mais que 15 dias." Ele diz que, no estado mais crítico, seu peso chegou a declinar para 46 quilos, e que precisava ser carregado para se locomover. Ainda assim, acreditava cegamente estar obeso.

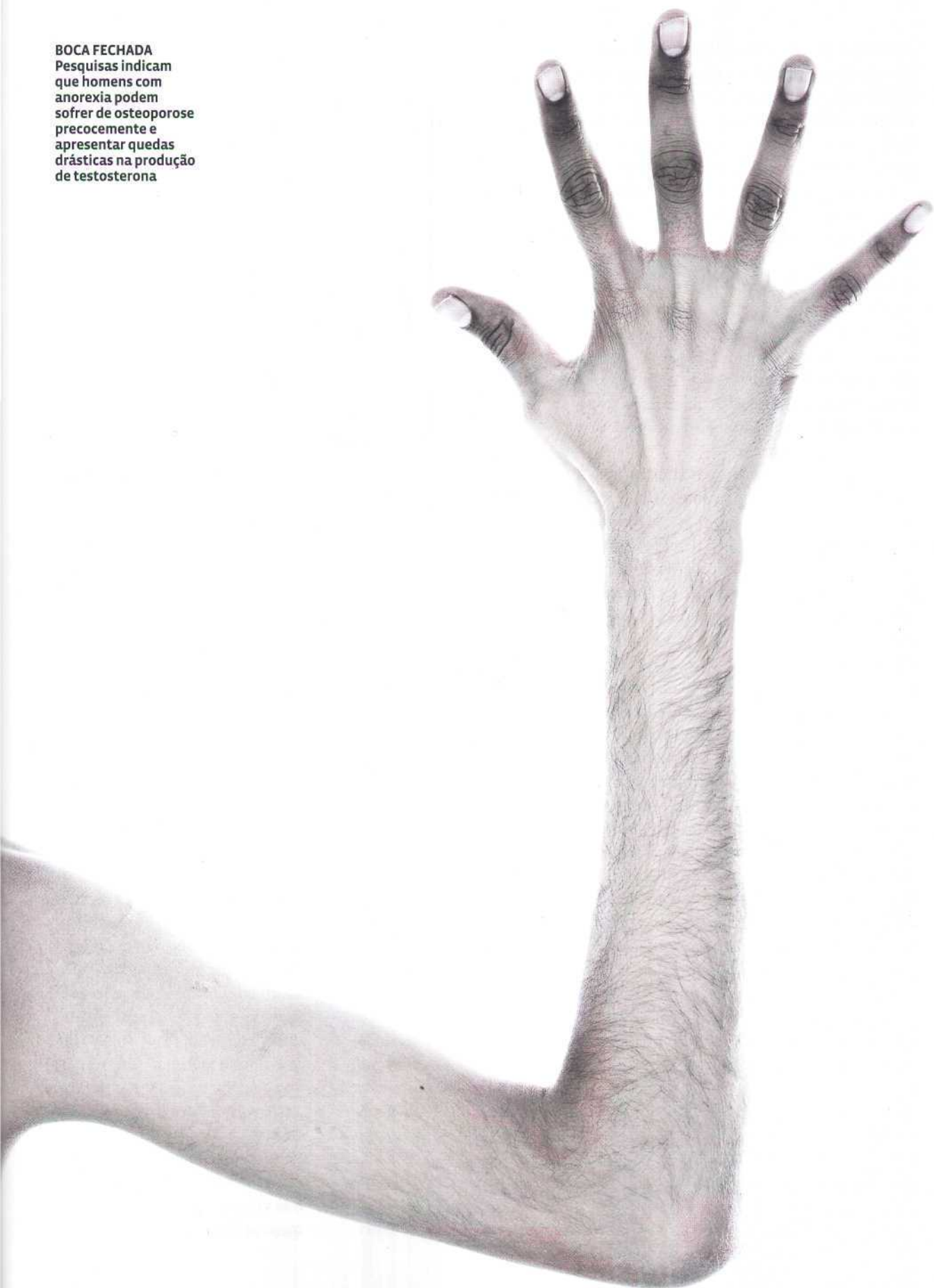
UM DIA DE CADA VEZ

"Tem momentos em que eu fico bem. Em outros, nem tanto", afirma Júnior, sobre seu convívio com a bulimia. "Ela mexe bastante com sua cabeça, não só com sua aparência. E tudo se torna mais sem graça." Aos 20 anos, Júnior é visivelmente magro, mesmo escondido sob as roupas de inverno. Quando tinha 17, seu corpo era bem diferente, e ele conta que sofria pressão por estar acima do peso. "Desde pequeno eu era muito gordinho, e sempre houve muita cobrança da família e dos amigos." Ele até chegou a procurar ajuda especializada para perder peso. Mas a dieta lhe pareceu lenta demais. Perdeu 20 quilos em três meses. Um dia, forçou o vômito após uma refeição e, depois de uma semana repetindo o processo, descobriu ter perdido quatro quilos. A nova estratégia tornou-se hábito,

que trabalha com transtornos há 12 anos é que esse número aumentou", diz Táki Cordas, psiquiatra e coordenador do Ambulatório de Bulimia e Transtornos Alimentares do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas, o Ambulim. É o primeiro (e também o único no Brasil) a fornecer tratamento específico para pacientes do sexo masculino.

Casos escassos de homens com transtornos alimentares já faziam parte da literatura científica, mas não em número suficiente para despertar receio. Mesmo que a maioria ainda seja de mulheres, os médicos afirmam que agora têm motivos para se preocupar. Segundo pesquisa publicada no *The American Journal of Psychiatry*, até 15% da população mundial com bulimia ou anorexia é formada por homens. Na Austrália, que registra um crescen-

BOCA FECHADA
Pesquisas indicam
que homens com
anorexia podem
sofrer de osteoporose
precoce e
apresentar quedas
drásticas na produção
de testosterona



e o hábito, bulimia. "Na minha cabeça, eu faria isso até chegar à minha meta e depois pararia." Três anos se passaram e Júnior diz que ainda não se sente satisfeito com seu corpo. Os episódios de purgação se repetiam ocasionalmente, mesmo quando passou a receber auxílio médico.

A pressão social por um corpo perfeito, que leva garotas a desenvolver comportamentos anoréxicos e bulímicos, é a mesma que afeta os meninos. É o que aconteceu com Ricardo*. Quando tinha 18 anos, uma namorada o chamava de gordo - e ele passou a forçar vômitos para emagrecer. "No início, os episódios eram esparsos, ocorriam uma vez a cada seis meses", afirma o estudante da área de saúde, que na época pesava 103 quilos. "Depois, eles se tornaram frequentes." Na tentativa de se enquadrar, chegou aos 74 quilos.

Pelo que afirmam os estudos clínicos já realizados, não há diferenças sintomáticas entre os dois sexos. Homens e mulheres com anorexia e bulimia nervosas têm uma percepção distorcida de suas imagens corporais. Na anorexia, a busca pela magreza leva à utilização de métodos extremos, como longos períodos de jejum, exercícios físicos em excesso e ingestão de laxantes. Na bulimia, há uma perda de controle alimentar, havendo consumo compulsivo de alimentos, seguido de culpa, vergonha, medo de engordar e, por fim, a purgação forçada. Em razão do pequeno número de pacientes estudados, ainda é difícil identificar características específicas da doença nos homens - e entender se há diferenças relevantes em relação às mulheres. É comum ouvir que a maioria dos homens é homossexual, por exemplo. Raphael Cangelli, psicólogo da equipe de atendimento do Ambulim, afirma que não se pode generalizar. "A maioria dos dados que temos são pontuais, de observações clínicas", diz Cangelli. No grupo do HC, a orientação sexual varia bastante. Uma pesquisa publicada no *The American Journal of Psychiatry* afirma que 20% dos homens afetados são homossexuais.

O mito de que só mulheres sofrem desses transtornos prejudica o estudo de casos em homens. Neles, é bem mais difícil notar comportamentos anoréxicos e bulímicos. Ninguém acha estranho que um garoto se exercite ou coma demais. Poucos percebem que exercício em excesso pode ser uma manobra para perder peso e comer muito pode preceder episódios de purgação. Júnior, que sofre de bulimia, conta que mascarava o problema ingerindo quantidades absurdas de comida. "Comia seis pães e três pacotes de biscoito de uma vez só e, mesmo assim, emagrecia cada vez mais." Só depois de algum tempo sua mãe descartou a hipótese de que toda aquela fome era um sinal de crescimento e passou a notar as escapadas rápidas para o banheiro após as refeições. O estigma feminino ajuda a perpetuar o silêncio que cerca o assunto. Seja é difícil

É bem mais difícil notar comportamentos anoréxicos ou bulímicos em homens. Ninguém acha estranho que um garoto se exercite em excesso ou coma demais

para um homem falar abertamente sobre uma patologia psicológica, achar que sofre de uma "doença só de mulher" ou "de homossexual" não ajuda. O rótulo também complica o diagnóstico das doenças. Se os médicos não reconhecem que homens podem sofrer de bulimia e anorexia, dificilmente percebem os sintomas. "A maioria desconsiderava a possibilidade", afirma Gabriel, que passou por diversos médicos até que uma psicóloga da faculdade diagnosticou o transtorno. "Eles sempre achavam que eu tinha outra coisa, nunca anorexia."

IRREVERSÍVEL

A demora no diagnóstico tem implicações graves. "Em geral, eles procuram ajuda tarde", afirma Cangelli. "Então, vão direto para a internação." No HC, são tratados por nutricionistas, psicólogos e psiquiatras. Todos fazem terapia em grupo, individual e com as respectivas famílias. Muitos recebem alta e retomam suas rotinas, mas ninguém se cura definitivamente. "Um transtorno psiquiátrico requer tratamento e controle contínuos", afirma Cangelli. Júnior buscou ajuda do Ambulim antes que chegasse a um estado extremo. Sabe, porém, que precisa se vigiar e que o apoio de entes queridos é essencial. "Para me ajudar, meu namorado sempre pergunta se o dia foi ruim ou bom." Ricardo diz que o convívio com o grupo ajudou muito. "Ver gente em estado mais grave que o meu foi uma cutucada que me fez mudar." Ainda assim, admite que a purgação sempre será uma possibilidade tentadora. "Eu não sei se vou voltar a ter, mas pode acontecer." Gabriel deixou o grupo depois que começou a faltar às sessões de terapia. "Eu comecei a colocar meu trabalho em primeiro lugar", afirma. "Mas é complicado. Às vezes acordo bem e às vezes me sinto gordo e recomeço as dietas." SP

QUASE NADA

“Você para de raciocinar.
Se ninguém intervir,
você pode perder tudo.
Eu perdi minha carreira.
Sorte que saúde a gente
recupera”, afirma Gabriel

AMBULIM

O ambulatório inicia em julho um novo grupo de tratamento como parte de um projeto de estudo científico, para extrair conclusões mais precisas sobre as diferenças entre homens e mulheres que sofrem de transtornos alimentares.

www.ambulim.org.br

ambulim@hcnet.usp.br / tel.: 3069-6975