

# Crianças que comem muito têm mais chances de se tornarem usuárias de drogas

A pessoa nem está com fome, mas vê uma caixa de bombons e, sem perceber, devora todos os chocolates. Ou então avança no pacote de salgadinhos, deixando para trás só os farelos. Diferentemente da compulsão alimentar, que ocorre regularmente, esse comportamento surge de vez em quando. É o chamado **comer em binge**, descrito como um distúrbio na quarta edição do Manual de estatística e diagnóstico dos transtornos mentais.

Uma pesquisa publicada no jornal especializado Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine alerta que crianças e adolescentes que se encaixam nesse perfil correm mais risco de, em um futuro próximo, começarem a usar maconha e outros tipos de droga. De acordo com Kendrin Sonneville, principal autor do estudo e pesquisador do Hospital Infantil de Boston, nos Estados Unidos, o comedor em binge não tem o hábito diário de ingerir mais alimentos do que precisa. Contudo, eventualmente, sente uma necessidade patológica de comer muito de uma vez só. “Isso demonstra uma forte falta de controle momentâneo, um fator de risco para outros vícios”, conta.

Para verificar se comer em binge pode estar associado ao uso futuro de drogas, a equipe de Sonneville acompanhou 16.882 crianças e adolescentes de 9 a 15 anos, que participaram de um estudo epidemiológico chamado Growing up today (Crescendo nos dias de hoje). De 1996 a 2005, eles responderam a questionários a cada 12 ou 24 meses, nos quais relataram hábitos de consumo alimentar, alcoólicos e de substâncias ilícitas. Sintomas de ansiedade e de depressão também foram avaliados.

Ao longo dos anos, 30,7% de todos os participantes desenvolveram sobrepeso ou obesidade; 60% começaram a beber em binge (ingerir muitas doses de álcool em uma só ocasião); 40,7% passaram a fumar maconha; 31,9% começaram a usar drogas pesadas; e 22,5% desenvolveram sintomas depressivos severos. Exceto pela bebida, cujo padrão de consumo foi homogêneo, todos os outros problemas incidiram de duas a três vezes mais no grupo de crianças e adolescentes que, no início da pesquisa, comiam em binge.

“Esses resultados reforçam uma literatura médica crescente que explora a consequência de comer em binge na adolescência. Estudos anteriores já mostraram que, principalmente em relação às meninas, esse comportamento é um indicativo de fortes níveis de depressão no futuro”, afirma Kendrin Sonneville. O médico explica que ainda não se sabe por que o eventual consumo exagerado de alimentos aumenta os riscos de distúrbios mentais e de uso de drogas, mas acredita que o problema pode estar relacionado à baixa autoestima. “Talvez os adolescentes se sintam envergonhados e culpados devido a esse comportamento (comer em binge), e isso desencadeie os sintomas depressivos. Para enfrentá-los, os jovens acabam fazendo uso de drogas”, opina.

## COCAÍNA

De acordo com Patricia Sue Grigsno, professora do Departamento de Ciência Neural e Comportamental

## COMPORTAMENTO

Postado em 26/12/2012

da Universidade da Pensilvânia, comer em binge pode levar ao consumo de substâncias ilícitas, porque ambos os hábitos parecem ter a mesma origem. “Tanto a ingestão excessiva de comida quanto o abuso de drogas são caracterizados por uma falta de controle do consumo. Dada a característica comum desses dois tipos de distúrbios, não é surpreendente que problemas alimentares e dependência química ocorram concomitantemente”, afirma.

Recentemente, a pesquisadora encontrou uma ligação entre comer alimentos gordurosos em binge e o vício em cocaína. O estudo, feito com ratos, demonstrou que os animais que tinham acesso a grandes quantidades de gordura apenas eventualmente exibiam um comportamento associado à dependência na droga três vezes maior do que os roedores que consumiam altas doses de comida gordurosa, mas regularmente. Comparando com o que ocorre em humanos, o primeiro grupo de roedores estaria na categoria de comer em binge, enquanto o segundo é semelhante às pessoas que ingerem alimentos em excesso todos os dias.

“Enquanto os mecanismos por trás disso continuam desconhecidos, um ponto está claro: comer em binge provocou alterações neurofisiológicas nos ratos, que continuaram a procurar cocaína mais de um mês depois que o estudo foi finalizado”, diz a cientista. “Vinte por cento de ratos e humanos expostos à cocaína vão desenvolver dependência sob circunstâncias alimentares normais. Nosso estudo sugeriu que a probabilidade de se viciar nessa droga aumenta 50% quando há um comportamento de binge”, afirma Patricia Sue.

## INTERVENÇÃO

Especialista em distúrbios alimentares, a psicóloga Kristin von Ranson, autora de diversos livros e artigos sobre o assunto, afirma que a relação entre o comer em binge e o abuso de substâncias químicas pode ter origem em alguma descompensação de neurotransmissores. “Pesquisas feitas em laboratório têm fornecido algumas evidências de que comer em binge, assim como outros vícios, pode ter envolvimento com o sistema dopaminérgico, que está associado aos circuitos cerebrais de recompensa”, conta a pesquisadora da Universidade de Calgary, no Canadá. Pessoas com deficiência na produção de dopamina comeriam e usariam drogas por impulso para compensar a falta da substância. Kristin ressalta, contudo, que são necessários mais estudos para comprovar essa teoria.

Para Kendrin Sonneville, pesquisas que associem o risco de dependência química e o comer em binge precisam ser intensificadas e levadas em consideração nos consultórios médicos. “Tanto o nosso estudo quanto os de outros colegas mostram que existe uma forte relação entre os dois problemas. Uma intervenção precoce em adolescentes que comem em binge pode evitar que, mais tarde, eles se tornem depressivos e dependentes de drogas”, conclui.

**Fonte: Estado de Minas, por Paloma Oliveto**