

## INFLUÊNCIA DO ESTRESSE NO COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE INDIVÍDUOS OBESOS

Nivia Cristina Dos Santos Silva<sup>1</sup>, Alessandra Santana Silva<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Graduanda em Nutrição (FAMAM), <sup>2</sup>Prof. Ma da FAMAM

O comportamento alimentar nada mais é que um conjunto de ações que o indivíduo realiza ao escolher os alimentos que serão consumidos e esse processo sofre influência em diversos fatores. Dessa forma é importante ressaltar que a Associação Brasileira para o estudo da Obesidade e Síndrome Metabólica aponta a questão do estresse psicológico como grande influenciador da mudança do comportamento alimentar. Neste sentido o estudo tem como objetivo geral compreender a existência da relação do comportamento alimentar de indivíduos com sintomatologia de estresse e obesidade, e como objetivos específicos: identificar na literatura possíveis mecanismos que correlacionem o comportamento alimentar e o estresse de indivíduos obesos; pesquisar estratégias alimentares utilizadas no tratamento da sintomatologia de estresse e obesidade; e por fim, investigar a prevalência de indivíduos que apresentem apetite aumentado em decorrência do estresse. Para tanto será realizado um estudo descritivo analítico, do tipo revisão de literatura narrativa, com abordagem qualitativa, a partir da avaliação de artigos científico, monografias, dissertações e teses relacionados ao tema “Influência do estresse no comportamento alimentar de indivíduos obesos”, a busca será efetuada na base de dados eletrônicas. A busca será efetuada nas bases de dados eletrônicas: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) *Science Direct*, *US National Library of Medicine National Institutes of Health* (Pubmed), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Periódicos da CAPES e Google Acadêmico. Como critério de inclusão serão utilizadas publicações completas entre o ano de 2011 a 2021 em português, inglês e espanhol e critério de exclusão, não serão avaliados estudos publicados há mais de 10 anos e resumos. Espera-se com essa pesquisa, conduzi-la de uma forma que engrandea o estudo dos autores, e que seja de grande relevância para consulta dos leitores.

**Palavras-chave:** Estressores, alimentação, hábitos alimentares, obesidade.