

BULIMIA NERVOSA E A TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL

**Carla Costa Souza, Larissa de Souza Oliveira, Leiliane Ribeiro Martins, Sueli Silva
Feitosa, João Paulo de Paiva Ramos**

A prática clínica da terapia cognitivo-comportamental baseia-se em um conjunto de teorias bem-desenvolvidas que são usadas para formular planos de tratamento e orientar as ações do terapeuta, ela é fundamentada na premissa de que a inter-relação entre a cognição esta implicada no funcionamento normal do ser humano e, em especial na psicopatologia. A Bulimia Nervosa é caracterizada pela ingestão de grandes quantidades de alimento em um período delimitado de tempo, sua frequência vai de uma ou duas vezes por semana, a várias vezes por dia, e a quantidade de comida ingerida por episódio varia, mas geralmente estão entre 1.000 e 200 quilocalorias – Kcal. No tratamento o terapeuta deve usar procedimentos cognitivos e comportamentais para interromper o ciclo comportamental autossustentável de compulsão alimentar e dieta, alterando as cognições disfuncionais, crenças sobre comida, peso, imagem corporal e autoconceito. Deste modo o presente estudo, tem como objetivo caracterizar a Bulimia Nervosa e a eficácia do tratamento na Terapia Cognitivo-comportamental. A pesquisa foi realizada através de revisão de literatura integrativa, foram consultadas publicações do ano de 2000 á 2018, nas bases Google acadêmico, Bireme, Scielo e a Pubmed e livros-textos da área. Foram encontrados diversos estudos/pesquisa que descreviam e relacionavam os métodos da terapia cognitivo-comportamental no tratamento da Bulimia Nervosa, sendo assim o terapeuta deverá tratar os sintomas comportamentais, substituir o padrão de restrição alimentar e modificar os pensamentos disfuncionais. Conclui-se que vários ensaios clínicos avaliaram a eficácia da TCC, indicando evidências suficientes para o tratamento da Bulimia Nervosa. Além dela, intervenções psicoterápicas inovadoras baseadas na TCC clássica apresentam bons indicativos de eficácia, futuras pesquisas sobre essas diferentes intervenções são necessárias.

Palavras-chave: psicologia, bulimia nervosa, terapia cognitivo-comportamental

