DETERMINANTES SOCIOECONÔMICOS E PSICODINÂMICOS DA COMPULSÃO ALIMENTAR: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA.

Carlos Eduardo Lourenço, Joana Letícia Sousa da Silva, Raquel Cola Francisco, Rodney Querino Ferreira da Costa.

Universidade do Vale do Paraíba/Faculdade de Educação e Artes, Avenida Shishima Hifumi, 2911, Urbanova - 12244-000 - São José dos Campos-SP, Brasil, carlos.e.lourenco@live.com, joanasv890@gmail.com, psi.raquelcola.psi@gmail.com, rodney.costa@univap.br .

Resumo
A alimentação é um fenômeno complexo, influenciado por fatores sociais, econômicos e psicológicos. Este estudo analisou as relações entre classe socioeconômica, escolhas alimentares e compulsão alimentar, considerando a perspectiva psicanalítica do deslocamento. Para tanto, foi realizado uma pesquisa bibliográfica. A literatura indicou que as condições socioeconômicas influenciam as prioridades alimentares e que fatores emocionais, conveniência e apelo sensorial podem estar relacionados ao descontrole alimentar. Entretanto, não foi identificada uma relação direta entre classe socioeconômica e compulsão, sugerindo a participação de fatores intermediários. Conclui-se que a compulsão alimentar deve ser compreendida de forma integrada, considerando aspectos socioeconômicos, alimentares e psicológicos.

Palavras-chave: Compulsão alimentar. Classe socioeconômica. Escolhas alimentares. Deslocamento. Comportamento alimentar.

Área do Conhecimento: Ciências Humanas

Introdução

O ato de se alimentar, embora à primeira vista possa ser compreendido como uma função biológica destinada à manutenção da homeostase corporal, constitui um comportamento humano complexo e multifacetado. A alimentação ultrapassa a necessidade fisiológica de obtenção de nutrientes, sendo influenciada por aspectos culturais, econômicos, sociais e emocionais. Nesse sentido, as escolhas alimentares carregam significados que se relacionam às experiências individuais e coletivas, às memórias afetivas, às formas de pertencimento e distinção social e, ainda, aos processos psíquicos, muitas vezes inconscientes. Assim, ao se alimentar, o indivíduo não consome apenas nutrientes, mas também símbolos, lembranças e afetos, podendo encontrar na comida uma forma de lidar com emoções e aliviar tensões psíquicas.

No contexto brasileiro contemporâneo, a compreensão da alimentação torna-se ainda mais relevante diante das transformações ocorridas nos padrões de consumo e das desigualdades que caracterizam a realidade social do país. Nas últimas décadas, o Brasil tem vivenciado um processo de transição nutricional, marcado por mudanças nos hábitos alimentares e pela crescente presença de produtos ultraprocessados, geralmente caracterizados pela elevada densidade energética e pelo menor valor nutricional (Popkin, 1993). Essas transformações ocorrem em uma sociedade marcada por expressivas desigualdades socioeconômicas, na qual situações de vulnerabilidade e insegurança alimentar coexistem com o aumento do sobrepeso, da obesidade e de alterações relacionadas ao comportamento alimentar (Laurentino et al., 2024; Medina et al., 2019).

Essa realidade evidencia que a relação dos indivíduos com a alimentação não pode ser explicada exclusivamente a partir de decisões pessoais ou do conhecimento acerca de práticas alimentares consideradas saudáveis. As condições sociais e econômicas interferem diretamente nas possibilidades de acesso, aquisição e escolha dos alimentos, influenciando a maneira como diferentes grupos sociais constroem seus hábitos alimentares. A própria Política Nacional de Alimentação e Nutrição reconhece a importância dos determinantes sociais da saúde para a compreensão das práticas alimentares da população brasileira (Brasil, 2013). Dessa forma, compreender por que determinados comportamentos

alimentares são mantidos mesmo diante do conhecimento sobre seus possíveis impactos à saúde exige considerar fatores que ultrapassam a dimensão individual.

Além das condições materiais, aspectos psicológicos e afetivos também participam do processo de escolha alimentar. O alimento pode estar associado a experiências de prazer, conforto, recompensa e alívio emocional, fazendo com que situações de estresse, ansiedade ou sofrimento psíquico interfiram na maneira como o indivíduo se relaciona com a comida. Assim, as escolhas alimentares resultam da interação entre diferentes dimensões da experiência humana, envolvendo tanto as condições concretas de vida quanto os significados subjetivos atribuídos ao ato de comer.

Nesse sentido, diferentes instrumentos têm sido empregados para compreender essas dimensões. O *Food Choice Questionnaire* (FCQ), desenvolvido por Steptoe, Pollard e Wardle (1995) e posteriormente adaptado para a população brasileira por Heitor et al. (2021), permite investigar diferentes motivações envolvidas na escolha dos alimentos, incluindo saúde, humor, conveniência, preço, familiaridade e controle de peso. Paralelamente, a condição socioeconômica pode ser analisada por meio do Critério de Classificação Econômica Brasil (CCEB), elaborado pela Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa (ABEP, 2024). No campo dos comportamentos alimentares disfuncionais, destaca-se ainda a Escala de Compulsão Alimentar Periódica (ECAP), instrumento utilizado para avaliar manifestações e níveis de gravidade da compulsão alimentar (Freitas; Lopes; Coutinho, 2001).

A compulsão alimentar constitui um fenômeno particularmente relevante nessa discussão, uma vez que envolve episódios caracterizados pela ingestão de grande quantidade de alimentos acompanhada da sensação de perda de controle. Quando recorrentes e associados a outros critérios clínicos, esses episódios podem integrar o quadro do Transtorno da Compulsão Alimentar (TCA), reconhecido como uma condição de saúde mental pelo DSM-5-TR (APA, 2023). Entretanto, sua compreensão demanda uma perspectiva que considere não somente suas manifestações comportamentais, mas também os fatores sociais, econômicos e psíquicos que podem participar de sua constituição.

Embora diferentes estudos investiguem separadamente as condições socioeconômicas, as motivações envolvidas nas escolhas alimentares e a compulsão alimentar, observa-se a necessidade de ampliar a compreensão acerca da articulação entre essas dimensões. A inexistência de uma relação simples e linear entre renda e comportamento alimentar sugere que outros elementos podem participar desse processo, funcionando como mediadores entre as condições sociais vivenciadas pelo indivíduo, sua relação subjetiva com a alimentação e a manifestação do comportamento compulsivo.

A perspectiva psicanalítica pode contribuir para essa discussão ao considerar que determinados comportamentos podem adquirir funções relacionadas ao manejo de conflitos e tensões psíquicas. Entre os mecanismos descritos neste campo teórico encontra-se o deslocamento, por meio do qual a intensidade afetiva vinculada a determinada representação pode ser direcionada para outro objeto ou situação (Freud, 1915/2010). A partir dessa perspectiva, torna-se possível investigar de que maneira experiências de sofrimento e pressões relacionadas às condições de vida podem encontrar expressão na relação estabelecida pelo sujeito com o alimento.

Na perspectiva psicanalítica, a compulsão alimentar pode ser compreendida como um sintoma que expressa uma dinâmica psíquica para além da necessidade fisiológica de alimentação. Pinotti (2024) propõe que o comer compulsivo seja entendido como uma experiência de coação, na qual o comportamento diante do alimento pode escapar à vontade consciente e estar associado ao sofrimento psíquico. Nessa concepção, o alimento deixa de ocupar exclusivamente a função de satisfazer uma necessidade biológica e passa a adquirir um lugar na estrutura do desejo, podendo funcionar como uma tentativa de lidar com a falta constitutiva do sujeito. O autor relaciona o sintoma à busca por uma completude impossível, de modo que o alimento pode assumir simbolicamente o lugar de um substituto da presença do Outro, numa tentativa de restabelecer a relação com um objeto perdido e suspender, ainda que momentaneamente, a experiência da falta. Assim, a repetição característica da compulsão alimentar não decorre simplesmente da fome, mas da impossibilidade de o alimento oferecer uma satisfação plena: ao proporcionar alívio momentâneo da tensão, ele não elimina aquilo que sustenta o desejo, favorecendo a repetição do ato compulsivo (PINOTTI, 2024).

Diante disso, a presente revisão integrativa da literatura tem como objetivo analisar a articulação entre a classe socioeconômica, as motivações envolvidas nas escolhas alimentares e os mecanismos psicodinâmicos relacionados à compulsão alimentar em adultos. Busca-se compreender de que maneira esses diferentes fatores podem se relacionar, considerando a hipótese teórica de que as escolhas alimentares possam atuar como elemento mediador entre as condições socioeconômicas, as experiências afetivas e a manifestação do comportamento alimentar compulsivo.

Metodologia

O estudo caracteriza-se como uma revisão integrativa da literatura, seguindo as orientações de Whittemore e Knafl (2005). A questão norteadora foi elaborada por meio da estratégia PICO, considerando adultos de diferentes estratos socioeconômicos, suas motivações para escolhas alimentares e a ocorrência de compulsão alimentar.

As buscas foram realizadas nas bases BVS, SciELO, PubMed e PePSIC, utilizando os descritores “Compulsão Alimentar”, “Classe Social”, “Escolha Alimentar” e “Mecanismos de Defesa”, além de seus correspondentes em inglês. Também foram considerados documentos oficiais e obras teóricas relevantes para a fundamentação do estudo. Foram incluídas publicações em português ou inglês, entre 2014 e 2026, que abordassem pelo menos dois dos principais temas investigados, além de obras clássicas fundamentais para a compreensão dos construtos. Foram excluídos materiais sem rigor metodológico e estudos exclusivamente cirúrgicos ou farmacológicos. Os trabalhos selecionados foram organizados e analisados de forma integrativa, buscando compreender as relações entre fatores socioeconômicos, escolhas alimentares e processos psíquicos associados à compulsão alimentar.

Resultados

A análise dos estudos selecionados permitiu identificar três eixos principais relacionados ao objetivo desta revisão: condição socioeconômica e alimentação; motivações envolvidas nas escolhas alimentares; e compulsão alimentar e aspectos emocionais associados. Os trabalhos analisados evidenciam que o comportamento alimentar envolve diferentes fatores sociais, econômicos e psicológicos, que podem interferir tanto no acesso aos alimentos quanto nas motivações que orientam seu consumo.

Em relação à condição socioeconômica, os estudos apontaram diferenças nos padrões e nas possibilidades de consumo alimentar entre os diferentes grupos sociais. No contexto brasileiro, o Critério de Classificação Econômica Brasil (CCEB), elaborado pela ABEP (2024), possibilita a classificação econômica das famílias considerando aspectos como posse de bens, infraestrutura domiciliar e escolaridade. Os achados apresentados por Medina et al. (2019) indicam desigualdades sociais no consumo alimentar da população brasileira, enquanto Laurentino et al. (2024) destacam a associação entre insegurança alimentar, obesidade e determinantes sociais da saúde.

Quanto às motivações para as escolhas alimentares, os estudos demonstraram a presença de diferentes fatores envolvidos na decisão sobre o que consumir. O *Food Choice Questionnaire* (FCQ), desenvolvido por Steptoe, Pollard e Wardle (1995) e adaptado para a população brasileira por Heitor et al. (2021), contempla nove dimensões: saúde, humor, conveniência, apelo sensorial, conteúdo natural, preço, controle de peso, familiaridade e preocupação ética. A literatura analisada indica que a importância atribuída a essas motivações pode variar de acordo com características sociais e econômicas dos indivíduos (Hardcastle et al., 2015).

Também foram encontrados estudos que destacam a participação dos aspectos emocionais nas escolhas alimentares. Duarte, Tavares e Maynard (2023) abordam a chamada *comida afetiva* (*comfort food*), relacionada a experiências de conforto, segurança e memórias afetivas. Openheimer et al. (2022), por sua vez, apontam a presença de gatilhos emocionais relacionados às escolhas alimentares, indicando que estados como estresse, ansiedade, tédio e frustração podem estar associados à procura por determinados alimentos.

Em relação à compulsão alimentar, os estudos selecionados apontam sua ocorrência em diferentes grupos populacionais. Segundo o DSM-5-TR (APA, 2023), o Transtorno da Compulsão Alimentar (TCA) caracteriza-se pela presença de episódios recorrentes de ingestão excessiva de alimentos acompanhados pela sensação de perda de controle, sem a ocorrência regular de comportamentos compensatórios inadequados.

No Brasil, a Escala de Compulsão Alimentar Periódica (ECAP), adaptada por Freitas, Lopes e Coutinho (2001) a partir da *Binge Eating Scale* (BES), é utilizada para avaliar a gravidade da compulsão alimentar, contemplando aspectos comportamentais, afetivos e cognitivos relacionados aos episódios. Em relação à prevalência, Kolar et al. (2016) identificaram a presença do TCA na população latino-americana, enquanto estudos realizados no contexto brasileiro também demonstraram a

ocorrência de comportamentos de compulsão alimentar em populações adultas e clínicas (Matos et al., 2002; Oliveira et al., 2024).

De maneira geral, os resultados encontrados evidenciam que condição socioeconômica, motivações para as escolhas alimentares, aspectos emocionais e compulsão alimentar aparecem como dimensões relevantes na literatura analisada. Entretanto, os estudos incluídos não demonstram uma relação causal direta entre classe socioeconômica e compulsão alimentar, indicando a necessidade de considerar outros fatores envolvidos na relação entre contexto social, escolhas alimentares e comportamento compulsivo.

Discussão

Ao relacionar essa perspectiva aos determinantes socioeconômicos, é possível formular a hipótese de que diferentes condições sociais produzem experiências distintas de tensão e sofrimento. Situações de insegurança alimentar, dificuldades financeiras e vulnerabilidade social podem representar fontes de estresse, enquanto outros contextos sociais podem envolver diferentes formas de cobrança e pressão. Contudo, os estudos analisados não permitem afirmar que essas condições provocam diretamente a compulsão alimentar, sendo necessário compreender essa relação como multifatorial.

Nesse sentido, as motivações para as escolhas alimentares podem representar um ponto de articulação entre as condições sociais e os processos subjetivos. Dimensões como humor, preço e conveniência permitem observar como necessidades materiais e emocionais podem participar simultaneamente das decisões alimentares. A compulsão representa outra dimensão desse processo, relacionada à perda de controle e aos aspectos emocionais e cognitivos envolvidos nos episódios.

Portanto, a integração dos estudos permite propor um modelo teórico no qual a condição socioeconômica compõe o contexto em que as escolhas alimentares são realizadas, enquanto fatores afetivos e psicodinâmicos podem participar da forma como o sujeito se relaciona com a comida. As escolhas alimentares constituem, assim, um possível ponto de encontro entre as condições externas e a experiência subjetiva.

Conclusão

A partir da literatura analisada, compreende-se que a compulsão alimentar constitui um fenômeno complexo e multifatorial, não podendo ser explicada exclusivamente por aspectos individuais ou biológicos. Fatores socioeconômicos, motivações relacionadas às escolhas alimentares e aspectos emocionais e psicodinâmicos participam da construção da relação do indivíduo com a comida.

Os estudos indicam que a condição socioeconômica pode influenciar o acesso aos alimentos e as prioridades envolvidas nas escolhas alimentares, embora não seja possível estabelecer uma relação direta entre classe social e compulsão alimentar. Nesse contexto, fatores como humor, conveniência, preço e experiências afetivas podem atuar como elementos importantes na compreensão do comportamento alimentar.

A perspectiva psicanalítica amplia essa compreensão ao considerar que o alimento pode assumir significados afetivos e, em determinadas situações, relacionar-se ao manejo de angústias e tensões psíquicas. O mecanismo de deslocamento apresenta-se, assim, como uma possibilidade teórica para compreender essa relação, sem estabelecer uma causalidade direta.

Conclui-se, portanto, que a compreensão da compulsão alimentar exige uma abordagem integrada, que considere simultaneamente as condições sociais, as escolhas alimentares e os aspectos psicológicos do indivíduo. Destaca-se ainda a necessidade de novos estudos empíricos que investiguem essas relações, contribuindo para intervenções psicológicas e políticas de saúde mais sensíveis à complexidade do comportamento alimentar.

Referências

ABUD, L. C.; GORISCH, P. C. V.; SOUZA, M. C. O direito à alimentação adequada sob a perspectiva de Pierre Bourdieu: habitus, campo e capital cultural. **Revista Brasileira de Direito Social**, v. 10, n. 2, p. 45-62, 2024.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais:** DSM-5-TR**.** 5. ed. texto revisado. Porto Alegre: Artmed, 2023.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE EMPRESAS DE PESQUISA (ABEP). **Critério de Classificação Econômica Brasil (CCEB) 2024.** São Paulo: ABEP, 2024. Acesso em: 15 maio 2026.

BOGGIANO, M. M. et al. Motivations for food choice in binge eating behavior: a psychometric analysis. **Appetite**, v. 76, p. 120-128, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN)**. Brasília: Ministério da Saúde, 2013.

DUARTE, R. A.; TAVARES, M. L.; MAYNARD, D. C. Comida afetiva e a regulação de emoções: aspectos psicossociais da alimentação contemporânea. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 39, e39210, 2023.

FARAH, B.; CASTANHO, P. O sintoma na compulsão alimentar: uma leitura psicanalítica do descontrole oral**. Jornal de Psicanálise**, v. 51, n. 94, p. 115-130, 2018.

FREITAS, S.; LOPES, C. S.; COUTINHO, W. Tradução e adaptação cultural da Escala de Compulsão Alimentar Periódica (BES) para o português. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, v. 23, n. 4, p. 215-220, 2001.

FREUD, S. As pulsões e seus destinos (1915). *In:* FREUD, S. **Obras completas**. v. 12. Tradução de Paulo César de Souza. São Paulo: Companhia das Letras, 2010.

GERMOV, J.; WILLIAMS, L. **Sociologia da Alimentação: para compreender as relações entre comida e sociedade.** 4. ed. Porto Alegre: Artmed, 2017.

HARDCASTLE, S. J. et al. Motivations for food choice in different socio-economic populations. **Public Health Nutrition**, v. 18, n. 11, p. 1993-2001, 2015.

HEITOR, S. F. D. et al. Tradução e adaptação cultural do Food Choice Questionnaire (FCQ) para a população brasileira. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, n. 5, p. 1855-1866, 2021.

KELNER, R. O objeto substituto na compulsão alimentar: diálogos entre a psicanálise e a clínica dos transtornos alimentares. **Ágora: Estudos em Teoria Psicanalítica**, v. 7, n. 1, p. 89-104, 2004.

KOLAR, D. R. et al. Binge eating disorder in Latin America: a systematic review on epidemiology and psychosocial impact. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, v. 38, n. 3, p. 245-252, 2016.

LAURENTINO, G. S. et al. Insegurança alimentar e obesidade no Brasil: uma análise dos determinantes sociais da saúde. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 40, n. 3, e00124523, 2024.

MATOS, M. I. R. et al. Prevalência de compulsão alimentar periódica em pacientes obesos atendidos em serviço público de saúde. **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia**, v. 46, n. 1, p. 79-86, 2002.

MEDINA, L. P. et al. Desigualdades sociais no consumo alimentar no Brasil: análise da Pesquisa Nacional de Saúde. **Revista de Saúde Pública**, v. 53, n. 42, p. 1-12, 2019.

OPENHEIMER, R. et al. Emotional triggers and food choice priorities in eating disorders. **Journal of Affective Disorders**, v. 298, p. 310-318, 2022.

PINOTTI, D.G. F. *O objeto abjeto: um ensaio teórico sobre a compulsão alimentar em psicanálise*. 2024. 32 f. **Trabalho de Conclusão de Residência (Especialização em Saúde) – Programa de Residência Integrada Multiprofissional em Saúde,** Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2024

POPKIN, B. M. Nutritional patterns and transitions. **Population and Development Review**, v. 19, n. 1, p. 138-157, 1993.

STEPTOE, A.; POLLARD, T. M.; WARDLE, J. Development of a measure of the motives underlying the selection of food: the Food Choice Questionnaire. **Appetite**, v. 25, n. 3, p. 267-284, 1995.

WHITTEMORE, R.; KNAFL, K. The integrative review: updated methodology. **Journal of Advanced Nursing**, v. 52, n. 5, p. 546-553, 2005.