

## **USCS promove Semana da Psicologia**

*O trabalho do psicólogo com pacientes que utilizam as “canetas emagrecedoras” foi um dos temas de destaque.*

Entre os dias 31/8 e 4/9, aconteceu, na Universidade Municipal de São Caetano do Sul (USCS), a Semana da Psicologia, promovida pelo curso de graduação em Psicologia. As atividades ocorreram nos períodos da manhã, tarde e noite, no campus Barcelona. Durante os cinco dias, os estudantes tiveram a oportunidade de participar de palestras, minicursos e outras atividades, sempre com temas atuais e os desafios da profissão diante dos novos cenários.

Na segunda-feira (31), um dos temas abordados foi “Corpo - Território em Colapso: o compromisso da psicologia diante das questões socioambientais”, com a Coordenadora da Subsele Grande ABC do Conselho Regional de Psicologia de São Paulo - 6ª Região, Flavia Roberta Eugenio. A mensagem da representante do CRP-SP trouxe aos estudantes uma reflexão e, ao mesmo tempo, o alerta de que estar preparado para lidar com demandas relacionadas às emergências climáticas e desastres naturais já está em pauta no trabalho do psicólogo. “O que antes era uma especialidade da área, agora está no dia a dia. Por mais que o profissional atue no seu consultório particular, ele vai se deparar com demandas desse tipo. E aqueles que forem para a área das políticas públicas deverão ter um olhar articulado com a rede para essas questões”, pontua a gestora do curso de Psicologia da USCS, profª. Fabiana Cristina de Souza.

Já na quinta-feira (3/9), um dos temas do dia foi a atuação do psicólogo em pacientes que fazem uso das “canetas emagrecedoras”, as motivações que levam ao uso e possíveis consequências. Para a palestra, a USCS recebeu a mestra em psicologia da saúde e presidente executiva da Sociedade Brasileira de Transtornos Alimentares e Obesidade (SOBRATA), Taís Grespan; e a docente do curso de Nutrição da USCS e mestra em Ciências do Envelhecimento (USJT), profª. Marcela Previato. A palestra “A Clínica do Emagrecer e a Saúde Mental em Tempos de Canetas Emagrecedoras” trouxe uma discussão acerca da utilização do recurso que, clinicamente, não tem como objetivo principal promover o emagrecimento.

Entre as discussões, foi abordado o conceito da pressão estética que leva ao uso das “canetas”, influenciada, principalmente, pelo ambiente digital. Segundo o artigo "The social media diet", lançado em 2023 na Public Library of Science (PLOS), a utilização das redes sociais pode ser configurada como um fator de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares entre os jovens, por conta de mecanismos como comparação social e pressão estética, principalmente em plataformas como Instagram e Snapchat. O artigo é baseado em evidências de 50 estudos, em 17 países.

As profissionais alertam também para os riscos na aquisição dos produtos, tendo em vista que quatro em cada 10 brasileiros que utilizam o produto o adquirem sem receita médica (fonte: Instituto Locomotiva), pela internet ou no exterior, e, muitas vezes, em canais “alternativos” de compra.

A docente da USCS, Marcela Previato, destaca que é importante retomar uma relação prazerosa com os alimentos e o momento das refeições. Algumas estratégias podem ser a atenção plena ao comer, por meio do mindful eating, que busca reconectar o corpo, a mente e as emoções com o ato de comer, não apenas vendo cada alimento como um “contador de

calorias, proteínas ou carboidratos”, mas como alimentos que trazem sabor, memórias afetivas, e nutrem o corpo. Além disso, destaca o Comer Intuitivo, que tem como premissa quebrar o ciclo nocivo de restrições e punições ao comer, como a adoção de dietas restritas, e sentimento de culpa ao ingerir algo que não estava “no planejamento”.

Já na visão da psicologia, Taís reforça a necessidade de atenção à “fome emocional”, de o indivíduo olhar para si mesmo, compreendendo suas escolhas e necessidades, regulando suas emoções e, com isso, seus impulsos ligados à alimentação. Na atividade, a profissional abordou o papel da Psicologia da Alimentação, que tem como objetivo melhorar a relação com a comida e com o corpo para além do peso da balança.

A Semana da Psicologia da USCS teve a participação de mais de 200 estudantes do curso de psicologia e também de outros cursos de graduação.

Ana Paula Lazari (MTb 46.964)

4/9/26

Foto: Ana Paula Lazari/USCS.

#### Universidade Municipal de São Caetano do Sul

Assessoria de Imprensa

Telefone: 4233-3233

E-mail: [imprensa@online.uscs.edu.br](mailto:imprensa@online.uscs.edu.br)

Mais notícias: [www.uscs.edu.br](http://www.uscs.edu.br)

[www.facebook.com/uscsoficial](https://www.facebook.com/uscsoficial)

[www.instagram.com/uscsoficial](https://www.instagram.com/uscsoficial)

