

TRANSTORNOS



ALIMENTARES

GUIA DO
PROFESSOR

NOUVEAU PARFUM

Soit Prada, Hugo Boss, Chanel, Giorgio Armani

Cartier, Azarro, Sisley, Escada, Gucci Naf Naf

Nina Ricci, Lancôme, Kenzo

Et encore en plus encore, encore

Soit Bruno Banani, La Bastidane, Estée Lauder

Guerlain, Burberry et Thierry Mugler, Bourjois

Chloé, Jean-Paul Gautier, Valentino et je n'en sais plus

Lequel je choisis?

Pourquoi je choisis?

Qui veut que je choisisse?

Je ne suis pas leur produit

De beauté, d'préciosité

Ils ne peuvent pas me changer

Sans pareille, nonpareille

Le nouveau parfum, c'est moi-même, le nouveau parfum, c'est moi,

Nouveau parfum

NOVO PERFUME

Sou Prada, Hugo Boss, Chanel, Giorgio Armani

Cartier Azarro, Sisley, Escada, Gucci Naf Naf

Nina Ricci, Lancôme, Kenzo

E ainda mais, mesmo

Sou de Bruno Banani, La Bastidane, Estee Lauder

Guerlain, Burberry e Thierry Mugler, Bourjois

Chloe, Jean Paul Gautier, Valentino e eu não sei mais

O que eu escolho?

Por que eu escolho?

Quem quer que eu escolha?

Eu não sou seu produto

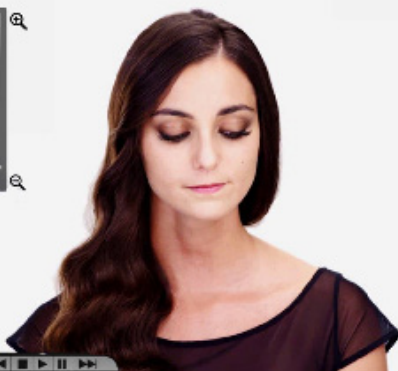
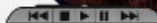
Da beleza, da preciosidade

Eles não podem me mudar

Incomparável, única

O novo perfume sou eu mesma, o novo perfume, sou eu

Novo Perfume





APRESENTAÇÃO

Prezado(a) professor(a),

O Guia do Professor foi elaborado a partir da necessidade de divulgar a existência e os perigos de transtornos alimentares, como a anorexia e a bulimia, que vêm crescendo nos últimos anos e que, quando não tratados a tempo, podem levar à morte.

O aumento da incidência dos transtornos alimentares tem como principal motivação a pressão social em torno dos padrões de beleza e atingem, principalmente, adolescentes e jovens.

Este material contém orientações e dicas importantes para a percepção de qualquer possível alteração comportamental nos hábitos alimentares de adolescentes e jovens, e que podem denunciar a existência ou a predisposição a esses transtornos alimentares.

Você encontrará neste guia informações que o ajudarão a entender quais são os principais sintomas e como proceder ao identificar a presença de comportamentos favoráveis a esses transtornos dentro do ambiente escolar.

Não deixe de analisar atentamente de que forma você pode contribuir para conscientizar seus alunos da necessidade de se manter uma alimentação saudável e da importância de ter uma visão crítica diante dos padrões de beleza impostos pela sociedade.

SUMÁRIO

TEMA	PÁGINA
O QUE SÃO OS TRANSTORNOS ALIMENTARES?	1
DEFINIÇÕES (ANOREXIA NERVOSA BULIMIA NERVOSA)	2
ANOREXIA NERVOSA	3
BULIMIA NERVOSA	4
COMO IDENTIFICAR ?	5
O QUE FAZER ?	7
ONDE ENCONTRAR AJUDA ?	8
SUGESTÃO DE AULA	13
CURIOSIDADES	24
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	31

O QUE SÃO OS TRANSTORNOS ALIMENTARES ?

Os Transtornos Alimentares são caracterizados por perturbações no comportamento alimentar, podendo levar ao emagrecimento extremo (caquexia - devido à inadequada redução da alimentação), à obesidade (devido à ingestão de grandes quantidades de comida), ou outros problemas físicos. Os principais tipos de Transtorno Alimentar são a Anorexia Nervosa e a Bulimia Nervosa, e ambos têm como características comuns uma intensa preocupação com o peso e o medo excessivo de engordar, uma percepção distorcida da forma corporal e a autoavaliação baseada no peso e na forma física.

The background of the page is a collage of several white papers scattered across a light-colored surface. Each paper has a large, bold, black question mark printed on it. The papers are slightly overlapping and tilted at various angles, creating a sense of depth and movement. The overall aesthetic is clean and minimalist, with a focus on the central text.

DEFINIÇÕES

ANOREXIA NERVOSA | BULIMIA NERVOSA

ANOREXIA

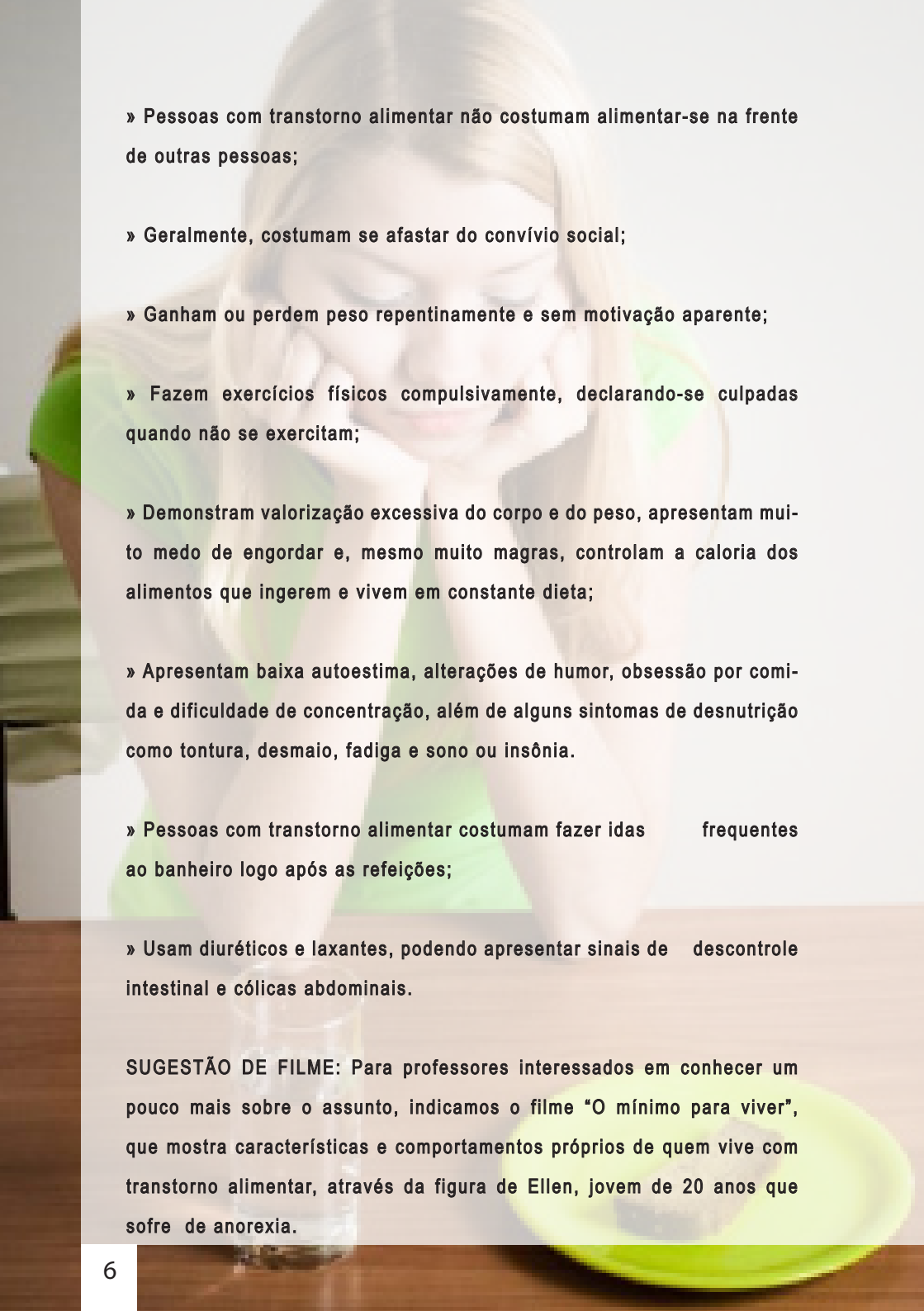
Caracteriza-se por uma procura incansável pela magreza, levando o paciente a uma severa e autoinduzida perda de peso, utilizando recursos extremos como longos períodos de jejum, exercícios físicos excessivos, vômitos voluntários, uso de laxantes, diuréticos ou moderadores de apetite no intuito de forçar uma perda de peso cada vez maior. Há distorção de imagem corporal e os ciclos menstruais ficam interrompidos por no mínimo três meses.

BULIMIA

Apresenta-se como uma sensação de completa perda de controle alimentar em que o paciente ingere compulsiva e indiscriminadamente grandes quantidades de alimentos em um período muito curto de tempo – episódio bulímico. Esta ingestão é seguida de um sentimento de culpa, vergonha e medo de engordar, levando o paciente a induzir o vômito, em geral várias vezes ao dia, bem como ao uso de laxantes, diuréticos ou inibidores de apetite e à prática de exercícios físicos de maneira exagerada.

COMO IDENTIFICAR?

Nem sempre é fácil identificar um adolescente com transtorno alimentar. Geralmente eles são inteligentes, obedientes e bastante discretos, por isso, somente um especialista poderá dar o diagnóstico final de Transtornos Alimentares. No entanto, existem alguns sinais que podem nos servir de alerta. São comportamentos que podem denunciar a possível presença de um transtorno ou a predisposição para o seu desenvolvimento. Veja alguns destes comportamentos:



» Pessoas com transtorno alimentar não costumam alimentar-se na frente de outras pessoas;

» Geralmente, costumam se afastar do convívio social;

» Ganham ou perdem peso repentinamente e sem motivação aparente;

» Fazem exercícios físicos compulsivamente, declarando-se culpadas quando não se exercitam;

» Demonstram valorização excessiva do corpo e do peso, apresentam muito medo de engordar e, mesmo muito magras, controlam a caloria dos alimentos que ingerem e vivem em constante dieta;

» Apresentam baixa autoestima, alterações de humor, obsessão por comida e dificuldade de concentração, além de alguns sintomas de desnutrição como tontura, desmaio, fadiga e sono ou insônia.

» Pessoas com transtorno alimentar costumam fazer idas frequentes ao banheiro logo após as refeições;

» Usam diuréticos e laxantes, podendo apresentar sinais de descontrole intestinal e cólicas abdominais.

SUGESTÃO DE FILME: Para professores interessados em conhecer um pouco mais sobre o assunto, indicamos o filme “O mínimo para viver”, que mostra características e comportamentos próprios de quem vive com transtorno alimentar, através da figura de Ellen, jovem de 20 anos que sofre de anorexia.



O QUE FAZER?

Ao observar que um aluno apresenta comportamentos favoráveis ao desenvolvimento de transtornos alimentares, o professor deve informar imediatamente à coordenação/direção, para marcar uma reunião com os responsáveis com o objetivo de alertá-los e indicar avaliação médica do aluno.

ONDE ENCONTRAR AJUDA?

Transtornos Alimentares e Obesidade

Rio de Janeiro

CETTAO - Clínica de Estudos e Tratamento em Transtornos Alimentares e Obesidade

Serviço de Psiquiatria da SCMRJ - Santa Casa da Misericórdia do Rio de Janeiro

Rua Santa Luzia, 206 - Centro

Tel. 3068-8396 / 2221-4896 / 2533-0118

NESA - Núcleo de Estudos da Saúde do Adolescente

UERJ - Pavilhão Floriano Stoffel - Ambulatório de adolescentes (até 18 anos)

Av. 28 de Setembro, 109 - Fundos - Vila Isabel

Tel. 2587-6570 / 2284-4183 (Quartas-feiras pela manhã)



NAPTA - Núcleo de Assistência e Pesquisa em Transtornos Alimentares

UERJ - Policlínica Piquet Carneiro - Departamento de Nutrição
Av. Marechal Rondon - São Francisco Xavier
Tel. 2334-2361

GOTA - Grupo de Obesidade e Transtornos alimentares
UFRJ - IEDE

Rua Moncorvo Filho, 90 - Centro
Tel. 2224-9562 / 2507-0065 / 9965-7299 (Monica Duchesne)
E-mail: gota@iede.rj.gov.br

UFF SPA - Serviço de Psicologia Aplicada
UFF - Faculdade de Psicologia

Rua Visconde do Rio Branco, s/n - São Domingos - Bloco N - 5º andar - Campos do Gragoatá – UFF - Niterói - RJ - CEP: 24210-350
Tel. 2629-2951 / 2629-2951
E-mail: sintomasalimentares@gmail.com

Hospital de Ipanema

Rua Antonio Parreiras, 67 - Ipanema
Tel. 3111-2300



São Paulo

AMBULIM – Programa de Transtornos Alimentares do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da USP

Rua: Ovídio Pires de Campos, 785

Tel.: 11 3069-6975

Site: www.ambulim.org.br

PROATA - Programa de Orientação e Assistência a pacientes com Transtornos Alimentares

Rua: Otonis, 887

Tel.: 11 5579-1543

E-mail: proata@psiquiatria.epm.br

Site: www.proata.cepp.org.br

CEPPAN - Clínica de Estudos em psicanálise da Anorexia e Bulimia

Rua João Moura, 627 - Jd Paulista

E-mail: ceppan@uol.com.br

Site: www.redeceppan.com.br

GENTA - Grupo de Estudos em Nutrição e Transtornos Alimentares

Tel. 11 3672-3869

Site: www.genta.com.br



GADTA - Grupo de apoio e Tratamento de Transtornos Alimentares

Rua Cardoso Almeida, 1005 - casa 8 - Perdizes

Tel: 11 3865-8609 / 3873-7817

E-mail: gadta@uol.com.br

SEDES - Projeto de Investigação e Intervenção na Clínica da AN e da BN

Rua Ministro Godoy, 1484 - Perdizes

Tel. 11 3866-2730 / 3866-2735 / 3866-2736

E-mail: sedes@sedes.org.br

Site: www.sedes.org.br

Sul

GEATA - Grupo de Estudos e Assistência em Transtornos Alimentares

Rua Cel Bordini, 434 - Porto Alegre

Tel. 51 3343-6490

Site: www.geata.med.br

Hospital das Clínicas de Porto Alegre

Serviço de Psiquiatria

Rua Ramiro Barcelos, 2350 - sala 400N - 4º andar

Tel. 51 3359-8294

E-mail: e-transtornos-alimentares@hcpa.ufrgs.br



Minas Gerais

GOTA - Grupo Interdisciplinar de Obesidade e Transtornos Alimentares

Hospital do SOCOR

Rua Tupis, 1578 - 1 andar

Tel. 31 3330-3182

E-mail: socor@socor.com.br

Site: www.hospitalsocor.com.br

Bahia

Ambulatório de Transtornos Alimentares do Serviço de Psiquiatria da Universidade Federal da Bahia

Tel. 71 3332-3509

Site: www.ntcba.com.br

http://www.cettao.com.br/locais_de_tratamento.php



SUGESTÃO DE AULA

INTRODUÇÃO

Especialistas acreditam que não é adequado falar diretamente sobre o tema “Transtornos Alimentares”. Falar de sintomas e enfatizar comportamentos proibidos pode incentivar o adolescente a buscar mais informações e despertar a ideia de chamar a atenção através da reprodução de práticas inadequadas.

O ideal é falar de saúde, autoestima e satisfação corporal. É preciso desenvolver uma crítica das mensagens estereotipadas da mídia sobre corpo, comida e peso.

Pensando nisso, sugerimos uma aula, cujo objetivo é falar das diferentes formas de beleza e promover uma discussão sobre os padrões impostos pela mídia e aceitos sem resistência por grande parte da sociedade.

SEQUÊNCIA DE ATIVIDADES

PÚBLICO ALVO (SUGESTÃO):

Alunos a partir do 8º ano.

OBJETIVO GERAL:

Refletir criticamente sobre o conceito de beleza, promovendo um ambiente de respeito mútuo frente às diferenças individuais, combatendo o preconceito e incentivando a expressão do amor próprio.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Refletir acerca dos padrões de beleza que são impostos pela sociedade.

Analisar criticamente padrões de beleza em diferentes tempos e culturas

Valorizar a autoimagem.

RECURSOS

Datashow, computador, internet, caixa de som, folha de papel ofício e material para desenho.

I-AUDIÇÃO DA MÚSICA

MÁSCARA
Pitty

Diga, quem você é me diga
Me fale sobre a sua estrada
Me conte sobre a sua vida

Tira, a máscara que cobre o seu rosto
Se mostre e eu descubro se eu gosto
Do seu verdadeiro jeito de ser

Ninguém merece ser só mais um boniti-
nho
Nem transparecer consciente inconse-
quente
Sem se preocupar em ser, adulto ou
criança

O importante é ser você, mesmo que
seja, estranho
Seja você, mesmo que seja bizarro bizar-
ro bizarro
Mesmo que seja, estranho, seja você,
mesmo que seja

Tira, a mascara que cobre o seu rosto
Se mostre e eu descubro se eu gosto
Do seu verdadeiro jeito de ser

Ninguém merece ser só mais um boniti-
nho
Nem transparecer consciente inconse-
quente
Sem se preocupar em ser, adulto ou
criança

O importante é ser você, mesmo que

seja, estranho

Seja você, mesmo que seja bizarro bizar-
ro bizarro
Mesmo que seja, estranho, seja você,
mesmo que seja


Meu cabelo não é igual
A sua roupa não é igual
Ao meu tamanho não é igual
Ao seu caráter não é igual
Não é igual, não é igual
Não é igual

I had enough of it
But I don't care
I had enough of it
But I don't care

Diga, quem você é me diga
Me fale sobre a sua estrada
Me conte sobre a sua vida

E o importante é ser você, mesmo que
seja, estranho
Seja você, mesmo que seja bizarro bizar-
ro bizarro
Mesmo que seja, estranho
Seja você, mesmo que seja bizarro bizar-
ro bizarro
Mesmo que seja estranho.





II
Roda de conversa
sobre o
texto da música



III

Representação artística dos padrões de beleza impostos na sociedade

Divididos em pequenos grupos, a turma deverá discutir e, através de desenho e/ou tópicos, descrever os atributos físicos que uma pessoa precisa ter para ser considerada bonita nos dias de hoje.



IV

Apresentação das produções

**Cada grupo apresentará o seu trabalho para a turma, expondo suas ideias
e conclusões.**

V
Apresentação do videoclip da
música
“nouveau parfum”
("novo perfume")

Reflexão sobre como as novas tecnologias são utilizadas pela mídia para corrigir imperfeições e vender imagens de pessoas “perfeitas”, segundo os padrões socialmente estabelecidos.

<http://www.vagalume.com.br/boggie/nouveau-parfum-traducao.html>

NOUVEAU PARFUM

NOVO PERFUME

Lequel je choisis?

O que escolher?

Pourquoi je choisis?

Por que escolher?

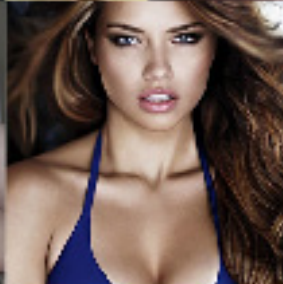
Qui veut que je choisisse?

Quem quer que eu escolha?

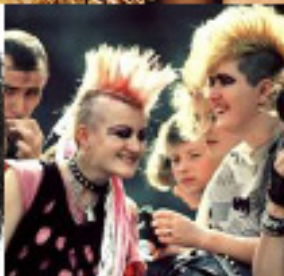
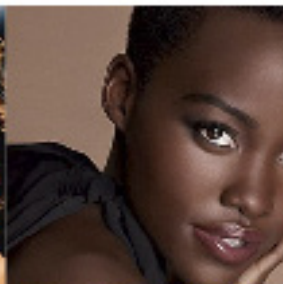
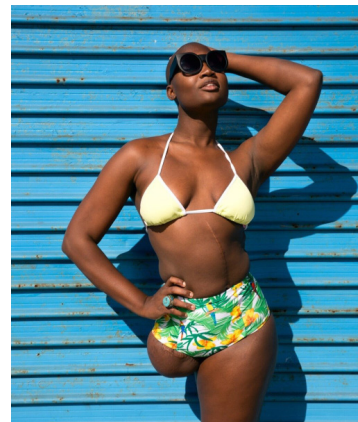
Je ne suis pas leur produit

Eu não sou seu produto

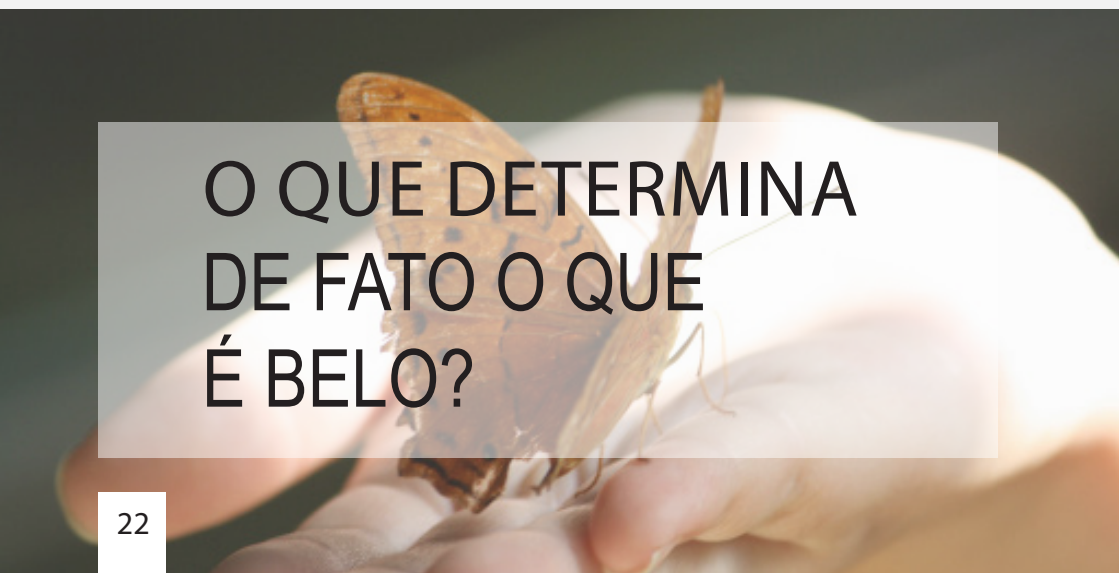




VI
Feio x Belo



- **Projeção de imagens de pessoas em diferentes tempos e culturas com variados padrões de beleza.**
- **Caberá ao professor pesquisar antecipadamente as imagens, que podem ser encontradas com facilidade na internet. O ideal é dar preferência àquelas imagens que representam culturas e costumes pouco conhecidos pelos alunos e que podem causar curiosidade. É importante selecionar imagens de pessoas de diferentes gêneros, etnias, tamanho/altura, pessoas com síndromes...**
- **Solicitar aos alunos que emitam suas opiniões a respeito do que lhes parece feio ou belo, justificando suas respostas.**
- **Retornar à projeção das imagens, situando o contexto social e cultural de cada padrão de beleza apresentado.**
- **Após a discussão, propor o seguinte questionamento:**

A close-up photograph of a person's hand gently holding a brown butterfly with dark spots on its wings. The background is softly blurred, showing more of the hand and the butterfly's legs.

**O QUE DETERMINA
DE FATO O QUE
É BELO?**

VII

Sou o que sou

Representação artística (autorretrato) ressaltando sua beleza.

O aluno deve ser incentivado a expor livremente suas ideias, seja através de desenhos, tópicos ou qualquer outra forma de expressão.

VIII


Reflexão

“Assim como você pensa na sua alma,
Assim você é”
(PROVÉRBIOS 23.7)





CURIO
SIDADES




Estudos realizados nos Estados Unidos demonstraram que palestras sobre anorexia nervosa e bulimia proferidas nas escolas não ajudaram a diminuir a incidência dessa patologia entre os estudantes. Dessa forma, alguns especialistas aconselham um trabalho voltado para o desenvolvimento de hábitos de alimentação saudável e a aceitação das diferenças corporais, evitando, assim, a disseminação e repetição de comportamentos inadequados.



Algumas profissões aumentam o risco de anorexia. Dentre elas, as modelos, seguidas das bailarinas, ocupam os primeiros lugares. Os atletas olímpicos e os jogadores também são grupos de risco, além dos estudantes de medicina, psicologia e nutrição.

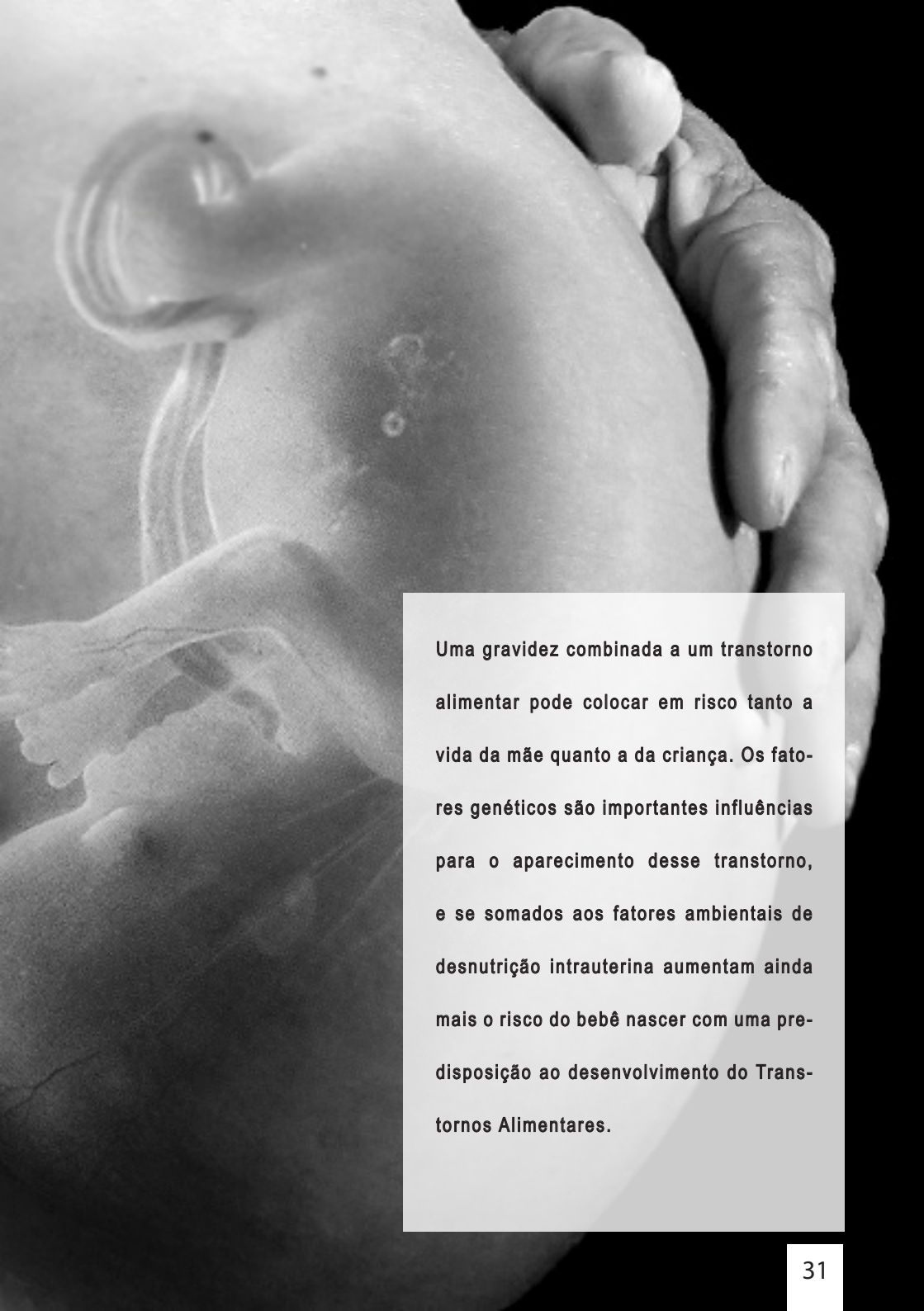


Cuidado com a internet! É possível encontrar blogs (espécie de diários virtuais) que ensinam as práticas características da anorexia nervosa e da bulimia e explicam como disfarçá-las em casa.



Muitas vezes, o perfil de adolescentes e jovens que desenvolvem esses transtornos alimentares costuma ser caracterizado por meninas inteligentes, obedientes e sem nenhum problema comportamental, dificultando, assim, que os familiares percebam a patologia precocemente.

É muito antigo o registro de histórias de pessoas com bulimia e anorexia nervosas. Na Idade Média, eram comuns os jejuns autoimpostos por santas e beatas. Se nos dias de hoje a cultura da magreza e a pressão da sociedade pela busca do corpo ideal são motivações frequentes, na Idade Média o objetivo era, principalmente, a comunhão com Deus.



Uma gravidez combinada a um transtorno alimentar pode colocar em risco tanto a vida da mãe quanto a da criança. Os fatores genéticos são importantes influências para o aparecimento desse transtorno, e se somados aos fatores ambientais de desnutrição intrauterina aumentam ainda mais o risco do bebê nascer com uma predisposição ao desenvolvimento do Transtornos Alimentares.

REFERÊNCIAS

BIBLIOGRÁFICAS

Sites

http://www.cettao.com.br/locais_de_tratamento.php

<http://ambulim.org.br/TranstornosAlimentares/Tipos>

[Veja.abril.com.br/especiais_online/anorexia-bulimia/ping.shtml](http://veja.abril.com.br/especiais_online/anorexia-bulimia/ping.shtml) <http://>

drauziovarella.com.br/entrevistas-2/anorexia-nervosa-e-bulimia <http://>

veja.abril.com.br/especiais_online/anorexia-bulimia/sintomas.shtml

livro

WEINBERG.C & CORDÁS TA. Do Altar às Passarelas:da anorexia santa à anorexia nervosa. São Paulo: Annablume, 2006.

REFERÊNCIAS DAS IMAGENS

- Capa <https://polki.pl/zdrowie/choroby,zniszczyc-siebie-czym-sa-anoreksja-i-bulimia,10414457,artykul.html>
- Apresentação - site. [medicina.ufmg.br/inicial/wp-content/uploads/sites/7/2018/02/Dietas-Crédito-Pixabay.jpg](http://www.medicina.ufmg.br/inicial/wp-content/uploads/sites/7/2018/02/Dietas-Crédito-Pixabay.jpg)
- Pág. 1 - retirada do videoclipe BOGGIE: NOUVEAU PARFUM
https://www.youtube.com/watch?v=sZwmo_2DOz0
- Pág. 2 - www.todoestudo.com.br/wp-content/uploads/2018/02/ponto-de-interrogacao.jpg
- Pág. 3 - <https://www.eusemfronteiras.com.br/transtornos-alimentares-quando-comer-se-torna-uma-doenca/>
- Pág. 4 - <https://hunter1995blog.wordpress.com/2016/03/24/bulimia-nervosa/>
- Pág. 5 - <https://www.espacokonsenti.com.br/uploads/images/2018/01/transtornos-alimentares-151717721.png>
- Pág. 6 - <https://radioaratiba.com.br/wp-content/uploads/2015/12/transtorno-alimentar.jpg>
- Pág. 7 - <http://www.espacoaprendercpp.com.br/wp-content/uploads/2017/04/Dificuldade-de-Aprendizagem.jpg>
- Pág. 14 - <https://snappet.com.br/images/cover/group/7/421489840f5a3a342e703e69f1ea137a.jpg>
- Pág. 16 - <http://www.belezafeminina.pro.br/wp-content/uploads/2016/10/maquiagem-halloween-basica-e1529516665432.jpg>
- Pág. 19 - <https://s3-sa-east-1.amazonaws.com/uploads-anchieta-br/wp-content/uploads/sites/7/2018/08/16152759/foto-trabalho-em-grupo-impacta-1-1068x601.jpg>
- Pág. 21 - <https://br.pinterest.com/pin/677862181389102459/?lp=true>
<https://br.pinterest.com/pin/450571137703816788/>
<https://br.pinterest.com/pin/331085010097591560/>
<https://www.pinterest.ie/pin/556898310149526100/>
<http://tabloideaescmamao.blogspot.com/2013/06/dreadlocks-como-cuidar-dicas-o-cabelo.html>
<https://nadafragil.com.br/como-iniciar-a-carreira-de-modelo/>
<http://unidadenoticias.com.br/2018/11/09/semifinal-do-concurso-beleza-negra-em-pon-te-nova/>
<https://www.pinterest.pt/pin/265149496790972638/?lp=true>
<http://tribosurbanasbsb.blogspot.com/2011/01/goticos.html>
<http://www.fashionbubbles.com/historia-da-moda/punks-e-rockers/>
<http://preview.folhavoria.com.br/entretenimento/noticia/2015/01/modelo-plus-size-fecha-contrato-com-agencia-famosa.html>
<https://www.icepop.com/victorias-secrets-models/>
<https://www.facebook.com/cabelocrespocabelolindo/photos/a.254950558001372/255731897923238/?type=1&theater>

<http://agentefoose.blogspot.com/2010/08/produtor-de-filme-de-acao-esta-de-olho.html>
<https://www.correio24horas.com.br/noticia/nid/top-baiana-adriana-lima-aparece-em-lis-ta-das-10-mais-bem-pagas-do-mundo/>
<http://gvenny.com/hairstyles-kinky-curly-hair/>
https://https://conteudo.imguol.com.br/c/entretenimento/3c/2018/12/07/a-paralisia-ce-rebral-da-pequena-valentina-8-anos-nao-a-impede-de-se-divertir-1544206723235_v2_1366x1366pg
<https://i1.wp.com/www.geledes.org.br/wp-content/uploads/2016/08/Mamma-Cax4.jpg?resize=1000%2C1250>
pág. 22 - http://2.bp.blogspot.com/-mOE-mDOn8c4/Tis1Z4uurnl/AAAAAAAAAqU/Oh-THBymyWul/s1600/4472543100_c6265b0965_b.jpg
Pág. 23 - <https://www.wattpad.com/story/99222058-mi-familia-mi-decepci%C3%B3n>
Pág.25 - <https://www.owensborohealth.org/services/behavioral-health/suicide-prevention-lifeline/>
Pág. 26 - <http://clockworksocialmedia.com/fashion-show-ideas/21088>
Pág. 27 - <https://subanavida.com.br/carreira/o-que-e-um-profissional-liberal/>
Pág. 29 - <https://br.pinterest.com/pin/839991767969466625/>
Pág.30 - http://www.brasil247.com/pt/247/revista_oasis/147600/M%C3%A3e-estres-sada-filho-ansioso-Os-fetos-s%C3%A3o-sens%C3%ADveis-e-t%C3%AAm-mem%-C3%B3ria.htm