

MORAIS, Gabriela Alessandra. Anorexia e suas complicações no estado nutricional do indivíduo Nutrição. Bragança Paulista, SP: FESB, 2018. (CD-ROM)

## RESUMO

Nesse trabalho se propôs a abordar o tema Anorexia nervosa porque hoje esse tema está frequente na sociedade, em que o público mais afetado é o adolescente e mulher, pois desejam um corpo magro influenciados pela mídia. A mídia mostra como as mulheres, adolescentes até mesmo os homens têm que ser e como tem que se apresentar frente à sociedade, exigindo que esse público tenha a mesma característica, fazendo que as pessoas se sintam atraídas por um corpo ideal, ou seja, magro. A anorexia nervosa é induzida por falta de alimentação adequada e excesso de exercícios físicos, os pacientes com esse transtorno evitam ao máximo o consumo de alimentos diante das pessoas, e quando consomem algo, consomem em uma quantidade abaixo do ideal que precisam, acreditando ao consumir podem engordar e fazer com que sejam diferentes das outras pessoas. Esse público tem o desejo do corpo magro e não se preocupam com o bem-estar, muito menos com a saúde, estão dispostos a fazer exercícios exagerados e consumir alimentos que não possuem muitas calorias e em quantidades bem menores da necessidade calórica que precisam. O objetivo desse trabalho foi apontar como a anorexia pode interferir o estado nutricional do indivíduo, como também mostrar os cuidados que precisa ter com as atividades físicas, juntamente com a alimentação, iniciou-se apresentando o que é anorexia e quais as suas características, descrevendo também os comportamentos alimentares das pessoas com anorexia nervosa e mostrando as orientações para a recuperação quanto à alimentação e atividade física. Através desse trabalho pretendeu-se ainda alertar as pessoas, principalmente os adolescentes que tomem consciência para ter um corpo bonito e apresentável, não é preciso exagerar nos exercícios e diminuir na alimentação e sim ter uma alimentação saudável com exercícios físicos praticados na sua frequência e de acordo com sua necessidade.