

Ortorexia

É um transtorno alimentar indicado pela **obsessão por uma alimentação saudável**. Ele faz com que a pessoa se prenda aos rótulos alimentares e, com grande frequência, procure saber sobre a **origem e preparo dos produtos**.

CARACTERÍSTICAS

- Examina cada detalhe nutricional dos alimentos
- Só se permite comer alimentos saudáveis
- Analisa criteriosamente o que comeu
- Dificuldade em comer refeições feitas por outras pessoas
- Preocupação exacerbada com a forma de preparo da comida
- Evita eventos sociais por não ter alimentos que aprova
- Restrições alimentares por conta própria



POSSÍVEIS CONSEQUÊNCIAS

- deficiência nutricional
- alimentação cada vez mais restrita
- perda de peso
- desenvolvimento de Transtorno Obsessivo Compulsivo e ansiedade
- baixa imunidade e fraqueza

PONTOS IMPORTANTES DO TRATAMENTO

- apoio e compreensão dos familiares
- melhora do comportamento em relação à comida
- adequação dos nutrientes que estão em falta no organismo
- trabalho da aceitação e relação com o próprio corpo
- medicações podem ser necessárias



TRATAMENTO MULTIDISCIPLINAR

- ✓ nutricionista
- ✓ médico
- ✓ psicólogo

