

VISÃO DA CORPORALIDADE E DIETAS DA MODA: UMA INVESTIGAÇÃO SOBRE RISCOS NUTRICIONAIS QUE COMPROMETEM A SAÚDE.

Congresso Brasileiro On-line de Comportamento Alimentar, Alimentação e Saúde, 4ª edição, de 18/04/2022 a 20/04/2022
ISBN dos Anais: 978-65-81152-55-0

LÔBO; Clariane Ramos ¹, BRESSAN; Juliana ²

RESUMO

Introdução: O ato de se alimentar é algo necessário, fisiológico e necessário ao ser humano, contribuindo para sua adequação social e interação familiar. **Objetivo:** o trabalho pretendeu entender de certa maneira, como as pessoas que passaram por constrangimentos e problemas com sua corporalidade se sentiram e quais as consequências em relação a esses momentos. **Metodologia:** O estudo teve caráter qualitativo, onde através de uma entrevista semiestruturada, se pôde investigar e entender como algumas pessoas obesas ou se sentiam em relação com a sua corporalidade e como as dietas da moda influenciaram e modificaram os seus hábitos alimentares. O número de aprovação pode ser consultado na Plataforma Brasil, sob o número CAE 80278217.1.0000.0023. **Resultados:** Foi notório o conhecimento sobre alimentação saudável entre todos os participantes, entre outros conceitos, embora tivessem feito no passado alguns atos que trouxeram prejuízos à saúde. Alguns relatos mostram superação e outros marcas que ficarão eternizadas quando o assunto é corporalidade e saúde. **Conclusão:** A alimentação deve, na medida do possível, ser equilibrada e variada, permitindo que sejam recebidos os nutrientes necessários para que o organismo funcione e desenvolva corretamente. É importante que todos entendam e compartilhem dessa premissa, para que tenhamos pessoas com habilidade emocional para viver num mundo que ainda valoriza a escultura corporal, assim como hábitos não saudáveis para obter um corpo perfeito. Eixo temático: Transtornos alimentares

PALAVRAS-CHAVE: transtornos, dietas da moda, obesidade, corporalidade

¹ SENAC -DF, clariane@nutricionista@gmail.com

² SENAC- DF, juliana_mcg@hotmail.com