

## Simulado 04 de Redação

### PROPOSTA DE REDAÇÃO

Com respeito aos direitos humanos, produza um texto dissertativo-argumentativo defendendo sua tese sobre **O DESAFIO DE SE CONCILIAR SAÚDE E BELEZA NA SOCIEDADE CONTEMPORÂNEA**. Selecione, organize e relacione fatos e exemplos capazes de sustentar seu posicionamento. Lembre-se de empregar recursos de argumentação e apresentar soluções interventivas em sua redação; o uso da 3ª pessoa do discurso é OBRIGATÓRIO.

#### CARALLUMANIA

*"Você conhece callaruma?" É difícil hoje navegar na internet sem que uma janela se abra e faça ao usuário a pergunta acima. A planta que promete reduzir o apetite é a dieta da moda nas redes sociais, onde propaganda enganosa surge disfarçada de comentário desinteressado*



Duas cápsulas de caralluma por dia não salvam o verão. O fitoterápico da vez, superpopular na internet, pode até ajudar na dieta, mas o efeito não chega nem perto das promessas aclamadas em dezenas de sites.

"A caralluma revelada". Os anúncios estão estampados em redes sociais, links patrocinados e pop-ups. Sem falar em sites falsos, com depoimentos idem. A febre é tanta que, nos últimos 12 meses, houve um aumento de 800% nas buscas do termo "dieta caralluma" no Google. "Dieta milagrosa ou fraude?", questiona uma das páginas. Entre os resultados prometidos, fim da compulsão alimentar e 11 quilos a menos em um mês. [...] Há muitos mitos e poucas verdades por trás da Caralluma fimbriata, planta asiática parecida com um cacto.

Reza a lenda -e o principal trabalho feito sobre a planta- que ela era usada na Índia para diminuir a fome e ajudar populações a suportar períodos com pouca comida.

#### TIRANIA DA MAGREZA

Antigamente, um pouco de gordura no corpo era sinal de saúde. Aí veio a medicina dizendo que não há vantagem nenhuma em acumular tecido adiposo; ao contrário, que todos devemos ser magros. Ao lado dessa recomendação médica, a pressão social do padrão de beleza que se baseia em modelos bonitas e absolutamente magras, sem um grama de gordura no corpo, tiranizou a vida de muita gente. Hoje, a quantidade de pessoas que luta para perder peso, faz dietas e toma remédios é enorme. Essa preocupação exagerada pode provocar um distúrbio psiquiátrico grave, cada vez mais frequente, que é a distorção da autoimagem. A pessoa se olha no espelho e vê uma figura obesa que não corresponde à realidade. Não nota a perda de gordura subcutânea nem os ossos proeminentes.

Iludida por essa falsa imagem, imagina-se com excesso de peso e diminui obsessivamente a ingestão até que, num dado momento, não consegue mais comer. Como consequência, pode desenvolver problemas graves de saúde que chegam, às vezes, a ser fatais. A anorexia nervosa se manifesta especialmente nas mulheres, embora sua incidência esteja aumentando também nos homens.



**ANOREXIA NERVOSA** - Anorexia nervosa é um distúrbio alimentar resultado da preocupação exagerada com o peso corporal, que pode provocar problemas psiquiátricos graves. A pessoa se olha no espelho e, embora extremamente magra, se enxerga obesa. Com medo de engordar ainda mais, exagera na atividade física, jejua, vomita, toma laxantes e diuréticos. É um transtorno que se manifesta principalmente em mulheres jovens, embora sua incidência esteja aumentando também em homens. Às vezes, os portadores do transtorno chegam rapidamente à caquexia, um grau extremo da desnutrição. Pesquisas mostram que, nesses casos, o índice de mortalidade varia entre 15% e 20%.

**SINTOMAS** - São sintomas característicos da anorexia: perda exagerada e rápida de peso sem nenhuma justificativa (nos casos mais graves, o índice de massa corpórea chega a ser inferior a 17); recusa em participar das refeições familiares (anoréxicos alegam que já comeram e que não estão mais com fome); preocupação exagerada com o valor calórico dos alimentos (os pacientes chegam a ingerir apenas 200 kcal por dia); interrupção do ciclo menstrual (amenorreia) e regressão das características femininas; atividade física intensa e exagerada; depressão, síndrome do pânico, comportamentos obsessivo-compulsivos; visão distorcida do próprio corpo (apesar de extremamente magras, essas pessoas julgam estar com excesso de peso); pele muito seca e coberta por lanugo (pelos parecidos com a barba de milho).