

Estudiante: _____

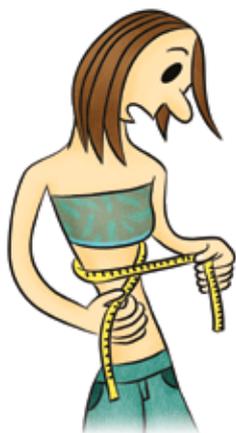
Grado y sección: _____



Recordamos

••• para obtener información literal del texto

1. **Relaciona** la anorexia y la bulimia con sus consecuencias. Para ello, **únelas** con líneas.



Pérdida de la menstruación	Irritación de garganta y glándulas salivales	Permanente sensación de frío
ANOREXIA		BULIMIA
Riesgo de ataque cardíaco	Pérdida de masa ósea	Deshidratación, debilidad y cansancio

2. **Marca** con un aspa (X) la alternativa correcta.

- ¿Cuál de los siguientes factores familiares podría influir en la aparición de un trastorno de alimentación?
 - Alta permisividad entre los padres.
 - Expectativas altas de padres sobre los hijos.
 - Relaciones abiertas y de confianza entre padres e hijos.
 - Problemas de comunicación entre hermanos varones y mujeres.
- ¿Cuál de los siguientes factores personales podría influir en la aparición de un trastorno de alimentación?
 - Sufrir de *bullying* en la escuela.
 - Tener confianza elevada acerca del aspecto propio.
 - La orientación sexual de la persona.
 - Pertener a una religión en particular.

3. **Recuerda** lo que suele decirse de los trastornos alimenticios y en cada caso **escribe** una V si la afirmación es verdadera o una F si es falsa.

- Pueden «contagiarse» entre amigos.
- Suelen iniciarse entre los 13 y los 18 años.
- La anorexia es mucho más riesgosa que la bulimia.
- La obesidad puede llevar a la muerte a quienes la padecen.
- El trastorno por atracón suele darse más entre varones que entre mujeres.

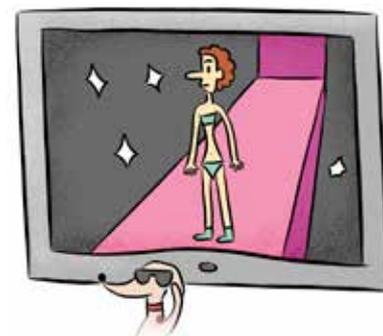


4. **Relaciona** cada uno de estos trastornos de alimentación con su concepto. Para ello, **únelos** con líneas.

- Anorexia ●
- Bulimia ●
- Vigorexia ●
- Ortorexia ●

- Obsesión por el estado físico que lleva a una excesiva práctica deportiva.
- Preocupación enfermiza por consumir comida sana.
- Condición que lleva a darse «atracones» de comida para luego eliminarla.
- Privación o limitación de alimentos por temor a aumentar de peso.

5. **Recuerda y explica:** ¿de qué manera los medios de comunicación pueden promover la aparición de los trastornos de alimentación.



Vemos más allá

● ● ● para inferir y construir interpretaciones

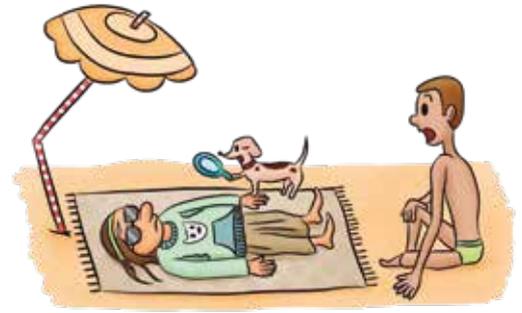
1. **Compara:** ¿qué diferencias significativas existen entre las conductas de una persona con anorexia y una con bulimia? **Explica** algunas en este cuadro.

Persona con anorexia	Persona con bulimia

2. **Observa** la siguiente imagen e **infiere:** ¿qué está sucediendo? ¿Cómo lo notas?



3. **Observa** la imagen y **interpreta**: ¿qué situación extraña puedes encontrar? ¿Qué explicación tiene?



4. **Lee** el siguiente caso y **infiere**: ¿el discurso de Mariana presenta algunos signos de alarma? ¿Lo relacionas con algún trastorno de alimentación?

Manuela está todo el tiempo quejándose de lo mal que come la gente. Platillos que a nosotros nos encantan, como el lomo saltado o el arroz con pollo, a ella le desagradan mucho, dice que tienen demasiada grasa. Para ella solo existen tres alimentos básicos: la lechuga, la zanahoria y la beterraga. Dice siempre que, para llevar una vida saludable, le basta con comer esto tres veces al día.



Valoramos lo leído

••• para evaluar el texto y opinar

1. **Argumenta**: ¿consideras que los medios de comunicación a los que sueles acceder (programas de televisión, *youtubers*, blogs, etc.) promueven estereotipos sobre el cuerpo? ¿Cómo notas esto? **Explica**.

2. **Argumenta**: ¿por qué crees que los trastornos de alimentación suelen aparecer en la adolescencia? ¿Qué características podrían hacer más vulnerable a un o una adolescente ante este tipo de problemas?

3. **Opina**: ¿cómo podrías ayudar a alguien que tuviera un trastorno de alimentación? ¿Qué pasos seguirías para esto?

4. **Reflexiona**: ¿consideras que en este libro son necesarios los recursos gráficos como diagramas, ilustraciones y cuadros? ¿De qué manera aportan a la comprensión de las ideas?



Si te gustó este libro, estos títulos te pueden interesar:
Ana Z, ¿a dónde vas?, de Marina Colasanti
Los increíbles Espeluznantes en la terrible vecindad, de Judith Allert
Nunca antes de dormir, de Verónica Samper
¡SOS! La Tierra se calienta, de Roberto Luciani