

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 ●
<b>ANOREXIA</b>		<b>BULIMIA</b>
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?

---



---



---



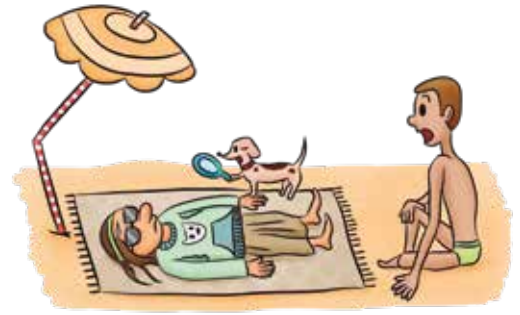
---



---



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