**ORTOREXIA NERVOSA : UMA NOVA VISÃO SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E TRANSTORNOS ALIMENTARES**

**João Pedro Feitosa Duarte¹; Edvaldo Moura Filho1; João Vitor Chaves Rosado Nunes1; Virginia Araújo Albuquerque2**

1Acadêmicos de Medicina da FAHESP/IESVAP

2Docente da disciplina de Saúde Mental do curso de Medicina da FAHESP/IESVAP

**INTRODUÇÃO:** A Ortorexia Nervosa(ON) é definida como pensamento obsessivo no que se refere ao consumo saudável de alimentos, propriedades e utensílios de cozinha. A ortorexia nervosa não é mencionada na nosografia psiquiátrica, ou seja não é indexada como doença. Embora atualmente não existam critérios formais de diagnóstico, foram desenvolvidas ferramentas de triagem para explorar as características. E mesmo tendo características específicas, existe uma sobreposição nos distúrbios alimentares e transtorno obsessivo compulsivo (TOC). Em contraste com os transtornos alimentares, as pessoas com ortorexia são obcecadas pela qualidade dos alimentos, em vez de quantidade e não se preocupam excessivamente com a silhueta, como no caso de pacientes com anorexia e bulimia nervosa. Os indivíduos fazem uma série de restrições e têm uma variedade de resultados psicológicos e sociais negativos. **OBJETIVO:** Investigar padrões dos hábitos alimentares e correlatos comportamentais e psicológicos. **MÉTODOS:** Trata-se de uma revisão bibliográfica, em que foram pesquisados artigos científicos indexados nas bases de dados: SciELO, Science Direct e Pubmed. Assim, foram selecionados artigos relacionados ao tema de ortorexia, publicados no ano de 2019. Os descritores utilizados foram: ortorexia, comportamento alimentar, transtornos da alimentação, transtorno obssessivo-compulsivo, alimentos saudáveis e seus respectivos sinônimos em inglês. **ANÁLISE CRÍTICA:** Considerada um termo recente e dificilmente compreendida, a ON é raramente abordada por profissionais da saúde e da alimentação, que têm como foco o ensino de uma alimentação saudável. Trata-se de um quadro que começa a ser discutido como um Transtorno Alimentar (TA), devido a sua abrangência e potencial gravidade. Os termos empregados pelos diferentes autores para definir ON foram fixação, obsessão e preocupação / preocupação. Vários adjetivos enfatizaram essas expressões (por exemplo, exagerada / excessiva, doentia, compulsiva, patológica, rígida, extremo, maníaco). A alimentação adequada e a dieta foram definidas de diferentes maneiras. A maioria dos artigos não estabeleceu os critérios de diagnóstico. Em alguns casos, uma tentativa de usar os critérios do DSM (edição IV ou 5) para anorexia nervosa ou medidas evitativas / restritivas distúrbio de ingestão alimentar, ou distúrbio dismórfico corporal, foi realizado.

**CONCLUSÃO:** O conhecimento sobre hábitos alimentares humanos e comportamento alimentar é essencial para avaliar o perfil nutricional de pessoas viciadas em produtos saudáveis. A ortorexia nervosa não pode ser rotulada como um novo distúrbio alimentar, pois não inclui os sintomas mais característicos da anorexia e bulimia nervosa. No entanto, como envolve distúrbios de hábitos alimentares, deve ser tratado como um distúrbio relacionado ao comportamento alimentar anormal inseparavelmente ligado ao obsessivo-compulsivo sintomas.

Palavras-chave: orthorexia, eating disorders, binge and healthy foods

**REFERÊNCIAS:**

ŁUCKA, Izabela et al. Orthorexia nervosa - a separate clinical entity, a part of eating disorder spectrum or another manifestation of obsessive-compulsive disorder? Psychiatria Polska, [s.l.], v. 53, n. 2, p.371-382, 30 abr. 2019. Komitet Redakcyjno - Wydawniczy Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego. http://dx.doi.org/10.12740/pp/onlinefirst/85729.

GORRASI, Ilaria Silvia Rossella et al. Traits of orthorexia nervosa and muscle dysmorphia in Italian university students: a multicentre study. Eating And Weight Disorders - Studies On Anorexia, Bulimia And Obesity, [s.l.], p.1-11, 17 set. 2019. Springer Science and Business Media LLC. http://dx.doi.org/10.1007/s40519-019-00779-5.

STRAHLER, Jana. Sex differences in orthorexic eating behaviors: A systematic review and meta-analytical integration. Nutrition, [s.l.], v. 67-68, p.1-34, nov. 2019. Elsevier BV. http://dx.doi.org/10.1016/j.nut.2019.06.015.

GRAMAGLIA, Carla et al. Orthorexia nervosa, eating patterns and personality traits: a cross-cultural comparison of Italian, Polish and Spanish university students. Bmc Psychiatry, [s.l.], v. 19, n. 1, p.1-11, 30 jul. 2019. Springer Science and Business Media LLC. http://dx.doi.org/10.1186/s12888-019-2208-2.

BARTHELS, Friederike; BARRADA, Juan R.; RONCERO, María. Orthorexia nervosa and healthy orthorexia as new eating styles. Plos One, [s.l.], v. 14, n. 7, p.1-16, 10 jul. 2019. Public Library of Science (PLoS). http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0219609.

GOUTAUDIER, Nelly; ROUSSEAU, Amélie. L’orthorexie : une nouvelle forme de trouble des conduites alimentaires ?. La Presse Médicale, [s.l.], p.1-7, out. 2019. Elsevier BV. http://dx.doi.org/10.1016/j.lpm.2019.07.005.