

**3ª
SÉRIE**

CANAL SEDUC-PI3



PROFESSOR (A):

**GEÓRGIA
SOARES**



DISCIPLINA:

**EDUCAÇÃO
FÍSICA**



CONTEÚDO:

REVISÃO



TEMA GERADOR:

**ARTE NA
ESCOLA**



DATA:

03.12.2019

ROTEIRO DE AULA



Educação Física

Professora Geórgia Soares

REVISÃO

1. Segundo os principais comportamentos alimentares podemos destacar como distúrbios alimentares, descreva.
2. Quais são os distúrbios de imagem?
3. O que é Anorexia Nervosa?
4. Qual a definição de bulimia?

5. Quais as forma de tratamento da anorexia e da bulimia?

6. Como podemos descrever a obesidade?

7. Quais as consequências da obesidade?

8. Como podemos prevenir a obesidade?

9. Defina sedentarismo e suas consequências.

10. O que é overtraining?

11. Como podemos classificar os esteroides?

12. O que são esteroides?

13. Quais os efeitos colaterais do uso dos anabolizantes?

14. Qual a finalidade dos esteroides?

RESPOSTAS

1. Anorexia, bulimia, obesidade.
2. Anorexia e vigorexia.
3. Distúrbio de imagem, a pessoa tem distorção da imagem, visualizando um perfil que não tem, como característica a magreza excessiva, uma necessidade de emagrecimento.
↗ n come
4. Distúrbio alimentar que tem como característica a compulsão alimentar, comer excessivamente e depois sentir um profundo arrependimento, provocando a retirada do alimento do corpo.
↗ come demais.

5. Acompanhamento médico, nutricional, psicológico e esportivo.
6. Maior causa de morte do mundo, ocasionada pelo acúmulo de peso excessivo, excesso de gordura corporal.
7. Aumento da pressão arterial, diabetes melitus, aterosclerose, derrame cerebral AVC, apneia do Sono, câncer de mama, câncer de próstata, câncer de intestino, disfunção metabólica.
8. O tratamento da obesidade pode ser feito com acompanhamento médico especializado, psicólogos e principalmente, com nutricionistas e profissionais de educação física, pois o mais importante e condicionante para adquirir aptidão física e melhoria em vários aspectos metabólicos afetados é importante a prática regular de exercícios físicos.