



# INFORMATIVO MENSAL

## NÚCLEO DE DIREITOS HUMANOS

### FACULDADE DE CIÊNCIAS FARMACÊUTICAS



Dezembro/2022

## É TEMPO DE PARAR OS “ FAT SHAMERS”

Baseado no texto de Yoni Freedhoff, It's Time to Shame the Fat Shamers ([https://www.medscape.com/viewarticle/972609?src=WNL\\_infocu11\\_220810\\_MSCPEDIT&uac=438305HJ&impID=4516150&faf=1](https://www.medscape.com/viewarticle/972609?src=WNL_infocu11_220810_MSCPEDIT&uac=438305HJ&impID=4516150&faf=1))

Fat shaming é um termo usado para a ação de expor uma pessoa com obesidade a um comentário ou situação que visa envergonhar. Além de tais comentários não levarem a pessoa à perda de peso, ele leva a mais vergonha e maior ganho de peso e um risco aumentado de depressão, ansiedade, baixa autoestima, imagem corporal ruim, abuso de substâncias, suicídio, comportamentos alimentares não saudáveis, alimentação desordenada, aumento da ingestão calórica, evitação de exercícios, diminuição da motivação para o exercício, potencialmente devido a reatividade aumentada do cortisol, proteína C reativa elevada e pressão arterial elevada. Enquanto isso, as pessoas com obesidade – provavelmente em parte devido a experiências negativas– relutam em discutir o peso com seus profissionais de saúde e são menos propensas a procurar atendimento médico. Quando o atendimento é procurado, as pessoas com obesidade são mais propensas a receber tratamento abaixo do padrão, incluindo menos exames preventivos de saúde, diminuição da educação em saúde e diminuição do tempo gasto em consultas.

Lembrem-se de que a obesidade não é uma escolha consciente. Embora existam estilos de vida que podem afetar o peso, vale a pena lembrar que o estilo de vida também é governado por milhares de genes e dezenas de hormônios. Aqueles que tentam apenas um "estilo de vida" para diminuir a obesidade estão nadando contra fortes correntes fisiológicas que influenciam nosso impulso de sobrevivência mais importante: comer.



### Dezembro Vermelho

A campanha marca uma grande mobilização nacional na luta contra o vírus HIV, a Aids e outras IST, chamando a atenção para a prevenção, a assistência e a proteção dos direitos das pessoas infectadas com o HIV.



Mais informações:  
<https://saopaulo.sp.gov.br/dezembrovermelho/>

### Deu Positivo



Conheça as histórias de pessoas que convivem com o vírus do HIV e lidam com estigmas e preconceitos que, até os dias atuais, rondam a causa.

[bit.ly/DeuPositivo](https://bit.ly/DeuPositivo)

### Conheça o NDH

Se quiser conversar com o NDH, procure diretamente algum dos nossos membros ou encaminhe mensagem para [nucleodireitoshumanosfcf@usp.br](mailto:nucleodireitoshumanosfcf@usp.br)

Todos os atendimentos feitos pelo Núcleo são sigilosos.