

## ADICÇÃO ALIMENTAR (PARAPATOLOGIA)

### I. Conformática

**Definologia.** A *adicção alimentar* é a ingestão compulsiva, insaciável e patológica de alimentos pela conscin, homem ou mulher, em detrimento dos valores nutricionais, podendo revelar distúrbios emocionais graves, desencadeados por fatores paragenéticos, genéticos, hormonais e / ou mesológicos.

**Tematologia.** Tema central nosográfico.

**Etimologia.** O termo *adicção* tem origem no idioma Latim, *addictus*, particípio de *addico*, “reduzir à escravidão uma pessoa livre”. Surgiu, provavelmente, antes do Século X. O vocábulo *alimento* deriva também do idioma Latim, *alimentum*, “alimento; mantimento; sustento”. As palavras *alimento* e *alimentar* apareceram no Século XVI.

**Sinonimologia:** 01. Viciação alimentar. 02. Dependência alimentar. 03. Drogadição alimentar. 04. Compulsão gastrossômica; voracidade alimentar. 05. Mania alimentar patológica. 06. Escravidão alimentar. 07. Bulimia; hiperfagia. 08. Transtorno alimentar compulsivo. 09. Glutonaria; gula. 10. Comilança.

**Neologia.** A duas expressões compostas *miniadicção alimentar* e *maxiadicção alimentar* são neologismos técnicos da Parapatologia.

**Antonimologia:** 1. Antiadicção alimentar. 2. Discernimento alimentar. 3. Parcimônia alimentar. 4. Comedimento alimentar. 5. Anorexia.

**Estrangeirismologia:** o *junk food*; o *fast food*; o *craving* alimentar; a dieta *trash* estadunidense.

**Atributologia:** predomínio dos sentidos somáticos, notadamente do autodiscernimento nutricional.

**Megapensologia.** Eis megapensene trivocabular relativo ao tema: – *Adicção alimentar mata*.

### II. Fatuística

**Pensologia:** o holopensene pessoal da antissomática; o holopensene pessoal da dependência; os patopensenes; a patopensenidade subcerebral; os minipenses; a minipensenedade; os entropenses; a entropensenedade; a falta de retilinearidade pensênica; o holopensene pessoal da obesidade; o fôrma holopensênica dos grandes banquetes da monarquia.

**Fatologia:** a *adicção alimentar*; o poder dos maus hábitos quanto à alimentação; a fissura pelo açúcar; as manipulações bioquímicas da indústria de alimentos; o *locus of control* externo; os restaurantes de rodízio; o almoço de domingo; o almoço de negócios; a dependência bioquímica; as alergias alimentares; o fator redutor do autodiscernimento; a profilaxia às pressões consumistas obnubilantes; o sobrepeso; a obesidade; a ampliação da circunferência abdominal; o *índice de massa corporal* (IMC); a obesidade mórbida; as cirurgias bariátricas; a autoimagem distorcida; o custo ambiental do consumismo; o custo social da *adicção alimentar*; as relações simbióticas alimentares; as instabilidades emocionais; a comilança disparada pela ansiedade; o predomínio do subcérebro abdominal; os bloqueios do umbilicohacra; a gratificação por anseios frustrados; o roedor humano; a fixação na fase oral do desenvolvimento; o egocentrismo infantil; o predomínio das irracionalidades alimentares; a fuga ao enfrentamento da intraconsciencialidade; o embotamento cognitivo; os prejuízos à memória; a ineficácia da leptina, o hormônio indutor da sensação de saciedade e do balanço energético homeostático; a eficácia da grelina, o hormônio indutor da sensação de fome; a insulina e a fome-rebote, consequência da queda da glicemia; a superficialidade nas análises quanto à nutrição e à saúde; a condição de algoz de si mesmo; a carência afetiva; a sublimação sexual; a ausência de reeducação alimentar; a obesidade infantil resultante da ig-

norância dos pais quanto à alimentação equilibrada; a propaganda de alimentos para crianças; o aliciamento alimentar infantil; a falta de posicionamento íntimo; as amizades ociosas carreando as festas e datas comemorativas; os avanços da gastronomia; o aliciamento do *comfort food*; a hipérfagia noturna; a escravidão às dietas.

**Parafatologia:** a falta da autovivência do estado vibracional (EV) profilático; os autassédios e os heterassédios conscienciais; as relações parassimbióticas; os estigmas paragenéticos; a parapsicose pós-dessomática; o resgate extrafísico através do cenário do banquete; o embotamento das parapercepções; o embotamento da sinalética energética e parapsíquica pessoal; o anti-extrapolacionismo parapsíquico; o efeito da paracirurgia nas parapatologias cronicificadas.

### III. Detalhismo

**Principiologia:** o princípio da autocura; o princípio do autodirecionamento pessoal; o princípio do exemplarismo pessoal (PEP); o princípio cosmoético alimentar.

**Codigologia:** a falta do código pessoal de Cosmoética (CPC), balizador da reciclagem intraconsciencial.

**Teoriologia:** a teoria do comportamento planejado; a teoria da reurbex.

**Tecnologia:** a técnica do comportamento planejado; a técnica da dupla evolutiva; a técnica de mais 1 dia sem excessos; a técnica da Higiene Consciencial; a técnica da autorreflexão de 5 horas; a técnica de mais 1 ano de vida intrafísica; a técnica da ação pelas pequenas coisas; a técnica da ação pelas prioridades.

**Voluntariologia:** os voluntários dos grupos anônimos de apoio; os voluntários conscienciómetras da CONSCIUS; os voluntários consciencioterapeutas da OIC.

**Laboratoriologia:** o laboratório conscienciológico do estado vibracional; o laboratório conscienciológico da proéxis; o laboratório conscienciológico da imobilidade física vígil (IFV); o laboratório conscienciológico da autorganização; o laboratório conscienciológico da Cosmoética; o laboratório conscienciológico da Pensenologia; o laboratório conscienciológico Serenarium.

**Colegiologia:** o Colégio Invisível da Consciencioterapia; o Colégio Invisível da Assistentiologia.

**Efeitologia:** o efeito da obesidade; o efeito das doenças metabólicas; o efeito sanfona; o efeito do índice glicêmico dos alimentos.

**Neossinapsologia:** a repetição das rotinas úteis levando à mudança para hábitos sadios e formação de neossinapses; as neossinapses das reciclagens intraconscienciais.

**Ciclogia:** o ciclo patológico da ansiedade-compulsão-culpa; o ciclo autoconsciencioterápico autoinvestigação-autodiagnóstico-autenfrentamento-autossuperação.

**Enumerologia:** a fome oculta; a fome imaginária; a boca nervosa; a orgia alimentar; o desleixo somático; o suicídio lento; a antissomática. A autodesafeição; a autodesatenção; o autoconstrangimento; a autopesquisa; a autorrecéxis; a autolucidez; o autodiscernimento.

**Binomiologia:** o binômio subcérebro abdominal-cérebro encefálico; o binômio carência-voracidade.

**Interaciologia:** a interação familiar; a interação mesológica; a interação soma-psicosoma; a interação conscin-consciex; a interação amparador-amparando.

**Crescendologia:** o crescendo patológico instintos subcerebrais-apetites psicossomáticos; o crescendo patológico ansiedade-compulsão da vida moderna superconsumista; o crescendo planeta-hospital-planeta-escola.

**Trinomiologia:** o trinômio necessidades somáticas-necessidades emocionais-necessidades mentaissomáticas.

**Polinomiologia:** o polinômio hoje-aqui-agora-já.

**Antagonismologia:** o antagonismo parapsiquismo sadio / bloqueios umbilicohacrais; o antagonismo evoluciente / paciente; o antagonismo evoluciente autoimperdoador / doente auto-complacente; o antagonismo comer para viver / viver para comer.

**Politicologia:** as *políticas de saúde pública antiobesidade*; as *políticas públicas de proteção à saúde*.

**Legislogia:** a *lei do menor esforço*; a *lei de causa e efeito*; as *leis da Fisiologia Humana*.

**Filiologia:** a tanatofilia.

**Fobiologia:** a sintofobia; a neofobia; a decidofobia; a recexofobia; a voliciofobia.

**Sindromologia:** a *síndrome do apetite excessivo*; a *síndrome do comer compulsivo*; a *síndrome do consumismo*; a *síndrome do ansiosismo*; a *síndrome da abstinência para fisiológica*; a *síndrome da ectopia afetiva (SEA)* nas escolhas alimentares; a *síndrome do vampirismo energético*; a *síndrome da abstinência da Baratrosfera (SAB)*.

**Maniologia:** a *consumomania*; a *cafeinomania*; a *chocolatomania*; a *enomania*; a *fagomania*; a *orexomania*; a *toxicomania*.

**Mitologia:** o *mito das dietas milagrosas*; o *mito dos alimentos diet-light*; o *mito da heterocura*; o *mito da saúde conquistada sem austeridades*.

**Holotecologia:** a *somatoteca*; a *nosoteca*; a *nutroteca*; a *terapeuticoteca*; a *consciencioteca*; a *volicioteca*; a *consciencioterapeuticoteca*; a *traforoteca*; a *trafaroteca*; a *cosmoeticoteca*.

**Interdisciplinologia:** a *Parapatologia*; a *Subcerebrologia*; a *Consciencioterapia*; a *Autodiscernimentologia*; a *Autoconsciencioterapia*; a *Parafisiologia*; a *Autopenologia*; a *Reeducação*; a *Endocrinologia*; a *Nutrologia*.

#### IV. Perfilologia

**Elencologia:** a *conscin evoluciente*; a *consener*; a *conscin lúcida*; a *isca humana lúcida*; o *ser desperto*; o *ser interassistencial*; a *conscin enciclopedista*.

**Masculinologia:** o *chocólatra*; o *bulfímico*; o *faminto*; o *glutão*; o *nutricionista*; o *agente retrocognitor*; o *amparador intrafísico*; o *autodecisor*; o *intermissivista*; o *compassageiro evolutivo*; o *completista*; o *conscienciólogo*; o *conscienciômetra*; o *consciencioterapeuta*; o *macrossômata*; o *conviviólogo*; o *duplista*; o *duplólogo*; o *proexista*; o *proexólogo*; o *reeducador*; o *evoluciente*; o *exemplarista*; o *intelectual*; o *reciclante existencial*; o *inversor existencial*; o *tenepessista*; o *ofixista*; o *parapercepciólogo*; o *pesquisador*; o *projedor consciente*; o *tertuliano*; o *verbetólogo*; o *voluntário*; o *tocador de obra*; o *homem de ação*.

**Femininologia:** a *chocólatra*; a *bulfímica*; a *faminta*; a *glutona*; a *nutricionista*; a *agente retrocognitora*; a *amparadora intrafísica*; a *autodecisora*; a *intermissivista*; a *compassageira evolutiva*; a *completista*; a *consciencióloga*; a *conscienciômetra*; a *consciencioterapeuta*; a *macrossômata*; a *convivióloga*; a *duplista*; a *duplóloga*; a *proexista*; a *proexóloga*; a *reeducadora*; a *evoluciente*; a *exemplarista*; a *intelectual*; a *reciclante existencial*; a *inversora existencial*; a *tenepessista*; a *ofixista*; a *parapercepcióloga*; a *pesquisadora*; a *projedora consciente*; a *tertuliana*; a *verbetóloga*; a *voluntária*; a *tocadora de obra*; a *mulher de ação*.

**Hominologia:** o *Homo sapiens anxius*; o *Homo sapiens emotionalis*; o *Homo sapiens autocorruptus*; o *Homo sapiens subcerebralis*; o *Homo sapiens bulimicus*; o *Homo sapiens parathologicus*; o *Homo sapiens immaturus*; o *Homo sapiens irrationalis*.

#### V. Argumentologia

**Exemplologia:** *miniadicção alimentar* = o hábito da *comilança no churrasco de domingo regado à cerveja*; *maxiadicção alimentar* = a *compulsividade diária pela ingestão de comida na condição de obeso mórbido*.

**Culturologia:** a *cultura da sociedade de consumo*; a *cultura do quanto mais, melhor*; a *cultura da lógica de mercado*; a *cultura da drogadição*; a *cultura do contexto familiar enquanto reforçador da adicção alimentar*.

**Terapeuticologia.** Pela *Cosmovisiologia*, eis, na ordem alfabética, 10 ações a serem consideradas na remissão da adicção alimentar:

01. **Autodisciplina:** a força da vontade; a *lei do maior esforço*; o automonitoramento consciencial; a autodisciplina holossomática; a *inteligência evolutiva* (IE).

02. **Autorganização:** o registro alimentar diário; a contagem de carboidratos; a leitura do rótulo dos alimentos.

03. **Consciencioterapia:** a heterajuda; a autocura; o arco voltaico craniochacral; a Impactoterapia Cosmoética; a Projeციioterapia; a Autoconsciencioterapia.

04. **Cuidados somáticos:** a autopercepção somática; os sinais da saciedade; a noite de sono bem dormida; o peso adequado; o antissedentarismo; o suplemento nutricional adequado; o tratamento fitoterápico.

05. **Dietas:** a *dieta* do Mediterrâneo; a *dieta* dos pontos; a *dieta* isenta de glúten; a *Dietary Approaches to Stop Hypertensions* (DASH); a *dieta* frutariana.

06. **Domínio energético:** o EV; a autodefesa energética; o predomínio do coronochakra sobre o umbilicochakra.

07. **Equilíbrio íntimo:** a desrepressão emocional; a estabilidade emocional; a desrepressão sexual; a autestima sadia.

08. **Grupo de apoio:** os *Comedores Compulsivos Anônimos* (CCA); os *Vigilantes do Peso*; os *Codependentes Anônimos* (CoDA).

09. **Planejamento:** o programa 5 porções ao dia, proposto pela *Organização Mundial da Saúde* (OMS); o planejamento alimentar diário; a pirâmide dos alimentos básicos à nutrição saudável; o discernimento aplicado as escolhas alimentares.

10. **Rotina útil:** a mudança de hábitos alimentares arraigados; o *binômio meta-recompensa*; o programa de treinamento repetitivo enquanto *técnica para mudança de hábitos ou atitudes não sadias*.

## VI. Acabativa

**Remissiolgia.** Pelos critérios da *Mentalsomatologia*, eis, por exemplo, na ordem alfabética, 15 verbetes da *Enciclopédia da Conscienciologia*, e respectivas especialidades e temas centrais, evidenciando relação estreita com a adicção alimentar, indicados para a expansão das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Antiadicção:** Autoconsciencioterapia; Homeostático.

02. **Antifisiologia Humana:** Parafisiologia; Nosográfico.

03. **Antissomática:** Somatologia; Nosográfico.

04. **Autocídio:** Parapatologia; Nosográfico.

05. **Autocura:** Consciencioterapia; Homeostático.

06. **Autodiscernimento alimentar:** Mentalsomatologia; Homeostático.

07. **Autorremissão avançada:** Autoconsciencioterapia; Homeostático.

08. **Defeito desfeito:** Autorrecoxologia; Homeostático.

09. **Evoluciente:** Consciencioterapia; Homeostático.

10. **Omniterapeuticologia:** Paraterapeuticologia; Homeostático.

11. **Redutor do autodiscernimento:** Holomaturologia; Nosográfico.

12. **Rotina útil:** Intrafisiologia; Homeostático.

13. **Saúde física:** Autoconscienciometrologia; Homeostático.

14. **Toxicomania:** Parapatologia; Nosográfico.

15. **Vício:** Etologia; Nosográfico.

## **IMPORTA À CONSCIN MAIS LÚCIDA AVALIAR AS SUTILEZAS DO HÁBITO ALIMENTAR PESSOAL, IDENTIFICANDO EXCESSOS ARRAIGADOS NA AUTOMANIFESTAÇÃO, CONDIÇÃO POSSÍVEL DE SER MELHORADA OU SUPERADA.**

**Questionologia.** Você, leitor ou leitora, apresenta alguma adicção alimentar? Quais técnicas vem empregando para superá-la?

### **Filmografia Específica:**

1. **A Comilança.** **Título Original:** *La Grande Bouffe*. **País:** França; & Itália. **Data:** 1973. **Duração:** 125 min. **Gênero:** Comédia dramática. **Idade** (censura): 18 anos. **Idioma:** Francês; & Italiano. **Cor:** Colorido. **Legendado:** Inglês; & Português (DVD). **Direção:** Marco Ferreri. **Elenco:** Marcello Mastroianni; Michel Piccoli; Philippe Noiret; Ugo Tognazzi; Andréa Ferréol; Solange Blondeau; Florence Giorgetti; Michèle Alexandre; Monique Chaumette; Henri Piccoli; Louis Navarre; Bernard Menez; Cordelia Piccoli; & Maurice Dorléac. **Produção:** Vincent Malle. **Desenho de Produção:** Michel de Broin. **Direção de Arte:** Michel Broin. **Roteiro:** Rafael Azcone; & Marco Ferreri. **Fotografia:** Mario Vulpiani. **Música:** Philippe Sarde. **Montagem:** Claudine Merlin; & Gina Pignier. **Figurino:** Gitt Magrini. **Edição:** Claudine Merlin; & Gina Pignier. **Companhia:** Films 66; Mara Films; & Capitolina Produzioni Cinematografiche. **Distribuidora:** ABKCO Films Inc. **Outros dados:** Vencedor do Prêmio da Crítica Internacional no Festival de Cinema da Cannes. **Sinopse:** Quatro homens de meia-idade e bem sucedidos decidem se refugiar em mansão para cumprir a missão de comer até morrer.

2. **Super Size me – A Dieta do Palhaço.** **Título Original:** *Super Size me*. **País:** EUA. **Data:** 2004. **Duração:** 98 min. **Gênero:** Documentário. **Idade** (censura): Livre. **Idioma:** Inglês. **Cor:** Colorido. **Legendado:** Português (DVD). **Direção:** Morgan Spurlock. **Elenco:** Morgan Spurlock; Alexandra Jamieson; & Daryl Isaacs. **Produção:** Morgan Spurlock. **Desenho de Produção:** Morgan Spurlock. **Direção de Arte:** Joe the Artist. **Roteiro:** Morgan Spurlock. **Fotografia:** Scott Ambrozy. **Música:** Steve Horowitz e Michael Parrish. **Montagem:** Stela Geogieva; & Julie “Bob” Lombardi. **Efeitos Especiais:** PIXAN.com. **Companhia:** Kathbur Pictures. **Outros dados:** O diretor Morgan Spurlock teve a ideia de rodar *Super Size Me* quando, viu na TV matéria jornalística sobre duas garotas adolescentes, as quais estavam processando o McDonald's por torná-las obesas. **Sinopse:** O diretor Morgan Spurlock decide ser a cobaia da experiência de se alimentar apenas em restaurantes da rede McDonald's, realizando neles três refeições ao dia por 1 mês. Durante a realização da experiência o diretor fala sobre a cultura do *fast food* nos Estados Unidos, além de mostrar em si mesmo os efeitos físicos e mentais provocados por esses tipos de alimentos.

### **Bibliografia Específica:**

1. **Machado,** Cesar; **A Importância do Auto-Enfrentamento na Autoconsciencioterapia;** Artigo; *Anais da V Jornada de Saúde da Consciência e II Simpósio de Autoconsciencioterapia;* Conscientia; Revista; Trimestral; Vol. 12; N. 1; 1 *E-mail;* 29 enus.; 5 refs.; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC); 2008; páginas 7 a 17.

2. **Takimoto,** Nario; **Princípios Teáticos da Consciencioterapia;** Artigo; *Anais da IV Jornada de Saúde da Consciência;* *Journal of Conscientiology;* Revista; Trimestral; Vol. 9; N. 33-S; 29 enus.; 1 microbiografia; 3 tabs.; 29 refs.; *International Academy of Consciousness* (IAC); London; September, 2006; páginas 11 a 28.

3. **Vicenzi,** Siomara; **Enfrentamento da Auto-Sabotagem através do Traforismo;** Artigo; *Anais do I Simpósio de Autoconsciencioterapia;* Revista; Trimestral; 10 enus.; 1 microbiografia; 12 refs.; *Organização Internacional de Consciencioterapia* (OIC); & *Associação Internacional Editares;* Foz do Iguaçu, PR; 2007; páginas 113 a 123.

4. **Vieira,** Waldo; **Homo sapiens pacificus;** revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.584 p.; 24 seções; 413 caps.; 403 abrevs.; 38 *E-mails;* 434 enus.; 484 estrangeirismos; 1 foto; 37 ilus.; 168 megapensenes trivocabulares; 1 microbiografia; 36 tabs.; 15 *websites;* glos. 241 termos; 25 pinacografias; 103 musicografias; 24 discografias; 20 cenografias; 240 filmes; 9.625 refs.; alf.; geo.; ono.; 29 x 21,5 x 7 cm; enc.; 3ª Ed. Gratuita; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC); & *Associação Internacional Editares;* Foz do Iguaçu, PR; 2007; páginas 571 a 675.

5. **Idem;** **Homo sapiens reurbanisatus;** revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.584 p.; 24 seções; 479 caps.; 139 abrevs.; 12 *E-mails;* 597 enus.; 413 estrangeirismos; 1 foto; 40 ilus.; 1 microbiografia; 25 tabs.; 4 *websites;* glos. 241 termos; 3 infográficos; 102 filmes; 7.663 refs.; alf.; geo.; ono.; 29 x 21 x 7 cm; enc.; 2ª Ed.; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2003; páginas 513, 601, 674 e 770.

**Webgrafia Especifica:**

1. WHO, Fruit and Vegetable Promotion Initiative – report of the meeting. World Health Organization, Geneva, 25–27 August 2003. Disponível em:<[http://www.who.int/dietphysicalactivity/publications/f&v\\_promotion\\_initiative\\_report.pdf](http://www.who.int/dietphysicalactivity/publications/f&v_promotion_initiative_report.pdf)>; acesso em: 20.01.13.

R. C.