

LOS TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA

Los trastornos de conducta alimentaria

Vivimos en un mundo en el que recibimos imágenes y mensajes sobre el cuerpo que muchas veces no se corresponden con la diversidad corporal existente en nuestra sociedad. A los adolescentes les preocupa su aspecto físico y algunos se sienten acomplejados con su cuerpo y eso puede conllevar trastornos de la conducta alimentaria.

Padres y madres pueden contribuir a que no desarrollen estos trastornos favoreciendo la autoestima y actitudes sanas en relación a la alimentación y el aspecto físico. Si observa que su hijo o hija pueda estar desarrollando una alteración de sus conductas alimentarias, es importante que intervenga y busque atención médica adecuada cuanto antes.

¿Qué es la anorexia?

La anorexia es una patología severa, potencialmente mortal, que suele comenzar en la adolescencia, fundamentalmente en torno a la pubertad (aunque puede presentar signos antes) Se caracteriza por el ayuno, el temor a la ganancia de peso y una excesiva pérdida del mismo, con las consecuencias que acarrea. Se manifiesta de manera más frecuente en chicas que en chicos.

¿Qué es la bulimia?

La bulimia se inicia de una manera parecida a la anorexia nerviosa, reduciendo la cantidad de comida ingerida o eliminando determinados alimentos de la dieta habitual, pero en lugar de continuar con un ayuno mantenido, quienes padecen de bulimia comienzan a darse atracones incontrolables para después autoinducirse el vómito, abusar de laxantes, ayunar o hacer ejercicio físico excesivo con el objetivo de no aumentar de peso.

Recuerda: Conversa con tu hijo o hija sobre lo que les gusta o no de su propio cuerpo y ayúdalas a reforzar su autoestima para prevenir estos trastornos.

Apoyo:



Socios:

