

PROBLEMAS CON LA COMIDA

TRANSTORNO DE CONDUCTA ALIMENTARIA

A nivel mundial,
en 2 décadas la
TASA DE PREVALENCIA
(Prácticamente se ha duplicado)
**Del 3.4%
al 8,0%**

70%
De los **ADOLESCENTES**
de ambos sexos,
NO SE SIENTEN A GUSTO
con su cuerpo

94%
de las pacientes son
MUJERES de 12 A 36 años
aunque cada vez hay más
hombres y otros grupos
de edad

TIPOS

Anorexia

- Miedo excesivo a engordar
- Reducción de la ingesta de comida
- Pérdida de peso (delgadez extrema)
- Imagen distorsionada de sí misma
- Pérdida de regla

Bulimia

- Episodios incontrolables de ingesta excesiva de comida
- Excesiva culpa después del atracón
- Intentos de compensar los episodios (vómitos, ayunos, ejercicio compulsivo)

Trastorno por atracón

- Necesidad incontrolable de consumir grandes cantidades de comida
- NO hay intentos de compensar los episodios de atracón
- Suelen tener sobrepeso

CONSECUENCIAS

- Problemas de salud graves
- Depresión y ansiedad.
- Pensamientos o conductas suicidas.
- Problemas en el crecimiento y el desarrollo.
- Problemas sociales y en las relaciones.
- Consumo de sustancias adictivas.
- Problemas en el trabajo y la escuela.
- Muerte.

¿CÓMO SABER SI TENGO UN TCA?

- ¿Estoy constantemente pensando en la comida, mi peso o mi cuerpo?
- ¿La comida me genera ansiedad?
- ¿Intento comer lo menos posible?
- ¿Me aterroriza la idea de engordar?
- ¿Suelo darme atracones de comida?
- ¿Hago excesivo deporte o vomito?

Si la respuesta a la mayoría de estas preguntas es **SÍ**,
es importante
BUSCAR AYUDA.

JUVENTUD

AYUNTAMIENTO DE,
ALCORCÓN

