

EL 30 DE NOVIEMBRE

es el día internacional de la
lucha contra los trastornos de
la conducta alimentaria (TCA)

Por lo tanto, este mes estaremos
hablando del origen de la
enfermedad.

LOS

TCA

tienen una base biopsicosocial, en donde el cuerpo, la mente y el entorno sociocultural de quien los padece se ve afectado.

Psic. Ana Lucía Morales

LA ENFERMEDAD SE DESARROLLA DEBIDO A

3

FACTORES PRINCIPALES:

- Factores predisponentes: aquellos que aumentan el riesgo de padecer un TCA. Esto son sociales, familiares, genéticos e individuales.
- Factores precipitantes: aquellos que detonan la aparición de la enfermedad. Estos son la pubertad, insatisfacción corporal, conductas alimentarias de riesgo, situaciones estresantes.
- Factores perpetuantes: aquellos que hacen que el trastorno se mantenga. Estos son conductas compensatorias, la estructura familiar, aislamiento, problemas en el estado de ánimo.

FACTORES QUE INFLUYEN EN LA CONDUCTA:

Cultura
occidental

El consumismo y la imagen son una gran presión social para el individuo, con un mensaje oculto que pareciera decir que mientras más muestras al mundo y posees de éste, más eres..

Psic. Ana Lucía Morales

LA IMAGEN

de uno mismo pareciera que se vendiera como producto para los demás y esto es un gran peso a llevar.

Psic. Ana Lucía Morales

FACTORES QUE INFLUYEN EN LA CONDUCTA:

Adolescencia

En esta etapa se busca comprender un mundo que no entiendes, en un cuerpo que está en constante cambio con emociones que están explotando.

Psic. Ana Lucía Morales

FACTORES QUE INFLUYEN EN LA CONDUCTA:

Redes sociales

La imagen dicta que se debe tener un cuerpo con ciertas medidas, en donde se encuentran cuerpos editados con una etiqueta de perfección..

Psic. Ana Lucía Morales

FACTORES QUE INFLUYEN EN LA CONDUCTA:

Cultura de
la dieta

Llevar al cuerpo a un estado de dieta severa, sacada muchas veces de páginas de internet o de nutricionistas holísticos, lleva al cuerpo a un estado de desnutrición severo.

Psic. Ana Lucía Morales

FACTORES QUE INFLUYEN EN LA CONDUCTA:

Red de
apoyo

padres sumamente estrictos y amigos/pareja/familia que califican a la persona severamente teniendo poca atención en el cuidado de las emociones de la persona.

Psic. Ana Lucía Morales

EL FISIÓLOGO

ANCEL KEYS

en los años 50s realizó un estudio en el cual se midió los efectos secundarios de pasar estados prolongados de hambre. Los resultados que se adquirieron fueron: impulsos irrefrenables a tener atracones, sobre todo de carbohidratos y grasas, apetito insaciable, obsesión con la comida, fuertes deseos de estimulantes, depresión, ansiedad y comportamientos compulsivos (Coral, 2017).

Psic. Ana Lucía Morales

LOS TRASTORNOS

DE
LA

conducta alimentaria

son formados de creencias
que afectan el autoestima.

Psic. Ana Lucía Morales

EL TCA

surge de la necesidad de poder controlar algo. Se crea una mala relación con la comida y el cuerpo para poder hacer frente a emociones y pensamientos que no se pueden dominar.

Psic. Ana Lucía Morales

CREAMOS NUESTRO

MUNDO

INTERNO

a través de creencias, ideas que, así como las hicimos parte de nosotros, también se pueden erradicar pidiendo ayuda.

Psic. Ana Lucía Morales

SI TE SIENTES IDENTIFICADO

con las siguientes conductas o conoces de alguien que lo presenta, no dudes en buscar apoyo: Los trastornos de la conducta alimentaria sólo son una expresión de algo interno a trabajar y con mutua cooperación y compromiso se puede salir adelante.

Psic. Ana Lucía Morales

PREOCUPACIÓN POR EL CUERPO Y EL PESO

- Pensamientos obsesivos y/o compulsivos acerca de la comida.
- Preocupación excesiva por bajar de peso.
- Ansiedad por comer.
- Atracones constantes hasta sentirse física y emocionalmente disconforme.
- Traslado de emociones hacia la comida.
- No querer comer.
- Formas de purgación por culpa de los alimentos ingeridos.
- Baja autoestima.
- Uso de la báscula para pesarse constantemente.
- Necesidad de ingerir ciertos alimentos compulsivamente.
- Rumiación de alimentos.

Psic. Ana Lucía Morales

EN
APTA

contamos con profesionales de la salud que te pueden ayudar a llevar un proceso terapéutico integrativo, estamos para servirte.

Psic. Ana Lucía Morales

LOS
TCA

NO SON
un juego

Psic. Ana Lucía Morales

LA RECUPERACIÓN

ES
POSIBLE

Psic. Ana Lucía Morales