

Los Trastornos de *Conducta Alimentaria*

pueden ser muy confusos y muchas veces están rodeados de MITOS. En las siguientes publicaciones se aclararán algunos de los mitos más comunes.



Nutr. Lila Bellizzia

Mito sobre los Trastornos Alimentarios

**SON UNA
ELECCIÓN**



Nutr. Lila Bellizzia

Realidad

Son enfermedades mentales que cursan con complicaciones médicas, psiquiátricas y familiares que condicionan su evolución, NO son una simple elección.

Son varios los factores causales, entre ellos: genética, personalidad, estrés, influencias culturales, familiares.



Mito sobre los Trastornos Alimentarios

ES SOLO UNA
FASE DE
la vida

Nutr. Lila Bellizzia

Realidad

Es un trastorno evolutivo, puede empezar en la conducta, derivar en aspectos físicos y terminar en un estado grave.



Mito sobre los Trastornos Alimentarios

**SON PARA
PERSONAS
superficiales**

Nutr. Lila Bellizzia

Realidad

No es verdad, en la conformación de la enfermedad influyen aspectos biológicos y psicosociales que se mezclan para expresarse como un determinado cuadro clínico.



Mito sobre los Trastornos Alimentarios

**SON PARA
PERSONAS**
superficiales

Nutr. Lila Bellizzia

Realidad

La insatisfacción con el cuerpo es una manifestación frecuente entre las mujeres especialmente en el mundo occidental, y exposición a los dictámenes de moda, medios masivos y patrones del contexto familiar aumentan el riesgo.

La persona podría moverse desde la manifestación de un malestar e inconformidad con el cuerpo a un trastorno mental, pero esto no quiere decir que las personas sean vanidosas o superficiales.



Mito sobre los Trastornos Alimentarios

**SE PUEDEN DIAGNOS-
TICAR BASADOS
SOLAMENTE EN
*peso y/o apariencia***

Nutr. Lila Bellizzia

Realidad

Aunque la mayoría de las personas clínicamente diagnosticadas con anorexia tienen bajo peso o han perdido una cantidad considerable de peso, las personas que sufren bulimia, de trastorno por atracón o TCANE pueden tener un peso normal, o incluso sobrepeso.



anorexia

Mito sobre los Trastornos Alimentarios

**SOLO AFECTAN
A MUJERES**



Nutr. Lila Bellizzia

Realidad

Las mujeres están más expuestas a ser objeto de mayor presión social y publicidad adelgazante, por lo tanto son más propensas a desarrollar conductas de riesgo como dietas. Es cierto que el porcentaje es más alto en mujeres, pero 1 o 2 hombres de cada 10 mujeres también lo presenta..



Mito sobre los Trastornos Alimentarios

**SOLO LA
ANOREXIA ES
peligrosa**



Nutr. Lila Bellizzia

Realidad

Los trastornos de la conducta alimentaria son enfermedades multicausales que poseen una característica distintiva específica: Presencia de alteraciones nutricionales. Cada uno es peligroso y trae consigo alteraciones distintas.



Mito sobre los Trastornos Alimentarios

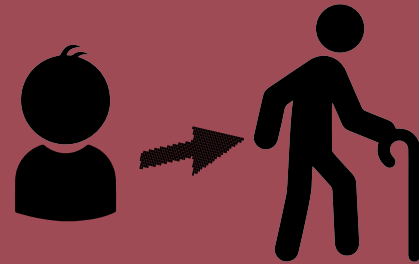
**SOLO SE PUEDEN
DESARROLLAR EN
la adolescencia**



Nutr. Lila Bellizzia

Realidad

Es común que se desarrollen en la adolescencia por la etapa de transición biológica/social. Pero la edad no es una barrera para la aparición de los trastornos de conducta alimentaria. Desde la infancia hasta la vejez, la relación con la comida pueden ser expresión de un malestar interno o con el ambiente.



Mito sobre los Trastornos Alimentarios

**LOS PADRES SON
LOS culpables**

Realidad

Son muchos los factores que influyen para que un trastorno se presente, los padres no son los culpables pero la familia sí es de los factores protectores más importantes para la recuperación de los pacientes.

Nutr. Lila Bellizzia

Mito sobre los Trastornos Alimentarios

**ES SOLO LA
COMIDA**



Realidad

Es algo mucho más profundo que los pacientes expresan con los alimentos. Los TCA se alojan en sistemas vulnerables al estrés, la “solución” a la molestia, incomodidad, angustia o dolor a través del control de la ingesta, peso o imagen terminan generando la configuración de un trastorno.

Nutr. Lila Bellizzia

Mito sobre los Trastornos Alimentarios

UNA VEZ QUE LOS SÍNTOMAS FÍSICOS HAN MEJORADO, LA PERSONA ESTÁ curada

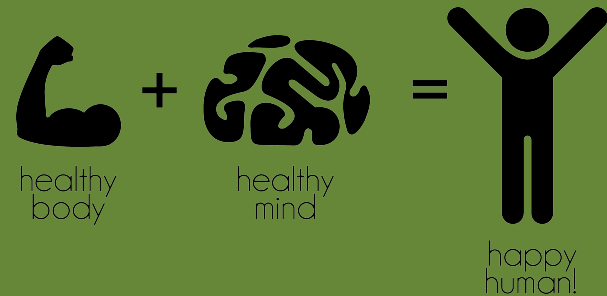
Nutr. Lila Bellizzia

Realidad

Recuperar el peso NO significa haberse recuperado de un trastorno alimentario.

Si el problema de raíz no está resuelto, seguramente las conductas volverán.

La intervención debe realizarse desde un enfoque bio-psico-social e integral, esto implica un autocuidado consciente de buena salud psíquica y física.



Mito sobre los Trastornos Alimentarios

**SON ENFERMEDADES
CONTAGIOSAS**

Nutr. Lila Bellizzia

Realidad

No lo son, pero es común que entre las adolescentes se transmitan ideología y conductas de riesgo (dietas, ritos..)



FUNDACIÓN
APTA
ATENCIÓN PSICOLÓGICA DE TRASTORNOS ALIMENTARIOS