

LA PREVENCIÓN Y LA DETECCIÓN PRECOZ ES VITAL

SEÑALES DE ALARMA

- Iniciar dietas sin control de un profesional sanitario.
- Controlar el contenido calórico de los alimentos.
- Ocultar la comida en servilletas, ropa... para luego tirarla
- Jugar con la comida (cortar la comida en trozos muy pequeños)
- Aumentar el ejercicio físico.
- Cambios en el rendimiento académico.
- Vomitar y/o utilizar laxantes, diuréticos.
- Cambios del carácter: irritabilidad, tristeza, desinterés por la vida...
- Aislamiento social.

Si percibes que se dan varios de estos factores en alguien de tu entorno, **presta atención, y ante la duda... consúltanos.**

Estos trastornos **exigen un tratamiento integral:** psicológico, psiquiátrico y médico, además de la implicación directa de la familia.

QUIÉNES SOMOS APATCA

Somos una Asociación sin ánimo de lucro, formada por madres, padres, familiares, y profesionales; que pretende prevenir los trastornos del comportamiento alimentario y ayudar a quienes los padecen, o conviven con ellos.

EL APOYO DE LA FAMILIA ES PRIMORDIAL, te podemos ayudar.

QUÉ HACEMOS

- Informamos y orientamos acerca del trastorno y su impacto familiar y social.
- Contribuimos a la promoción y defensa de las personas afectadas o vulnerables ante estos trastornos (adolescentes, mujeres...).
- Promocionamos y difundimos en los medios de comunicación y entre los agentes sociales todos los aspectos relacionados con las enfermedades, al objeto de sensibilizar a los y las profesionales de la salud, educación, servicios sociales, con el fin de impedir o detener el desarrollo del trastorno.

SI DESEAS MÁS INFORMACIÓN:

Horario de atención:

Solo con cita previa LUNES de 10:30 a 13:00 y

JUEVES de 11:30 a 13:30 y 18:00 a 20:00

Lugar: Avda. Padre Isla, 57 A

Teléfono: 638824312

Correo electrónico: apatca.leon@gmail.com

Nº de cuenta: 3035 0286 36 2860010647



**¿te sientes
bien con
tu cuerpo?**

“Es una enfermedad, no es un capricho; quién sufre es la persona enferma y su entorno familiar”

TCA MÁS FRECUENTES

¿Por qué se llega a estas enfermedades?

TCA (Trastornos del Comportamiento Alimentario)

Son enfermedades graves propias de la cultura occidental que no se curan solas, pero sí se pueden curar;

Factores socioculturales:

- Culto a la delgadez extrema.
- Asocia la delgadez con el éxito y la felicidad
- Hay una discriminación entre personas delgadas y con sobrepeso en numerosos trabajos.
- La moda está diseñada para cuerpos con una delgadez ¿enfermiza?
- Adversidades y situaciones estresantes: (separación de los padres/madres, fallecimiento de un familiar, pérdida de una relación afectiva, cambio de amistades...)

Factores individuales y biológicos:

- Predisposición genética
- Baja autoestima
- La propia adolescencia
- Vulnerabilidad personal, miedo a madurar, a la autonomía, excesiva autoexigencia y sentido de la responsabilidad.

ANOREXIA NERVIOSA:

Pérdida progresiva de **peso** hasta llegar en ocasiones a un estado de grave **desnutrición** que es provocado por el/la propio/a paciente a través de una disminución de ingesta, o el uso de medidas como (vómito auto-inducido, uso de laxantes, diuréticos...)

Rasgos:

- Perfeccionismo extremo en todos los ámbitos de su vida.
- Autoestima baja.
- Obsesión por mantener extrema delgadez.
- Rechazo a los alimentos.
- Hiperactividad.
- Pánico a engordar
- Distorsión de la imagen corporal.
- (Amenorrea) Ausencia de la menstruación.
- Derivado de la desnutrición: Frialdad de manos y pies, caída de cabello, insomnio...
- Cambios del carácter, irritabilidad, agresividad, tristeza, aislamiento...

BULIMIA NERVIOSA:

Se caracteriza por la presencia de **atracones**; esto es, episodios de ingesta de grandes cantidades de alimento en un espacio corto de tiempo y con sentimiento de **pérdida de control**; seguido de **culpa** lo que conlleva a comportamientos compensatorios: **vómitos, utilización de laxantes, diuréticos...**

Rasgos:

- Pérdida del control de ingesta de alimentos, con periodos de ayuno prolongados.
- Rasgos obsesivos acerca de la imagen corporal y perfección en muchos ámbitos de su vida, pero con tendencia a la frustración por el fracaso inmediato y a realizar actos impulsivos compensatorios: compras, atracones de comida, promiscuidad, otros consumos...
- Cambios del carácter, irritabilidad, agresividad, tristeza...

