



Para asistencia médica y/o psicológica podés acudir a:

- CAPS y Policlínicas cercanas a tu domicilio
- CEPTA Centro Provincial de Trastornos Alimentarios

 Lamadrid 623 - S.M. de Tucumán

 (0381) 4203055

 381 5278767

 cepta.maimonides@gmail.com

 cepta.maimonides.tuc

 @msaludtuc

 Ministerio de Salud Pública Tucumán

 www.msptucuman.gov.ar

 Salud Escucha 0800 4444 999



TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA

TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA



La bulimia y anorexia son trastornos mentales que afectan los hábitos de alimentación, produciendo graves problemas a la salud mental y física de las personas que lo padecen.

Estos trastornos se caracterizan por la distorsión de la imagen corporal. El miedo ante la gordura o la flacidez de las formas corporales lleva a la persona a imponerse un límite por debajo del cual debe mantener su peso.

CONSEJOS DE PREVENCIÓN

- » Consultá a un especialista antes de empezar una dieta, sobre todo si se encuentra en periodo crítico (etapa de crecimiento, embarazo, entre otros).
- » Acudí a la consulta cuando se observe una baja de peso de manera brusca.

- » Acompañá en el proceso de recuperación.
- » Promové una alimentación saludable y la realización de actividad física.
- » Promové la aceptación de su cuerpo.
- » Evitá que las publicidades y la promoción de la moda influyan y atenten contra la autoestima personal.

Si observás en alguna persona cercana a tu entorno todos o algunos de estos síntomas, son signos de alerta de los trastornos de la conducta alimentaria:

Controla su peso de manera excesiva y se obsesiona por las calorías ingeridas.	Presenta cambios de carácter e irritabilidad.
Se aísla de su entorno familiar o amistades.	Come grandes cantidades en poco tiempo.
Baja de peso de manera brusca o está muy delgada/o.	Pasa muchas horas realizando actividad física.