



Gateway to Hope

Training Program of HHCI

Trastornos de La Alimentación

¿Qué son los Trastornos Alimentarios?

- Una enfermedad grave que causa interrupciones graves en las conductas alimentarias de una persona debido a obsesiones con la comida, el peso corporal y la forma

Tipos de Trastornos Alimentarios

- **Anorexia nerviosa**
- **Bulimia nerviosa**
- **Trastornos por atracón**

¿Qué es la anorexia nerviosa?

- La anorexia nerviosa es un miedo irracional a aumentar de peso
 - Como resultado, la ingesta de alimentos se restringe a cantidades muy pequeñas de ciertos alimentos, lo que puede hacer que alguien se vuelva peligrosamente delgado

Conozca los síntomas

- Restricciones extremas para comer
- Delgadez anormal
- Miedo intenso a subir de peso
- No estar dispuesto a mantener un peso saludable
- Una búsqueda incesante de la delgadez
- Imagen corporal distorsionada

Efectos a largo plazo de La Anorexia

- Adelgazamiento de los huesos
- Debilidad muscular
- Cabello y uñas quebradizas
- Piel seca
- Crecimiento de vello en el cuerpo
- Estreñimiento severo
- Presión arterial baja
- Daño cerebral
- Daños por calor
- Insuficiencia orgánica
- Baja temperatura corporal interna
- Sensación de lentitud y cansancio
- Esterilidad

¿Qué es La Bulimia Nerviosa?

- La bulimia nerviosa son episodios recurrentes y frecuentes de ingesta de cantidades inusualmente grandes de alimentos y falta de control sobre estos episodios
- A estos atracones les sigue un comportamiento de purga, como vómitos forzados, uso excesivo de diuréticos, ayuno o ejercicio excesivo

Conozca los síntomas

- Inflamación crónica de la garganta
- Glándulas salivales inflamadas en el cuello y la mandíbula
- Sensibilidad dental y caries
- Reflujo ácido
- Malestar e irritación intestinal
- Deshidratación severa
- Desequilibrio electrolítico

¿Qué es El Trastorno por Atracón?

- El atracón es un patrón de alimentación desordenada que consiste en episodios de alimentación incontrolable
- Durante un atracón, una persona consume una cantidad excesiva de comida rápidamente

Conozca los síntomas

- Comer cantidades inusualmente grandes de alimentos
- Comer cuando no tienen hambre
- Comer rápido durante los episodios de atracones
- Comer hasta sentirse incómodamente lleno
- Comer solo o en secreto
- Sentirse angustiado o avergonzado por comer
- Dietas frecuentes