

¿Tiene una preocupación relacionada con un trastorno alimentario?

Más del 10 % de la población sufre trastornos alimentarios: esta es la segunda enfermedad mental más mortal. La buena noticia es que, con una detección temprana y un tratamiento adecuado, la recuperación es posible. Si los siguientes signos le resultan familiares, recomendamos una evaluación por parte de un prestador médico.



Con la comida

- Evita comer con familia o en grupos.
- Va al baño (incluyendo la ducha) inmediatamente después de las comidas.
- Rigurosidad en torno a ingredientes, marcas, preparaciones de alimentos o utensilios.
- Una larga historia de ser “quisquilloso” con la comida, lo cual empeoró con el tiempo.



Con actividades

- Hace ejercicio intenso pero sin alegría.
- Lo impulsa el ejercicio: hace ejercicio incluso estando enfermo o en malas condiciones climáticas.



Medicamento

- Sufre desmayos, debilidad y deshidratación.
- Tiene dolor de estómago frecuente u otras molestias gastrointestinales.
- Sufre lesiones por hacer ejercicio (por ejemplo, fractura por tensión).
- Sufre de la ausencia del período o períodos irregulares (para mujeres que menstrúan).



Estado de ánimo

- No demuestra mucha emoción.
- Se frustra fácilmente, está de mal humor.
- Se molesta si la rutina cambia, o se muestra preocupado o temeroso.



Pensamientos

- Se critica a sí mismo por comer o no hacer ejercicio.
- Tiene un deseo continuo de recibir aprobación sobre apariencia física.
- Teme asfixiarse, tener vómitos, dolor o enfermarse después de comer.



Socialmente

- Pasa menos tiempo con amigos, compañeros y familiares.
- Es incapaz de expresar o describir emociones.