

1. Trastornos de Conducta Alimentaria.



Los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) son enfermedades muy serias, asociadas a una significativa morbilidad y mortalidad. No tienen cura, pero su recuperación ante un tratamiento se clasifican en:

- ✓ **Remisión parcial:** El paciente sigue con conductas alimentarias alteradas.
- ✓ **Remisión total:** El paciente ya no presenta conductas alimentarias alteradas.

2. Anorexia nerviosa.



Es el deseo/obsesión por la delgadez y una alteración del comportamiento alimentario caracterizado por:

- ✓ Miedo extremo a la ganancia de peso excesiva.
- ✓ Realización de dietas restrictivas y bajas en calorías.

3. Bulimia nerviosa.

Es cuando una persona presenta episodios de ingesta exagerada de alimentos en periodos cortos de tiempo, acompañadas de conductas compensatorias inapropiadas de manera repetida.



4. Trastorno por atracón.

Se caracteriza por episodios recurrentes de atracones y cada episodio de atracón se determina por:

- ✓ Ingestión en un periodo determinado de una cantidad superior a lo que se ingeriría.
- ✓ Sensación de falta de control sobre lo que se ingiere durante el episodio.



SESIÓN 7:

“EMOCIONES Y CONDUCTAS DE RIESGO”

5. Programas sobre TCA.



El abordaje preventivo de los TCA se lleva a cabo desde 3 niveles:

Prevención primaria: Tiene como objetivo reducir la incidencia del trastorno previniendo la aparición de nuevos casos.

Prevención secundaria: Busca disminuir la prevalencia de casos para evitar la cronicidad y aparición de secuelas.

Prevención terciaria: Intenta disminuir las secuelas y daños asociados al trastorno.

6. Imagen corporal saludable.



La imagen corporal es la representación mental y consciente que cada individuo construye y percibe de su cuerpo, esta es influenciada por múltiples elementos como los perceptivos, cognitivos, conductuales, emocionales y culturales.

Depende del autoconcepto y de la autoestima de cada individuo, por lo que es considerada móvil y variable durante la vida.

7. Autoestima y habilidades sociales.

La autoestima es entendida como el conjunto de pensamientos y sentimientos que un individuo tiene acerca de su propio valor.

Las habilidades sociales son aquellos comportamientos o conductas específicas y necesarias para interactuar y relacionarse con el otro de forma efectiva y exitosa.



8. Prevención.

Es indispensable trabajar en:

Autoestima: Trabajar en las emociones, sentimientos y sensaciones dirigidas a uno mismo.

Imagen corporal: Trabajar en la representación mental que se tiene sobre el propio aspecto físico.

