# Trastornos de conducta alimentaria ... información real.

Sein
CENTRO DE TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA

## ¡Atención! Si te has topado con información sobre Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) en Internet, ¡detente!

Existe una avalancha de datos imprecisos y mal explicados por ahí, pero no te preocupes, estamos aquí para ayudarte a entender todo lo que necesitas saber de manera clara y honesta. No importa si ya has escuchado sobre estos trastornos antes o no, nuestra guía te llevará de la mano y sobretodo de una forma totalmente honesta, para que comprendas todo lo relacionado con los TCA de una forma fácil y accesible.

Al final, estarás equipado con el conocimiento que necesitas para distinguir los hechos de la ficción y tener una comprensión precisa de estos trastornos. **¡Prepárate para descubrir todo lo que necesitas saber! Bienvenid@ al Ebook SEIN!**

Antes de comenzar, es fundamental que sepas exactamente qué son estos términos. ¡No te preocupes! Te lo explicaremos de una manera clara y sencilla, para que tengas una comprensión completa de ambos conceptos. **En este ebook descubrirás todo lo que necesitas saber sobre los TCA y las CAR, y cómo diferenciarlos de manera precisa y efectiva.** ¡Comencemos!

| TCA | CAR |
| --- | --- |
| Conjunto de síntomas que permanecen durante un tiempo específico y **se convierten en una enfermedad grave que requiere un tratamiento multidisciplinario.**<br><br>Es diagnosticado generalmente por un psiquiatra o especialista en el área. | Uno o más síntomas que puede tener una persona relacionados con su forma de convivir con la comida y su cuerpo y que **pueden desencadenar un TCA.** |

- Los dos requieren atención y tratamiento.
- Se tratan diferente
- Entre más temprano lo identifiques en ti u otras personas será más facil salir de la situación. **¡No esperes!**

**OJO:** Si piensas que la anorexia y la bulimia son los únicos trastornos que existen, **te llevarás una sorpresa.**

**Existen al menos 8 Trastornos de la conducta alimentaria (TCA en adelante) y te los describiremos a continuación:**

## Anorexia Nerviosa:

- Le llamamos asi a la restricción en la ingesta de calorías.
- Debido a lo anterior llegas a una pérdida significativa de peso, hasta límites insanos.
- Puedes tener alteración en su imagen corporal, lo que quiere decir que percibes tu cuerpo distinto a como realmente es.
- Tienes un miedo excesivo a ganar de peso.

## Bulimia Nerviosa:

- Tienes constantemente una sensación de pérdida de control sobre la alimentación.
- En consecuencia comes una cantidad grande de comida en un periodo corto de tiempo.
- Sensación de compensar esa ingesta.
- En consecuencia puedes llegar a usar purgativos, laxantes, vómito, ejercicio excesivo, etc.

## Trastorno por Atracón:

- Es uno de los trastornos más comunes, pero que increíblemente, casi no llega a los consultorios.
- En este trastorno sientes constantemente que pierdes el control de los alimentos y llegas a comer ua gran cantidad de comida en un periodo corto de tiempo.
- Algo muy importante que debes saber, es que el Atracón puede ser un trastorno en sí mismo o parte de otros trastornos.
- Es un círculo vicioso.