

Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo Instituto de Ciencias de la Salud Área Académica de Psicología Cuerpo Académico de Salud Emocional

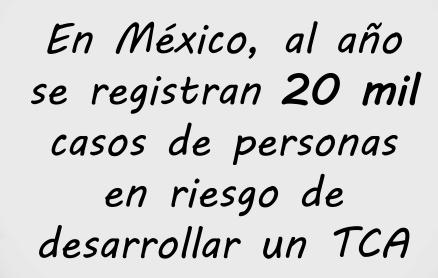


Mariela Guadalupe Atanacio-Ruiz, Antonio Isaac Durán-Sánchez,
María Leticia Bautista-Díaz, Rubén García-Cruz y

David Jiménez-Rodríguez

Día Mundial de Acción por los Trastornos Alimentarios (ICSa-UAEH)

Los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) son una alteración psicológica caracterizada por comportamientos alimentarios inadecuados como dietas restrictivas, ayunos prolongados, uso de laxantes, atracones alimentarios, entre otros, basados en el miedo excesivo a subir de peso·



La imagen corporal es el cómo creemos ser a partir de normas culturales. No ajustarse a dichas normas puede conducir a la insatisfacción corporal.

Personas con un TCA suelen realizar conductas alimentarias de riesgo para controlar su figura o imagen corporal·

En muchos casos con TCA, las personas suelen tener dificultad para identificar, describir y expresar emociones como el enojo, alegría, miedo, tristeza, sorpresa o aversión. Por ello, deben recibir apoyo psicológico para el TCA y desarrollar la autoregulación emocional.

¿Conoces a alguien que pueda presentar síntomas de TCA? ¡NO HAGAS JUICIOS! Oriéntal@ para acudir con un psicólogo especialista

Correo: maria_bautista@uaeh·edu·mx

