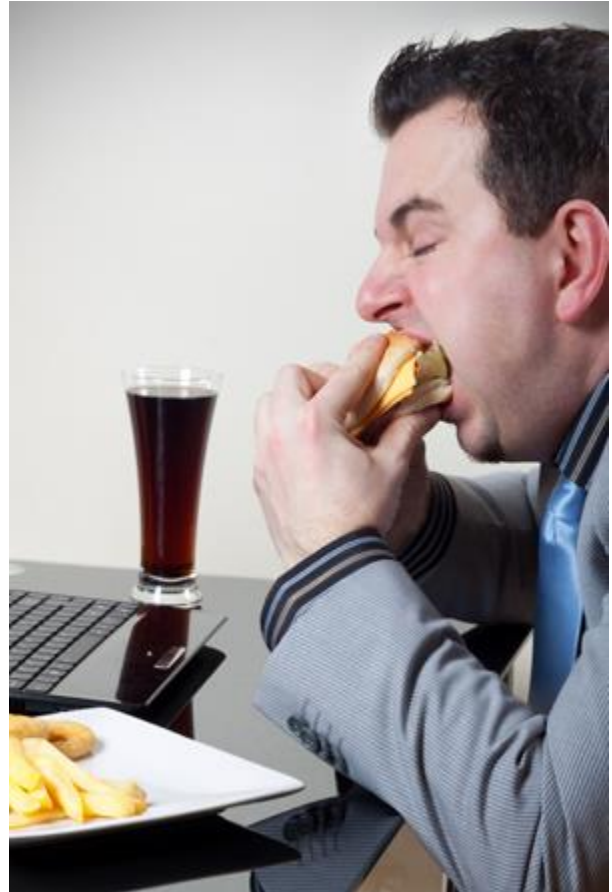


## MITOS FRECUENTES ACERCA DE LOS TRASTORNOS ALIMENTARIOS



Con respecto a los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) como Anorexia y Bulimia Nerviosa, existen múltiples creencias falsas que interfieren con la búsqueda oportuna de tratamiento especializado. He aquí algunos de estos mitos:

**LOS TRASTORNOS ALIMENTARIOS NO SON ENFERMEDADES, SON "CAPRICHOS"** : En realidad, los TCA son enfermedades complejas con gran cantidad de manifestaciones tanto médicas como psiquiátricas. De hecho, las Clasificaciones Internacionales de Enfermedades las incluyen en la categoría de Enfermedades Mentales por el gran sufrimiento y grado de perturbación que ocasionan en la persona. La obsesión por la delgadez o el temor a engordar suele interferir en la posibilidad de tener un funcionamiento normal, se convierte en el tema central alrededor del cual gira la vida del paciente. Además de las complicaciones derivadas de la malnutrición, las personas con TCA se deprimen más, son más ansiosas o más impulsivas.

**LOS TCA SON UNA ELECCIÓN QUE HACEN ALGUNAS PERSONAS EXCESIVAMENTE VANIDOSAS:** Las personas no eligen tener un TCA. Lo desarrollan con el tiempo, generalmente después de iniciar una dieta restrictiva o dietas de choque, no indicada por un médico o profesional de nutrición. Si esto ocurre en presencia de una vulnerabilidad genética y rasgos de temperamento como rigidez, perfeccionismo, obsesividad y ansiedad, la probabilidad de desarrollarlo es mucho mayor.

**LOS TCA OCURREN SOLO EN MUJERES:** Los hombres también pueden sufrir un desorden alimentario. Aunque la presentación es más frecuente en las mujeres, hoy en día se registra un caso en varones por cada 6 mujeres. Sin embargo, la cifra puede ser aún mayor teniendo en cuenta que los hombres consultan menos por estos motivos.

**LOS HOMBRES CON DESORDENES ALIMENTARIOS SUELEN SER "GAYS":** La preferencia sexual no tiene nada que ver con desarrollar un TCA.

**LA ANOREXIA NERVIOSA ES EL ÚNICO DESORDEN ALIMENTARIO GRAVE:** Esto no es cierto. Aunque la mortalidad de la Anorexia es mayor, las personas con Bulimia pueden hacer complicaciones tan graves como una arritmia cardíaca, una ruptura del esófago o alteraciones severas por el abuso de laxantes.

**LA ANOREXIA Y LA BULIMIA SON ENFERMEDADES DE PERSONAS JÓVENES:** Aunque aparecen con mayor frecuencia durante la adolescencia, también pueden aparecer en la mitad o el final de la vida. Las mujeres mayores en procesos de separación o divorcio, o las que enfrentan duelos asociados con el proceso de envejecimiento o la ida de los hijos del hogar, pueden ser vulnerables.