

# Trastorno de la conducta alimentaria (TCA)

Trastorno asociado a un tipo de alteración en la conducta alimenticia. Este tipo de comportamientos van desde un consumo excesivo de ingesta hasta una falta, casi total, de la misma.

Se engloba dentro de trastorno mental porque la paciente se ve con una imagen distorsionada de su cuerpo, es decir, tiene una percepción errónea de su cuerpo

## Salud mental

### Tipos de TCA

**Trastorno por Atracones.** Alteración que consiste en episodios bulímicos frecuentes, sin el uso extremo de métodos para controlar el peso. Se pueden asociar a comer mucho más rápido de lo normal, seguir comiendo a pesar de sentirse desagradablemente llena, comer una gran cantidad de comida, a pesar de no tener sensación de hambre, y sentirse disgustada con sí misma, deprimida o con sensación de gran culpabilidad tras el episodio.

**Trastorno Evitativo/Restrictivo de la Ingesta Alimentaria.** Falta de interés o evitación por la comida en general, o por algunos alimentos concretos. Se debe principalmente a una mala experiencia (e.j. atragantamiento), a la repulsión de ciertos alimentos o a la fobia social de comer en público. Al contrario que los trastornos anteriores, este tipo, en concreto, no suele estar asociado al miedo al aumento de peso.

*"Los trastornos alimentarios suelen ser más presentes en mujeres que en hombres. La proporción de hombres que presentan trastornos alimentarios es de 1 por cada 9 mujeres"*

Fuente: Associació contra l'Anorèxia i la Bulmia . Art.: "¿Qué son los TCA?"

### Recursos

**CopCyl.** Colegio Oficial de Psicología de Castilla y León

Correo electrónico: dcleon@cop.es

Correo electrónico: copcyl2@cop.es

Teléfono: 983 21 03 29 / Fax: 983 21 03 21

Skype: copcyl-va

Hangouts: psicologia.copcyl@gmail.com (exclusivo videoconferencia, no e-mail)

Página Web: <https://www.copcyl.es/>



La clave para el bienestar físico, mental y emocional: Escucha atentamente lo que dice tu cuerpo y acude a tu médico/a de familia