



Institución: Universidad Del Sureste “Matutino”

Asignatura: Psicología y Retos Nutricionales

Tema: Ensayo De Hasta Los Huesos

Docente: Nefi Alejandro Sánchez Gordillo

Alumno(a): Sandra Ramos Solis

3°Cuatrimestre 2°Parcial

3-06-22. Tapachula Chiapas.

11-06-22

Introducción.

Los trastornos de conducta alimenticia ha sido un problema para los adolescentes, ya que ellos ha sido los mas afectados sobre comentarios malos o por nuestra propia familia con sus malos cometarios que nos hace decaer en un mal estado, hemos visto muchos casos sobre personas que sufre trastornos y de como va cayendo en un pozo sin salida, hasta los huesos es una película basada en todas las personas que tiene un trastorno alimenticio y se identifica con los personajes, en la película se desarrolla situaciones muy fuertes como la perdida de un bebe estado pasado por la anorexia un trastorno que nos matas lentamente o mejor dicho nosotros nos provocamos por no ingerir alimentos o evitarlo de una manera muy restringida, también como influye la familia mientras estamos pasando por momentos así, lo que mas queremos es ser escuchados y tener atención por nuestros padres no ser abandonados por ellos o llegar ha ser rechazados por nuestros seres queridos, tener un trastorno conlleva sufrir mucho y no solo por tener un trastorno si no por sentirnos suficientes con nosotros mismos, hasta los huesos nos hace ver la realidad de la vida sobre lo que llega a pasar a nuestra sociedad, esto es el principio de el final pero para poder llegar hasta el final tenemos que llegar al principio y para poder cumplir con eso debemos empezar por aquí conociendo un poco de lo mucho que llega a pasar las personas con distintos trastornos alimenticios, los trastornos alimenticios no solo es la anorexia nerviosa ya que también existe subtipos de anorexia nerviosa y es la anorexia restrictiva y está la anorexia atracón-purgativa, la bulimia nerviosa, el trastorno por atracón y el trastorno por evitación y restricción de la ingesta de alimentos, tener algunos de estos trastornos no es nada fácil, cada uno se va desarrollado de diferente manera, algunos trastornos son letales que nos lleva hasta muerte o nos provoca consecuencias muy graves, ya problemas de salud graves, pero más adelante veremos como podemos para salir de un trastorno alimenticio y que no nos lleve hasta muerte y así poder salir de esto, poder llegar a conocer la realidad de todo lo que conlleva el poder salir de el pozo que nosotros mismos nos hundimos nunca se ha dicho que va hacer fácil pero tampoco difícil, el poder sanar y volver ha ser tú, uno se siente mas vivo que nunca, así que acompañe a descubrir

los que llega a pasar las personas con trastornos alimenticias y hasta los huesos nos hará conocer la realidad de lo que llegan a vivir con esos trastornos.

Hasta los huesos

Quien ha dicho que vivir con un trastorno alimenticio ha sido fácil para afrontar, la verdad nadie, hasta los huesos es una historia de una chica de 20 años que tiene anorexia nerviosa y se encuentra con un médico poco convencional, que la ofrece ayudarla ofreciéndole que se una a un grupo de apoyo que la reta a enfrentar su condición y volver a la vida. Muchos sabemos que tener un TCA no es nada fácil ya que nos conlleva estar demasiados delgados o llegar a enfermedades graves, un trastorno común para la mayoría de los adolescentes es la anorexia nerviosa ya que es potencialmente mortal ya que se caracteriza por un peso corporal demasiado bajo ya que las personas que padecen este trastorno tiene una percepción distorsionada de su peso o de la figura corporal que llegar a tener, las personas con estos trastornos hace todo lo posible para poder controlar su peso y la figura corporal, lo que frecuentemente les llega afecta de manera importante en la salud o en las actividades cotidianas, así como Ellen, una chica que se pasa contando cuantas kilocalorías tiene cada comida que consume al día, hace ejercicio extremadamente diario, toma como medicamentos para adelgazar o algo así, ella es una chava con padres divorciados, tiene a su madrastra Susan que la ayudan a afrontar su trastorno alimenticio, su padre de Ellen es una persona ausente que casi nunca esta con ella y su madre es lesbiana que sufre de bipolaridad y que casi no esta con su hija y su media hermana Kelly apoya a Ellen pero no es lo mismo, ya que ella necesitan el apoyo de sus padres, Susan hace lo posible para poder ayudarla en lo que necesitan, Susan hizo lo posible para poder conseguir una cita con el Doctor William Beck para que la puedan tratar y ver que se puede hacer para sacar a Ellen de el pozo que ella misma se hundió, el doctor le insiste para que se una a un programa de pacientes que igual esta pasando por lo mismo que ella, pero ellos sufren distintos trastornos de conducta alimenticia que también la están pasando mal, Pearl es una chica que esta pasando por lo mismo que Ellen el trastorno de anorexia, pero Pearl tiene una sonda nasogástrica para poder ingerir el alimento y tiene un suero, Ellen comete el error de decir que el suero tiene 1500 kcal y Pearl se mortifica en saber las calorías que contiene ese suero y empieza a llorar y a sufrir, después Luke trata de ayudarla, Luke es un joven gay bailarín que se ha lesionado su rodilla como efecto secundario de la desnutrición, Luke desgraciadamente no podrá continuar su sueño de bailarín profesional a pesar de estar en proceso de remisión del padecimiento. Tracy una adolescente joven que muestra los estragos de la desnutrición en una regresión del desarrollo físico mostrándose mas como una niña, en la que es evidente que se ha detenido su crecimiento físico y emocional.

Después tenemos a Chloe que es una chica que esta embarazada que sigue purgándose y por ello tiene un aborto espontaneo que es una escena demasiado fuerte para todos los espectadores. Anna es una chica bulímica que solo se la pasa vomitando todo lo que consume, llega a tener atracones y después siente esa culpa y por eso se provoca el vomito de maneras muy feas. Ellen y sus 5 compañeros sufren trastornos diferentes, pero estar en la misma situación el no poder conservar el alimento ingerido, dejar de comer o comer y provoca el vomito o llegar a caer en una desnutrición severa. Debemos de darnos cuenta que se sufren al tener un trastorno que nosotros mismos nos provocamos, pero a veces llegamos a caer en un pozo profundo por nuestros propios familiares con sus comentarios malos que nos llega a dar, cosas, por ejemplo; estas muy gorda, ¿en serio te vas a comer eso?, ¿No crees que es mucha grasa?, ¿Ya intentaste hacer ejercicio?, todos esos son comentarios muy nefastos, comentarios que nos llega afecta y nosotros empezamos a crear ideas tontas de nuestro cuerpo y por eso empezamos con dietas muy restrictivas como dejar de comer o empezar a contar cuantas calorías contiene los alimentos, nos empezamos a obsesionar con las calorías que no debemos de consumir. Ellen es un gran ejemplo de todo lo que se llega a pasar por tener un trastorno alimenticio, los demás personajes secundarios también son ejemplos de la realidad que llegar a pasar, esta película tiene un propósito muy grande y es el poder que nosotros conozcamos todo lo que las personas sufren día con día. Me faltó menciona sobre Kendra una joven chica con sobrepeso, se logra ver su mínima ingesta con los alimentos y lo que se llegar a ver es que se alimenta de mantequilla de cacahuete y que se llega a dar atracones cuando siente esa necesidad, lobo es una chica que esta encargada de vigilar a los chicos, que no vomite, que no tome medicamentos que no deba y que no guarde la comida todo por no quererla comer, también se llega a ver que cada cosa que ellos logre hacerla bien o cumplir con una meta, llega a suma puntos y eso es bueno ya que les permite un premio, como el poder salir a cine o hacer otras cosas que uno quiera, es grupo de ayudar que hace todo lo posible para poder salir adelante cada día que pase, por que son ellos mismos que logra admirar sus propios logros que teniendo durante los meses y así se dan cuenta que puede salir de un el pozo profundo que ellos mismos se hundieron y ahora esta saliendo a la superficie para darse cuenta que vale la pena vivir, que cada segundo que respire es un momento mas de vida. Ellen a pesar de todo los obstáculos ella logra salir de ahí y darse cuenta que cada momento que pase es un día de vida, darnos cuenta en la ultima parte donde Ellen queda tirada en la tierra y con un sol super fuerte ella siente la necesidad de querer estar con vida otra vez. Hasta los huesos donde sobrellevar una TCA no es nada fácil.

Conclusión

Hasta los huesos película que nos hace ver la realidad de las personas que sufren trastornos alimenticios y de como si logra salir, en la mayoría de el mundo siempre se sufre estos trastornos de la alimentación, hasta los huesos me enseñó muchas cosas y de la triste realidad que las personas llega a sufrir por estos TCA, Ellen me enseñó que si se pueden salir adelante si uno mismo se lo propone todo esta de uno mismo y del apoyo que tengamos de nuestra familia, ya que ellos son el motor de nuestra vida, esa esperanza que tenemos cuando ni nosotros mismos lo podemos llegar a ver, ellos logra ver una luz en nosotros mismos, tener un TCA no es fácil es un momento muy difícil son trastornos que nos puede ocasionar la muerte y todo por que nosotros mismos lo llegamos a provocar y todo por dejar de comer, pero nosotros mismos nos creamos ideas tonta como decir que estamos demasiados gordos o que toda la comida que llegamos a consumir tiene demasiada calorías y que no harías daño, cuando las cosas no son así, el comer no es malo, a veces tenemos ideas tontas que el comer es malo cuando la realidad de las cosas no es así, podemos consumir todo lo que nosotros queramos pero tener una porción adecuada para consumir ese alimento, no crear dietas muy extremas que casi nos puede matar, provocamos el vomito tampoco es nada vomito todo por sentimos una culpa horrible, cosa que solo nos provoca lastimarnos de una manera no adecuada y todas esas ideas la llegamos a tener por las personas que nos dice cosas de nuestro cuerpo o las super modelos que muestra en la televisión, en la televisión nos vende una imagen super cool y nosotros lo empezamos a crear, todo lo que vemos queremos inténtalo, cuantas personas no muere por los trastornos alimenticios son muchas y todo por no ser tratadas o no tener el apoyo suficiente de su familia, a veces somos duras con las personas que tiene un TCA, a veces las criticamos de una manera fea, por ejemplo; debes de comer más, ¿crees que estado delgado te veras bien?, siempre llegamos a herir a las personas con comentarios muy feos hacia ellos, tenemos que tener empatía con ellos, ellos la pasa mal por tener un TCA y de apoyarlos, los juzgamos somos seres vivos que sentimos y debemos de tener un poco de empatía con ellos y no ser así de cruel, tuve una amiga que estuvo en los mismos zapatos que Ellen, pero Ellen tuvo el apoyo de su madrastra mientras mi

amiga no tuvo el apoyo de nadie, su propia familia le tiraba malos comentarios y hasta sus amigos mas cercanos, yo me entere de su situación mas adelante y fue doloroso el no poder hacer nada para ayudarla, como ella debía, vino teniendo apoyo de su familia cuando la vieron demasiado mal, hasta que extremos tenemos que llegar para darnos cuenta de como una persona nos llega a necesita, así como ella sufrió como Ellen fue un gran camino que tuvo que recorrer para poder salir de ese pozo profundo y poder llegar hasta la superficie. Gracias Ellen y personajes secundarios que gracias a ustedes me llevo una gran enseñanza, una película que te hace llorar y a la vez sonreír un poco.

Personajes Y Sus Trastornos Alimenticios

Ellen: Anorexia Nerviosa

Luke: Desnutrición severa

Anna: Bulimia Nerviosa

Kendra: Problemas de atracones

Chole: Anorexia Nerviosa

Pearl: Anorexia Nerviosa

Tracy: Estragos De Desnutrición