



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

NOMBRE DEL ALUMNO: Mayreni Morales Perez

NOMBRE DEL TEMA: Trastornos alimenticio

NOMBRE DE LA MATERIA: Comunicación Oral

NOMBRE DEL PROFESOR (A): Lourdes Abarca Figueroa

NOMBRE DE LA LICENCIATURA: Administración y estrategias en negocios

1ER CUATRIMESTRE

TRASTORNOS ALIMENTICIOS

Las enfermedades mentales que afectan el cuerpo de muchas personas y de las cuales no se toma la importancia que debería se caracterizan principalmente por la insatisfacción de nutrientes que necesita el individuo lo cual se origina por pensamientos distorsionados respecto a la comida y su cuerpo. Los trastornos alimenticios son enfermedades crónica y progresivas que a pesar de que se manifiestan a través de la conducta alimentaria en realidad consisten en muchos síntomas de los cuales prevalece una alteración o distorsión de la autoimagen corporal el temor a subir de peso y la adquisición de una serie de estereotipos que sin duda alguna la sociedad ha normalizado. Existe un sinnúmero de estereotipos que se han incrustado de forma involuntaria en la mayoría de los jóvenes o personas la publicidad es parte de ello al mostrarnos cuerpos perfectos sin darnos cuenta nos idealizamos y dejamos de lado la realidad.

El trastorno de la alimentación es una enfermedad que causa grandes afectaciones en la dieta de las personas como llegar a comer cantidades muy pequeñas o comer en exceso, lamentablemente esta enfermedad no tiene en si una etapa en específico puede llegar a afectar a adolescentes, adultos incluso niños ya sean hombres o mujeres, algunos de los trastornos alimenticios mas comunes son la Anorexia que la obsesión por lucir cada vez más delgados, la Bulimia que son los ataques de voracidad extrema, donde la persona come mucho, luego siente culpa y se provoca vómitos para no engordar. Se caracterizan principalmente por hábitos incontrolados o impulso por consumir alimentos mas allá de lo normal. Aunque esto puede comenzar ya sea por preocupaciones por la comida y peso las razones van mucho mas allá de solo la comida las personas con trastorno alimenticio utilizan la comida o control de ella para compensar los sentimientos y emociones que de otra manera no pueden llenar o no tienen el apoyo y ayuda necesaria para algunos la dieta, los atracones de comida pueden empezar como una forma para lidiar con las emociones dolorosas y para sentirse en control de su vida personal pero al final de cuentas estos comportamientos dañan la salud física, emocional, la autoestima de la persona. Hay muchas causas por las cuales inicia este trastorno desde factores psicológicos, interpersonales, sociales incluso familiares, las personas que sufren de esta grave enfermedad tienden a tener pensamientos o expectativas no realistas de ellos mismos y de las demás personas a pesar de ser exitosos se sienten incapaces , ineptos, defectivos tienden también a tener muy baja autoestima , sufren de depresión ansiedad y soledad. Influye mucho la familia hay desde familias sobreprotectoras, problemáticas como también padres que no demuestran ningún tipo de afecto todo esto es factor para desarrollar diversas enfermedades de las que se toma poca importancia es la alimenticia, los medios de comunicación asocian lo bueno con la belleza física las personas populares, exitosas, admiradas son personas con cuerpos perfectos, existe una gran presión social que enaltece a la delgadez induciendo a miles de personas a caer en diferentes enfermedades relacionadas con su alimentación. Los trastornos de alimentación viene acompañados de sentimientos de culpa, tristeza, rechazo social, dificultades en relaciones laborales, sentimentales etc. Los daños mas severos se dan en el corazón, en el aparato digestivo, los dientes , los huesos y de ello se puede derivar muchas otras.

En la actualidad estos trastornos son muy frecuentes debido a la forma de vida que tenemos las personas y el constante bombardeo de publicidad mostrándonos un ideal que no existe, además de una sociedad cada vez más superficial, que poco le importa lo que piensa y siente el prójimo y le importa más lo que ve y aparenta ser, debido a que en ciertos momentos de la vida atravesamos por cambios tanto físicos como psicológicos que nos vuelve vulnerables a sufrir ciertos trastornos o a cometer errores en la vida, la etapa más común para sufrir estos trastornos es en la adolescencia, porque en esa etapa se atraviesa por un tiempo de cambios muy muy intenso y nos comienza a importar demasiado lo que los demás piensen y vean de nosotros y queremos ser aceptados por las personas que nos rodean, así que si se toma el camino equivocado pensando que por nuestra apariencia física agradaremos a los demás, desde ahí estamos mal. Lamentablemente muchas personas sufren de trastornos de alimentación y creen que no necesitan tratamiento cuando la realidad es otra, la poca importancia que se ha tomado primeramente a la salud mental desencadena este tipo de trastornos. Debemos de aprender a diferenciar el peso de la autoestima que una talla no nos define como persona, aprender a amarnos tal cual somos no es tarea fácil pero sin duda alguna es herramienta fundamental para que comentarios y estereotipos de la sociedad no influya en la salud es mejor prevenirlos que tratarlos, no es bueno el obsesionarse con una alimentación rígida y estricta ni por la forma en la que nos vemos físicamente, todos somos únicos y no existe la perfección, ni siquiera la misma palabra es perfecta, no debemos tratar de imitar un ideal de belleza para que los demás nos acepten. En mi opinión la mejor forma de prevenir estos trastornos es que desde pequeños a los niños se les enseñe a llevar una buena alimentación, a no juzgar a los demás por la manera en la que se ven, que, si bien todos somos diferentes físicamente, todos tenemos los mismos derechos porque somos personas, somos humanos, y debemos respetarnos entre todos para que así podamos vivir en paz.