

Trastorno del Atracón Compulsivo

¿Algunas veces sentimos que nuestros hijos son capaces de comerse todo en casa, especialmente durante la adolescencia? Agarran a un puñado de galletas aquí, una bolsa de patatas allí, y termina con las sobras de la noche anterior en un instante. Están creciendo como las hierbas, consecuentemente pensamos que todo ese consumo esta bien. Y la mayoría de las veces, lo es. Pero, el bocadillo pesado no es lo que parece ser. Un niño que come cantidades inusualmente grandes de comida - y se siente culpable o secreto sobre él - podría estar luchando con un desorden alimenticio común llamado trastorno por atracón.

Acerca Del Trastorno Por Atracón Montón de personas encuentran consuelo en la comida. Después de todo, es a menudo en el centro de nuestras celebraciones más felices. Cumpleaños pueden significar la torta con los amigos; Acción de Gracias significa a menudo pavo y el relleno con la familia.

La mayoría de la gente comen mucho más de lo que es normal (o incluso quieren) en ocasiones especiales. Pero las personas con trastorno de atracones tienen una relación diferente con la comida - que sienten que han perdido todo el control sobre cuánto están comiendo, como que no pueden parar. También atracón con más frecuencia - por lo menos dos veces por semana durante varios meses. Para las personas con trastorno de atracones, al primer momento los alimentos pueden proporcionar sensaciones de calma o comodidad o dejar que se sientan otros sentimientos difíciles, pero si los atracones continúan, puede causar ansiedad, culpa y la angustia. El impulso general implica Consumir grandes cantidades de alimentos de forma rápida y se siente completamente fuera de control al hacerlo. Estos comportamientos pueden convertirse en un hábito, y muchas veces se alterna con la dieta.

El trastorno por atracón es más común en las personas que son obesas, pero afecta a las personas de peso saludable. Sin embargo, hay poca información sobre cuántos niños y adolescentes son afectados, ya que la condición ha sido reconocida sólo recientemente, y algunos se sienten demasiado avergonzados como para pedir ayuda para ello. También, porque la mayoría de atracones se hace a solas, incluso si sus hijos están aumentando peso, muchas veces los padres no están conscientes de que es debido a los atracones. Aunque la mayoría de las personas con otros trastornos de alimentación (como anorexia y bulimia) son mujeres, un tercio estimado de las personas con trastorno de alimentación compulsiva son hombres. Los adultos en tratamiento (incluyendo el 2% de los adultos estadounidenses - aproximadamente 1.000.000 a 2.000.000 personas), a menudo dicen que sus problemas comenzaron en la infancia o la adolescencia.

¿Cómo Se Diferencia De Otros Trastornos De Alimentación?

El trastorno por atracón es un poco diferente de otros trastornos de alimentación. Los niños y adolescentes que a veces comen mucho no necesariamente tienen trastorno de la alimentación compulsiva. Los niños pueden tener grandes apetitos, especialmente durante el período de crecimiento, cuando necesitan más nutrientes para alimentar sus cuerpos durante el crecimiento. Así que puede ser difícil determinar si un niño tiene trastorno por atracón. Sin embargo, hay una variedad de señales que distinguen a alguien que comen mucho de alguien con un "apetito".

Los padres y otros miembros de la familia primero sospechan un problema cuando se dan cuenta que grandes cantidad de alimentos faltan en la despensa o el refrigerador, aunque es difícil imaginar que un niño podría haber comido tanto.

Las personas que comen en exceso pueden experimentar sentimientos que son comunes en muchos trastornos de alimentación, como la depresión, la ansiedad, la culpa o la vergüenza. Pueden evitar la escuela, el trabajo, o socializar con amigos porque están avergonzados de su problema de comer compulsivamente o cambios en la forma de su cuerpo y el peso.

Muchas personas que comen compulsivamente dicen que los episodios pueden ser desencadenados por los sentimientos de estrés, la ira, la tristeza, el aburrimiento o la ansiedad. Aun, incluso si alguien se siente mejor temporalmente, mientras que come, por lo general son sentimientos debido a la angustia. Generalmente, después de unos dichos impulsos las personas se sienten ansiosos, culpables y molestos por perder el control.

Otros síntomas incluyen:

- un niño comiendo demasiado y rápido
- un patrón de comer en respuesta al estrés emocional, como los conflictos familiares, rechazo de los compañeros, o bajo rendimiento académico
- un niño sentirse avergonzado o disgustado por la cantidad que han comido
- El encontrar envases de alimentos o envoltorios ocultos en o en cualquier otro sitio de un niño
- un patrón de alimentación cada vez más irregular, tales como saltarse las comidas, comer mucha comida chatarra y comer a horas inusuales (como por la noche)

Cómo Ayudar Al Niño Si usted sospecha que un niño tiene un problema con los atracones, hablar con sus padres y llamar a un médico para recibir consejos y recomendaciones a profesionales de salud mental calificados que tienen experiencia en el tratamiento de trastornos de la alimentación infantil. Tranquilice al niño dándole a saber que usted está allí para ayudar o simplemente para escuchar. Tener un trastorno de alimentación puede ser difícil de admitir, y su hijo por lo regular no está dispuesto a reconocer que tiene un problema. Con la ayuda de familiares, amigos y profesionales de apoyo, el niño puede empezar a comer cantidades saludables de alimentos y aprender a manejar el estrés de maneras más saludables.

*kidshealth.org

Trastorno del Atracón Compulsivo

Prueba Final – Febrero 2012

**Por favor guarde esta prueba y certificado en sus archivos para la Licenciatura.
Usted no tiene que enviarlo a nuestra oficina o al Estado.**

Objetivo de Aprendizaje: Después de leer el boletín, el proveedor entiende los signos de los atracones en los niños y qué hacer para ayudarlos.

1. Un niño que come cantidades inusualmente grandes de comida - y se siente culpable o secreto sobre él - podría estar luchando con un desorden alimenticio común llamado trastorno por atracón.

Verdadero o Falso

2. Las personas con trastorno de atracones tienen una relación diferente con la comida - que sienten que han perdido todo _____ sobre cuánto están comiendo, como que no pueden parar.

3. Para las personas con trastorno de atracones, al primer momento los alimentos pueden proporcionar sensaciones de calma o comodidad o dejar que se sientan otros sentimientos difíciles, pero si los atracones continúan, puede causar ansiedad, culpa y angustia.

Verdadero o Falso

4. El trastorno por atracón es más común en las personas que son obesas, pero que afecta a personas de _____ también. Sin embargo, hay poca información sobre cuántos niños y adolescentes son afectados, ya que la condición ha sido reconocida sólo recientemente, y algunos están demasiado avergonzados como para pedir ayuda para ello.

5. Los niños pueden tener grandes apetitos, especialmente durante _____, cuando necesitan más nutrientes para alimentar sus cuerpos. Así que puede ser difícil determinar si un niño tiene trastorno de atracones.

6. Aunque la mayoría de las personas con otros trastornos de alimentación (como anorexia y bulimia) son mujeres, un tercio estimado de personas con trastorno de alimentación compulsiva son hombres. Los adultos en el tratamiento (incluyendo el 2% de los adultos estadounidenses - aproximadamente 1.000.000 a 2.000.000 personas), a menudo dicen que sus problemas comenzaron en la infancia o la adolescencia.

Verdadero o Falso

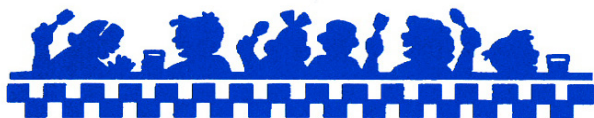
7. Los padres y otros miembros de la familia primero sospechan un problema cuando se dan cuenta que grandes cantidades de _____ faltan en la despensa o el refrigerador, aunque es difícil imaginar que un niño podría haber comido tanto.

8. Otro signo de trastorno de atracones puede ser encontrar envases de alimentos o envoltorios ocultos en otro lugar o habitación de un niño.

Verdadero o Falso

9. Muchas personas que comen compulsivamente dicen que los episodios pueden ser desencadenados por los sentimientos de estrés, la ira, la tristeza, el aburrimiento o la ansiedad. Aun incluso si alguien se siente mejor temporalmente, mientras que comer, por lo general son sentimientos debido a la _____.

10. Si usted sospecha que un niño tiene un problema con los atracones, hablar con sus padres y llamar a un médico para recibir consejos y recomendaciones a los profesionales de salud mental calificados que tienen experiencia en el tratamiento de trastornos de la alimentación en niños. Tranquilice al niño dándole a saber que usted está allí para ayudar o simplemente para _____.



Southwest Human Development Services
P.O. Box 28487 • Austin, Texas 78755-8487
(512) 467-7916 • Toll Free (800) 369-9082
Fax (512) 467-1453 • Toll Free (888) 467-1455
www.swhuman.org

SOUTHWEST HUMAN DEVELOPMENT SERVICES

Patrocinador del

Programa de Alimentos de USDA para el Cuidado de Niños y Adultos

Gratamente otorga a:

ESTE CERTIFICADO

Por completar 30 minutos de entrenamiento en

Mayo 2014 - Trastorno del Atracón Compulsivo

UN CURSO AUTO-EDUCATIVO

(Es necesario completar la prueba al reverso de esta hoja para que el certificado sea válido)

Este Proveedor del Cuidado Diario de Familia apoya el compromiso de Cuidado de Calidad de Menores como se demuestra en completar este curso

Dado en esta fecha: _____

Lindsey Seybold

Lindsey Seybold
Coordinadora de Entrenamiento
Southwest Human Development Services

