

## **Senyals d'alerta associades als trastorns de conducta alimentària (TCA)**

Durant l'adolescència som més vulnerables perquè aquesta és una etapa vital en què la personalitat, l'autoestima i el rol social estan en ple desenvolupament davant un entorn en què la pressió social per la imatge i el físic és molt elevada.

Segons els estudis, 1 de cada 5 adolescents està en risc de desenvolupar un TCA, per això, hem d'estar atents davant de qualsevol senyal d'alerta, característica o exposició d'un/a adolescent que augmenta la seva probabilitat de patir un.

Amb aquest propòsit, a continuació, es presenta una llista d'aquells factors i senyals als quals hem d'estar atents:

### **FACTORS PSICOLÒGICS**

- Auto exigència elevada
- Perfeccionisme
- Pensaments obsessius
- Necessitat de control
- Rigidesa cognitiva
- Ansietat
- Depressió
- Baixa autoestima
- Experiències traumàtiques (haver patit abusos,...)

### **SENYALS D'ALERTA**

- Es preocupa pel menjar
- Mostra una preocupació extrema amb el pes i la seva figura
- Sembla preocupat/a per menjar en públic
- Fes servir quantitats excessives de esbandida bucal i xiclet
- Es cansa més del que és habitual
- Menja ràpid en general
- Es salta menjars
- Demana opinió sovint sobre el seu aspecte físic
- Beu aigua excessivament
- Es queixa de restrenyiment i dolors abdominals
- Presència d'embolcalls o paquets de laxants o diürètics

## Senyals d'alerta associades als trastorns de conducta alimentària (TCA)

- Evita menjar amb altres persones (al pati de l'escola,...)
- Fa dietes repetitives
- Fluctuacions importants en el pes
- Se sent malament per haver menjat
- Es troba més distant i aïllat/a social
- Hi ha evidències de menjar excessivament en un període de temps curt
- La seva autoestima depèn de la seva figura i el seu pes
- Irregularitats menstruals
- Diu mentides

### **Sobre Sagrat Cor-Hospital Universitari**

Sagrat Cor-Hospital Universitari pertany a la Xarxa Hospitalària d'Utilització Pública (XHUP) des del 15 de juliol de 1985, any de la creació d'aquesta important xarxa sanitària catalana. Fundat entre les dècades dels 60/70 ofereix totes les especialitats medicoquirúrgiques, de les que destaquen cirurgia toràcica, cirurgia cardíaca, neurocirurgia i oncologia, entre d'altres. Desenvolupa activitats assistencials, docents i de recerca. El Sagrat Cor està acreditat com a hospital docent per la Facultat de Medicina de la Universitat de Barcelona i, per a la preparació de metges especialistes (MIR), pel Ministeri de Sanitat. També disposa d'acords amb altres universitats nacionals i internacionals per a formació de pregrau i postgrau.

Per més informació:

Comunicació

Pilar Rosas

93 587 93 93

65 681 16 45