

# Hablemos de los trastornos de la alimentación

La forma en que hablamos sobre los trastornos de la alimentación es importante. A continuación, encontrará algunos datos que puede usar para ayudarle a desarrollar una conversación sobre los trastornos de la alimentación.



## “Los trastornos de la alimentación son enfermedades médicas”.

Los factores genéticos y ambientales pueden influir en los trastornos de la alimentación. Un trastorno de la alimentación no es algo que está de moda o una preferencia.



## “Los trastornos de la alimentación son graves y pueden ser mortales”.

A menudo, los trastornos de la alimentación dan origen a complicaciones médicas graves que pueden causar daños permanentes o la muerte. Las personas con trastornos de la alimentación también tienen un mayor riesgo de suicidarse.



## “Los trastornos de la alimentación pueden afectar a cualquier persona”.

Los trastornos de la alimentación no discriminan y afectan a personas de todas las edades, razas, etnias y géneros.



## “No se puede saber si alguien tiene un trastorno de la alimentación con solo mirarlo”.

Las personas con trastornos de la alimentación pueden tener bajo peso, peso normal o sobrepeso.



## “Los familiares pueden ser los mejores aliados del paciente en su tratamiento”.

Una combinación de factores genéticos, biológicos, conductuales, psicológicos y sociales causan los trastornos de la alimentación. Los familiares no causan los trastornos de la alimentación y pueden ser excelentes fuentes de apoyo.



## “Es posible recuperarse de un trastorno de la alimentación”.

Con tratamiento y con el tiempo, es posible recuperarse por completo.



National Institute  
of Mental Health

[nimh.nih.gov/trastornosalimentacion](https://nimh.nih.gov/trastornosalimentacion)

Identificador de NIMH Núm. SOM 22-4317