

## Señales de una relación negativa con la comida



### Si tu hijo/a...

- Mantiene un cuerpo delgado en extremo, por debajo de las normas para su edad y altura
- No muestra confianza en sí mismo/a, lo que se refleja en una personalidad perfeccionista
- Exagera la importancia de la silueta corporal en su autoevaluación
- Pierde peso intencionalmente y tiene miedo a ganarlo
- Lleva a cabo comportamientos compensatorios (vómitos, ejercicio físico en exceso, uso de laxantes...) para evitar el aumento de peso
- Ingiere, durante un periodo determinado de tiempo, una cantidad de alimentos claramente superior a la que la mayoría de las personas ingerirían en un periodo similar
- Come más rápido de lo normal y/o lo hace hasta sentirse desagradablemente lleno
- Come grandes cantidades de alimentos sin sentir hambre física y lo hace solo, debido a la vergüenza que siente por la cantidad ingerida
- Siente un malestar intenso posterior al atracón

**os invitamos a trabajarlo y resolverlo con nosotros.**

*“Entiende lo que piensas, sientes y haces”*

**Avda Príncipes de España, 41 28823 Coslada Madrid**