

**El 'Trastorno por Atracón' es el responsable del 40% de los problemas de obesidad en España y afecta a más de 250.000 personas.**

Para la cura de este tipo de trastorno de conducta alimentaria es necesario un tratamiento especializado, basado en una reeducación alimentaria acompañado de terapia psicológica, donde aprendan a expresar sus emociones adecuadamente, a manejar la ansiedad y a mejorar su autoestima y seguridad personal, sólo trabajando estos aspectos la persona podrá conseguir que la comida no domine su vida y que el peso se regule.



Se manifiesta mayoritariamente en mujeres de edad adulta, con inestabilidad emocional, aspectos de inseguridad y baja autoestima.



Puede presentarse también algún trastorno añadido como el ansioso o depresivo.

El perfil de una persona que sufre el Trastorno por Atracón, corresponde a lo que comúnmente se denomina como 'comedor compulsivo'. La persona tiene una sensación de pérdida de control con la comida, bien porque come en cantidades desmesuradas (atracones) o porque 'pica' de forma habitual sin quererlo. Estos episodios de descontrol con la comida pueden tener diferentes matices como:

- ingerir cantidades desmesuradas de comida, en breve tiempo
- ingestión voraz, mucho más rápida de lo normal
- comer hasta sentirse desagradablemente lleno

Lo que destacan los pacientes afectados con el Trastorno por Atracón suele ser la dificultad para controlar la ansiedad, y en otros casos el sobrepeso u obesidad del que adolecen. En la mayoría de los casos la consecuencia del desorden alimentario conlleva obesidad o sobrepeso.

### **Cómo prevenirlo y curarlo**

La Fundación ABB, a través de su dilatada experiencia en trastornos alimentarios desde el Centro ABB, insiste en que el mejor tratamiento para prevenir y detectar los casos del

comedor compulsivo, se enfocan en el asesoramiento nutricional, y la psicoterapia grupal e individual en casos concretos, a través sobre todo de la atención a las familias.

Según los últimos datos estadísticos sobre TCA, en España el 2% de la población padece anorexia, el 4% bulimia, y el 5% Trastorno por Atracón, siendo éste el responsable del 40% de los problemas de obesidad en nuestra país.

Según Raquel Linares, Directora de la Fundación ABB: *"El tratamiento de este tipo de trastorno alimentario no solo supone la superación de un problema de salud sino que implica una gran mejoría en la calidad de vida de las personas tratadas ya que una vez recuperadas incrementan su autoestima, se socializan más y empiezan en muchos sentidos una nueva vida".*

### **Más sobre Fundación ABB**

La Fundación ABB es una institución de carácter benéfico sanitaria, sin ánimo de lucro y de ámbito estatal. Dedicada al apoyo de los pacientes y sus familias, y a la investigación de los Trastornos de Conducta Alimentaria (TCA), desarrolla programas de prevención y docencia en todos los ámbitos relacionados con los TCA.

Más información en [www.fundacionabb.org](http://www.fundacionabb.org)