



Relaciones peligrosas con la comida

Los trastornos de la conducta alimentaria son perturbaciones emocionales y psicológicas, que afectan no solo la alimentación y salud, sino las relaciones con los demás y ponen en peligro el crecimiento físico y desarrollo emocional.

La obesidad y los padecimientos asociados con el sobrepeso representan importantes factores de mortalidad en algunos países, mientras que en otros es la escasez de alimentos. Son males que coexisten con un tercero: el de los trastornos de la alimentación, particularmente la anorexia y la bulimia. Por ejemplo, en la ciudad de México el 0.9% de los varones y el 2.8% de las mujeres sufren algún problema de la conducta hacia la alimentación.

Este problema de salud se observa principalmente entre adolescentes, en mayor medida mujeres. La pubertad provoca una intensa tensión física, psicológica y social, que a veces se manifiesta como una gran necesidad de controlar cuando menos al propio cuerpo. Las edades de mayor riesgo son los 13 años para las niñas y los 15 años para los niños, y quienes viven en ciudades tienen el doble de probabilidades de padecer trastornos de la alimentación que los habitantes de zonas rurales.

Vivimos inmersos en una cultura que pone énfasis en la apariencia, basada en ciertos patrones estéticos que promueven una delgadez extrema. Así, las adolescentes vuelcan su atención a su aspecto externo, e intentan alcanzar lo que ellas suponen son estándares de belleza reconocidos por toda la sociedad, si no encuentran apoyo suficiente en su entorno familiar y social pueden desarrollar los llamados trastornos de la conducta alimentaria (TCA).

1. Por su estructura (forma) cómo se clasifica el texto:

- A) Narrativo
- B) Continuo
- C) Descriptivo
- D) Discontinuo

2. ¿Cuál es la idea central del texto?

- A) La obesidad infantil
- B) La mala nutrición que existe en México
- C) Falta de alimentos en comunidades del país
- D) La existencia de Trastornos en la Conducta Alimenticia

3. ¿En qué entorno se considera que las personas se ven afectadas con mayor frecuencia por los trastornos alimenticios?

- A) El rural
- B) El de la ciudad
- C) De las clases bajas
- D) En las clases muy altas



4. Las _____ son más propensas a los trastornos alimenticios debido a que ponen mayor _____ a su aspecto externo:

- A) Mujeres – descuido
- B) Modelos – solución
- C) Adolescentes – cuidado
- D) Anoréxicas – relevancia

5. De acuerdo con el texto, ¿Cuáles de las siguientes afirmaciones son correctas?

1. La obesidad y el sobrepeso pueden provocar la muerte
2. Los hombres cuidan mucho su apariencia física
3. Los adolescentes intentan seguir patrones de moda impuestos por la cultura
4. Los jóvenes necesitan apoyo de su entorno familiar y de la sociedad

- A) 1,2 y 3
- B) 1,3, y 4
- C) 2,3 y 5
- D) 1,4 y 5