

# 9 VERDADES sobre los TCA

1 Muchas personas que sufren un trastorno de la conducta alimentaria pueden tener un aspecto saludable.

2 Las familias no tienen la culpa del trastorno, y pueden ser los mejores aliados para la recuperación.

3 La aparición de un TCA supone un problema sanitario que altera el funcionamiento personal y familiar.

4 Los TCA no son el resultado de una decisión, sino enfermedades muy graves y determinadas biológicamente.

5 Los TCA afectan a hombres y mujeres de todas las edades, culturas, razas, pesos o formas corporales, orientaciones sexuales y niveles socioeconómicos.

6 Las personas con TCA tienen un riesgo alto de complicaciones médicas graves.

7 La genética por sí sola no determina que una persona sufra un trastorno de la alimentación.

8 En el desarrollo de un trastorno alimentario intervienen los genes y también los factores ambientales.

9 La recuperación total de los TCA es posible. La detección y tratamiento precoces son fundamentales.



[info@tca-aragon.org](mailto:info@tca-aragon.org)

Tlfn: 608 243 299

[www.tca-aragon.org](http://www.tca-aragon.org)

## ¿Te sumas?

Puedes colaborar con TCA Aragón de muchas maneras, aportando ideas, proponiendo actividades, asociándote o haciendo donativo para seguir luchando por nuestra causa.

## #sumandovoces

**RENDIRSE  
NO ES UNA OPCIÓN**



@tca.aragon

@TCA\_Aragon

@asociaciontcaaragon

WWW.TCA-ARAGON.ORG  
TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA



#sumandovoces

# ¿Quiénes SOMOS?

La Asociación TCA Aragón nace a iniciativa de un **grupo de padres con la voluntad y la ilusión de sumar esfuerzos y trabajar por el bien común** de todas las personas afectadas por un trastorno de la conducta alimentaria y sus familias.

Creemos firmemente que los familiares y amigos de personas con bulimia, anorexia, trastorno por atracón y otros TCA tendremos más fuerza para sugerir, apoyar o impulsar cambios tanto en el ámbito de la información y la comunicación, como en el de la búsqueda de soluciones administrativas y sanitarias que afectan a las personas con TCA en Aragón.

# ¿Qué HACEMOS?

- Luchamos para que se conozca la verdadera dimensión de los TCA y se hable abiertamente para **terminar con estigmas e ideas equivocadas**. Mucha gente todavía trivializa los trastornos alimentarios y minimiza su gravedad y frecuencia. Permanecen ocultos y no reciben el tratamiento adecuado.
- **Reivindicamos más medios públicos** en Aragón para asegurar un tratamiento interdisciplinar especializado para abordar un número creciente de casos de TCA y a edades cada vez más tempranas.
- Ofrecemos un espacio para familiares de personas afectadas por un TCA en el que recibir apoyo mediante atención individual o en grupos de ayuda mutua porque **consideramos esencial crear un lugar de encuentro para seguir apoyándonos y aprendiendo día a día**.
- Sumamos voces y colaboramos con asociaciones, instituciones, profesionales, y otros colectivos para visibilizar la situación que viven las personas con TCA y sus familias en Aragón a través de talleres, charlas y conferencias.

T  
C  
A

Los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) son enfermedades mentales graves y muy complejas caracterizadas por un comportamiento patológico ante la comida y la imagen corporal y que repercuten sobre la salud física y psicológica de quienes lo padecen. Los trastornos más conocidos son la anorexia, la bulimia o el trastorno por atracón.

*Un **TCA** no es un problema con la comida, es un problema que se refleja en la comida.*

## EL TRASTORNO ALIMENTARIO ES SOLO LA PUNTA DEL ICEBERG

El **10%** visible es el comportamiento y los síntomas.

El **90%** está sumergido y engloba todas las **emociones e inseguridades** que originan la enfermedad, como miedo, culpa, impotencia, soledad, frustración, pánico al rechazo, tristeza, ansiedad, etc.

