CLÍNICA VIVALDI · FICHA GRATUITA · CONDUCTA ALIMENTARIA

# Pica

Comer de forma persistente sustancias no alimentarias (tierra, papel, hielo, tiza) durante al menos un mes, de manera no adecuada para la edad.

## SEÑALES FRECUENTES

- Come tierra, papel u otras sustancias
- Puede asociarse a carencias nutricionales
- Riesgo de intoxicación o problemas digestivos

## PAUTAS PARA TI

1. Consulta médica para descartar carencias como el hierro
2. Supervisa y retira los objetos de riesgo
3. Intervención conductual

## PARA LA FAMILIA Y EL ENTORNO

1. Retira objetos y sustancias de riesgo
2. Ofrece alternativas seguras para masticar

## CUÁNDO PEDIR AYUDA

1. Si ha tragado algo tóxico: 112 o Información Toxicológica 91 562 04 20
2. Si hay dolor abdominal o vómitos

## PARA OBSERVAR Y ANOTAR

☐ Come cosas que no son alimentos (tierra, papel, tiza, hielo)
☐ Lo hace de forma repetida
☐ Dura más de un mes
☐ Es mayor de dos años
☐ Lo hace a escondidas
☐ Ha tenido problemas digestivos
☐ Busca esas sustancias aunque se le retiren
☐ Le han detectado anemia u otras carencias

## RECURSOS GRATUITOS

- Test online y pautas: clinicavivaldi.com/trastorno/pica
- Guía gratuita: Infancia y juventud: clinicavivaldi.com/guia-infancia-juventud
- Línea 024 (conducta suicida, 24 h) · Emergencias 112