CLÍNICA VIVALDI · FICHA GRATUITA · CONDUCTA ALIMENTARIA

Trastorno de evitación/restricción de la ingesta de alimentos (TERIA)

Restricción de alimentos por desinterés, aversión a texturas u olores o miedo a atragantarse o vomitar, sin preocupación por el peso. Puede causar pérdida de peso o carencias.

SEÑALES FRECUENTES

- Come muy pocos alimentos
- Miedo a atragantarse o vomitar
- Bajo peso o problemas de crecimiento

PAUTAS PARA TI

1. Valoración médica y nutricional
2. Exposición gradual a nuevos alimentos
3. Comidas sin presión ni castigos

PARA LA FAMILIA Y EL ENTORNO

1. Ofrece alimentos nuevos sin presión, junto a los conocidos
2. Evita castigos o premios con la comida

CUÁNDO PEDIR AYUDA

1. Si hay pérdida de peso o problemas de crecimiento
2. Si se evita comer casi por completo

PARA OBSERVAR Y ANOTAR

☐ Como muy pocos tipos de alimentos

☐ Rechazo comidas por su textura, olor o color

☐ Me da miedo atragantarme o vomitar

☐ Tengo poco interés por la comida

☐ He perdido peso sin querer

☐ Me cuesta comer fuera de casa

☐ Las comidas me generan ansiedad

☐ No me preocupa engordar: el problema es la comida en sí

RECURSOS GRATUITOS

- Test online y pautas: clinicavivaldi.com/trastorno/trastorno-de-evitacion-restriccion-de-la-ingesta-de-alimento
- ADANER: Asociación en Defensa de la Atención a la Anorexia y la Bulimia: https://adaner.org/
- Línea 024 (conducta suicida, 24 h) · Emergencias 112