

FAMILIARES Y AMIGOS

A los familiares y amigos del comedor compulsivo

Puede que haya encontrado esta página porque le preocupa el comportamiento de alguien con la comida.

Piense en las siguientes preguntas:

1. ¿Ha notado que la comida desaparece sin explicación?
2. ¿Esa persona trata de sacar comida a hurtadillas?
3. ¿Ha encontrado comida o envoltorios escondidos?
4. ¿Desaparecen todas las «golosinas»?
5. ¿Esa persona come sola con frecuencia?
6. ¿Esa persona visita el baño después de comer y usted oye el agua correr?
7. ¿La gente le sugiere con frecuencia a esa persona que se ponga a dieta?
8. ¿Parece que esa persona tiene más comida y menos dinero?
9. ¿Afecta el peso de esa persona al modo en que él o ella vive?
10. ¿Esa persona usa de manera habitual laxantes o diuréticos?
11. ¿Esa persona está descontenta con su apariencia?
12. ¿Esa persona u otras personas de su vida están infelices por su comportamiento alimentario?

Si la respuesta a varias de estas preguntas es “sí”, puede indicar que su ser querido tiene problemas con la comida y puede ser un comedor compulsivo. Él o ella no está solo/a. Desde 1960, los comedores compulsivos han encontrado una solución en OA. Las reuniones de OA se celebran en todo el mundo. Puede buscar una reunión usted mismo para su ser querido en la página [Buscar una reunión](#).

Los efectos de la preocupación anormal del comedor compulsivo por la comida, como los problemas de salud y los cambios de humor, pueden afectar a la familia. Las personas que comen de forma anormal pueden desmoralizar y dejar destrozados a todos los que las rodean.

Aunque en la actualidad no existen grupos para familiares y amigos de los comedores compulsivos, se puede encontrar ayuda asistiendo a los programas sobre los Doce Pasos relacionados con otras adicciones. Una búsqueda en Internet le ayudará a encontrar dichos programas.

Lo que usted puede hacer:

- Aprender más sobre la enfermedad de los comedores compulsivos en la literatura, como Muchos Síntomas, Una Solución.
- Leer otra literatura de Comedores Compulsivos Anónimos.
- Asistir a una reunión abierta de Comedores Compulsivos (buscar una reunión aquí).
- Asistir a reuniones de grupos familiares de otros programas Doce Pasos.

Para encargar otra literatura sobre la compulsión por la comida y el programa de OA, visite el [catálogo online](#) o llame a la Oficina del Servicio Mundial; se puede realizar el pedido por teléfono o solicitar un catálogo impreso.