



**COMEDORES
COMPULSIVOS
ANÓNIMOS**

M É X I C O ®

**Comedores
Compulsivos
Anónimos/OA**

**CCA/OA agrupación nacida el 19
de enero de 1960 en Los Ángeles
California USA por nuestra
fundadora Rozanne S.**





Comedores Compulsivos Anónimos/OA, es una comunidad de personas, quienes a través de compartir su experiencia, fortaleza y esperanza se están recuperando de comer compulsivamente en exceso.

Damos la bienvenida a todo aquel que desee dejar de comer compulsivamente.

En CCA/OA no hay cuotas ni honorarios, nos

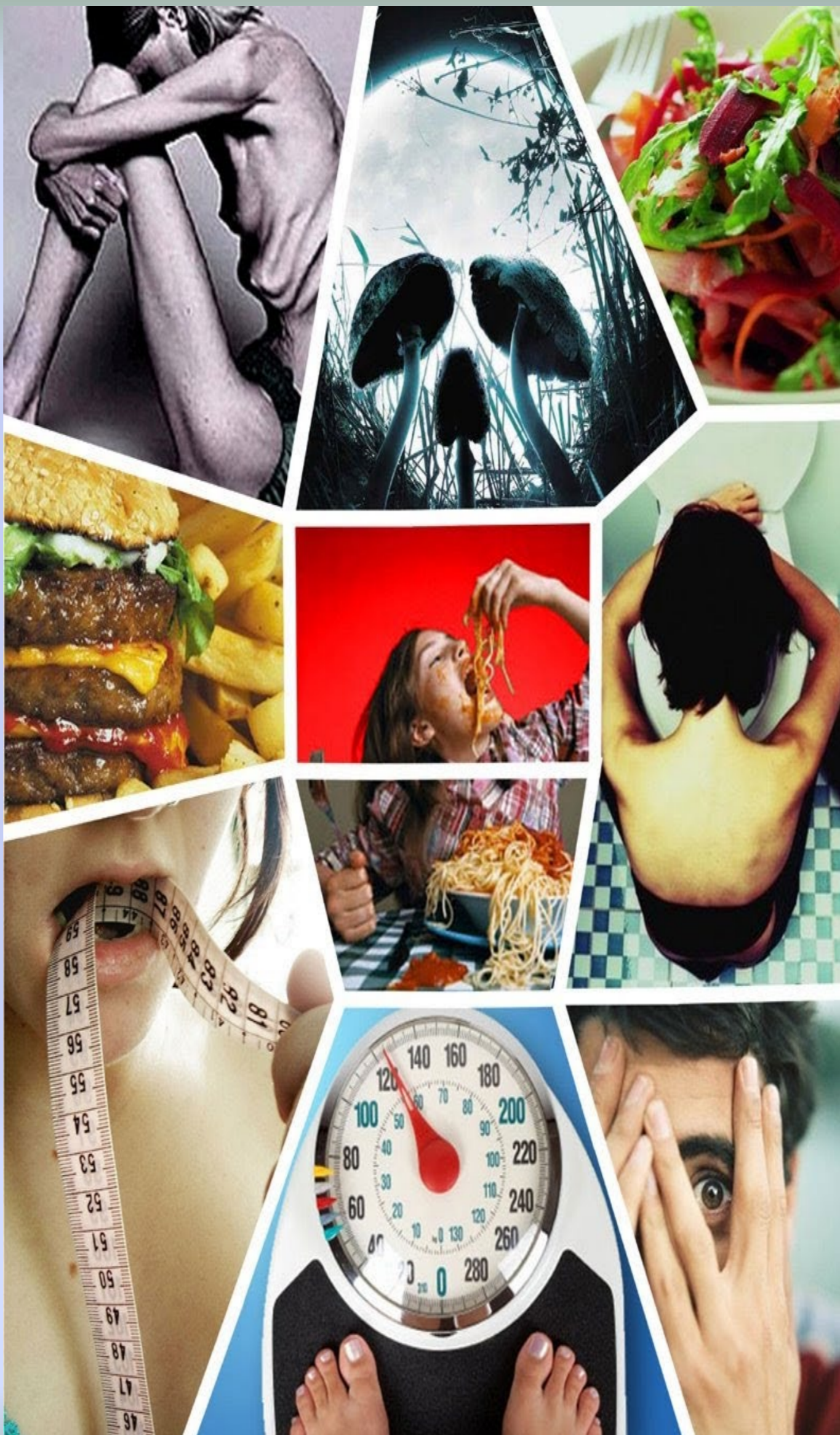
mantenemos con nuestras propias contribuciones, no solicitamos ni aceptamos donativos externos.

CCA/OA no esta afiliada a ninguna organización, sea esta privada o pública, movimiento político, ideología, o doctrina religiosa, no tomamos ninguna posición en asuntos externos.

Nuestro propósito primordial es abstenernos de comer compulsivamente, y llevar este mensaje de recuperación a todas aquellas personas que todavía sufren.



La Organización Mundial de La Salud considera que La Obesidad Es una ✓ Enfermedad crónica. ✓ Una Epidemia ✓ Un Problema de salud pública.



Nos afecta en tres niveles: físico, emocional y mental. Se manifiesta por una obsesión mental y compulsión física. Es incurable, progresiva y mortal.

Trae Complicaciones

México

Primeros lugares en obesidad infantil y obesidad en adultos.



obesidad



bulimia

anorexia





Características

- ¿Come cuando no tiene hambre?
- ¿Tiene sentimientos de culpa y remordimientos después de comer en exceso?
- ¿Dedica demasiado tiempo y atención a la comida?
- ¿Planea con anticipación parrandas secretas?



➤ ¿Come con mesura delante de otros y luego se compensa por ello cuando está solo?

➤ ¿Está su peso afectando su manera de vivir?



➤ ¿Ha tratado de hacer dieta por una semana o más sin haber logrado su meta?

➤ ¿A menudo su obesidad lo hace sentir tan deprimido que no tiene deseo de realizar ni sus más necesarias actividades?



❖ ¿Siente ansias de comer a una hora definida, aparte de la hora de las comidas?



❖ ¿Alguna vez le ha tratado su médico por exceso de peso?

❖ ¿Come para escapar de las preocupaciones o los problemas?



❖ ¿Su obsesión por la comida lo hace infeliz a usted o a otros?



Programa de recuperación 5 puntos básicos



- Admisión de la enfermedad
 - Análisis de la personalidad y catarsis
 - Reajuste de las relaciones interpersonales
- Dependencia de un Poder Superior factor X
 - Trabajar con otros.



El bienestar común



Servidores de confianza

Único requisito



Autonomía

Único objetivo



Cooperación si, afiliación no

Auto sostenimiento

Comités Especiales

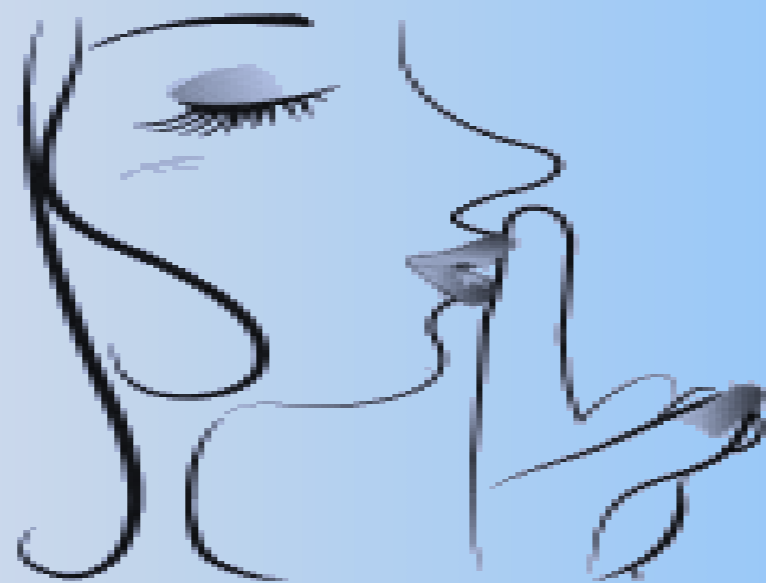


No Profesionalismo



No Controversias

Atracción más que promoción



Anonimato