

Parlant de trastorns de la conducta alimentària



L'adolescència és un moment en què s'inicia el procés d'autonomia d'hàbits.

En aquest moment, els canvis corporals poden generar comportaments alimentaris d'alt risc.

El millor camí per evitar aquests comportaments és el desenvolupament de mecanismes de prevenció: cal educar i prevenir des de les famílies, l'escola i tots els professionals implicats en l'etapa escolar.



I és necessari, per tal de poder intervenir-hi al més aviat possible, el treball conjunt i la comunicació entre l'escola, el menjador escolar i, en general, tots els agents implicats en la formació dels nens i els adolescents i la família.

Entre altres pautes, cal crear un espai de confiança que faciliti l'expressió dels sentiments, evitar un control excessiu sobre els fills i potenciar que l'acte de menjar sigui un espai de convivència i de relació.

