

Artículo aparecido en periódico gratuito Metro - Madrid

# 100.000 personas, con síndrome del atracón

## Existen siete grupos de "comedores anónimos" en Madrid

**SUPONGAMOS QUE LEE** esto mientras desayuna en una cafetería llena. Hay unas 60 personas. Se podría casi asegurar que, al menos, una de ellas es "comedor compulsivo": un síndrome que afecta al 1,5% de la población madrileña y que se suele confundirse con otras patologías: depresión, ansiedad, bulimia...

Sin embargo, según explicó a *Metro Directo* Loli, una enferma que se encuentra en tratamiento a través de uno de los siete grupos de Comedores Compulsivos Anónimos que hay en Madrid, se trata de una enfermedad específica. "Los médicos me decían que era una tragona, que no tenía fuerza de voluntad, y no es cierto. Tengo mucha voluntad pero pagaba todos los disgustos comiendo".

### Comer sin hambre

El comedor compulsivo come sin hambre, a menudo sin compañía o directamente a escondidas, y se da "atracones" que a veces incluso planifica con placer. Mercé es otra enferma: "No puedes parar de co-

### LOS 12 PASOS PARA CURARSE



**SIETE GRUPOS EN MADRID**  
Comedores anónimos tiene siete grupos, uno en Majadahonda y seis en la capital. Tres en Moratalaz, uno en Vallecas, otro en Quintana y el último en Retiro.

**DÓNDE ENCONTRAR AYUDA**  
Hay contactos en la web [www.comedorescompulsivosanonimos.com](http://www.comedorescompulsivosanonimos.com). La terapia se basa en 12 pasos, el primero de los cuales es desear curarse.

mer", asegura, "hay determinados alimentos que, cuando los empiezas, no puedes dejarlos". Esta patología se describió hace una década, pero no ha sido aún suficientemente estudiada. Además, afecta tanto a hombres como

a mujeres, aunque por cada dos enfermos varones hay tres mujeres. Entre el 15 y el 50% de las personas que están a dieta para adelgazar padecen este denominado "trastorno del atracón". Pero, a diferencia del bulímico, el comedor com-

pulsivo no se "castiga" con ayuno, purgas, vómitos o ejercicio cada vez que se empacha, y suele ser sedentario.

### Toda la vida a dieta

La mayoría de los enfermos no han sido diagnosticados: "Nos recetan antidepresivos, regímenes", afirma Mercé, que recuerda haber pasado toda su vida "a dieta". Detectarlo a tiempo puede mejorar mucho la calidad de vida del enfermo que, para curarse, cuenta con su voluntad y con un régimen de ingestas moderadas y prohibición de comer entre horas. Si come sin hambre y luego tiene remordimientos, o si muestra mesura en la mesa con los demás para luego darse atracones a escondidas, piense que, en esa hipotética cafetería llena en la que lee esto mientras desayuna, el comedor compulsivo quizá sea usted.

