

Cómo reconocer un trastorno alimentario

Tu EAP está aquí para ayudar

Los trastornos alimentarios incluyen anorexia, bulimia y atracones de comida. Estas son afecciones médicas graves que pueden causar problemas peligrosos, incluido el daño al corazón y los riñones.

Si estás teniendo problemas con un trastorno alimentario, tu Programa de Asistencia a los Empleados (EAP) te ofrece una amplia gama de recursos y servicios de apoyo disponibles sin costo adicional, que incluyen lo siguiente:

- Asesoramiento confidencial gratuito, en persona o en línea
- Artículos y documentos con consejos útiles sobre trastornos alimentarios y alimentación saludable
- Consejos útiles sobre cómo acercarse a un amigo con un problema alimentario
- Referencias a grupos de apoyo y tratamiento

Estos recursos pueden ayudarte a reconocer los signos de un trastorno alimentario y encontrar el tratamiento y el apoyo adecuados para ti:

Asesoramiento profesional

Conéctate con un consejero profesional certificado para sesiones en línea o en persona.

Podcasts educativos

Obtén más información con los podcasts educativos de nuestros consejeros profesionales certificados.

Recursos de apoyo en línea

Busca “trastornos alimentarios” en el sitio web para leer artículos que pueden ayudarte a ti y a tus seres queridos.

Anthem 



El EAP está a tu disposición las 24 horas, los 7 días de la semana

Hay varias maneras de buscar ayuda:

- Llama al 1-844-416-6386.
- Visita anthemEAP.com e ingresa tu código de la compañía: **County of Kern**.