

INSTITUCIONALS

Generalitat de Catalunya

Què són el Trastorns de conducta alimentària (TCA)?
Què he de fer si sospito que algú pateix TCA?



Alimentació i imatge corporal

Gaudeix del menjar i del teu cos amb el cap



Pla d'acció per combatre la pressió estètica

té l'objectiu de donar una resposta a la violència dels canons estètics que produeixen i perpetuen els estereotips i les discriminacions de gènere o racials



RECURSOS ASSOCIATIUS

IMA- Fundació Imatge i Autoestima

Treballen per prevenir els trastorns de la conducta alimentària i l'obesitat fomentant una bona autoestima, una imatge corporal positiva i un estil de vida saludable



Què podem fer des de casa?

Guia bàsica per famílies, per la prevenció i detecció precoç de trastorns de la conducta alimentària



Centres ITA

Unitats especialitzades en tractament de trastorns en salut mental. N'hi ha un a Sabadell



Associació Contra l'Anorèxia i la Bulímia - ACAB

Entitat impulsada coordinadament entre familiars i especialistes de L'Hospital Clínic de Barcelona. Ajuden i acompanyen persones afectades per un trastorn de la conducta alimentària i als seus familiars



ARTICLES I GUIES

Pressió estètica, una forma més de violència de gènere

La pressió estètica és l'estereotip de dona ideal i impossible que ens imposa la societat i que genera frustració, obsessió i riscos de salut en les dones



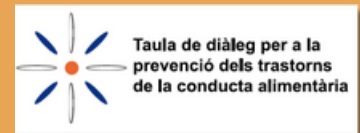
Anorèxia i bulímia nerviosa

Guia per a educadors i educadores en la prevenció dels trastorns del comportament alimentari



Decàleg de bones pràctiques

"Decàleg de bones pràctiques sobre el foment de l'autoestima i la imatge corporal", impulsat per afavorir la salut física i psíquica de la població i prevenir l'aparició i desenvolupament dels trastorns de la conducta alimentària



MULTIMÈDIA

ResSer

Una ampolla d'aigua és tot el teu dinar? Quan no menges RES deixes de SER tu. Campaña de prevenció de l'anorèxia i la bulímia entre els joves



Obsesión por la estética

5 dones amb cossos i revolucions diferents

Dikara
magazine

Amb llum pròpia

Blog dirigit a persones que tenen o creuen tenir anorèxia, bulímia, trastorn per afartament o altres trastorns alimentaris



Miedo - Zinteta & Yaiza de Lamo

El vídeo pretén mostrar com aquesta pressió dels cànons estètics establerts influeix en la pròpia acceptació d'una mateixa, generant una sèrie d'emocions, sentiments i percepcions negatives que afecten l'autoestima



#ANA i #MIA

Els "hashtags" darrere dels que s'oculten l'anorèxia i la bulímia



Campaña Dove: Real Beauty Sketches

Video de retrats bellesa real on es veu la distorsió que tenim les persones sobre la pròpia imatge. Infravaloració, autoestima...



Dove - La Belleza Real

Video d'edició photoshop en la publicitat



¿Un simple selfie? Proyecto para la Autoestima de Dove

Video de retrats bellesa real on es veu la distorsió que tenim les persones sobre la pròpia imatge. Infravaloració, autoestima...



MULTIMÈDIA

#DetoxYourFeed with the Dove Self-Esteem Project

Campanya per a famílies per a detectar contingut d'influència vulnerable de la indústria de la bellesa



Si pudieras cambiar una sola parte de tu cuerpo - ¿Que cambiarías?

Vídeo on es veu la diferència de percepció de l'autoimatge entre infància i adulta



Selfie a la inversa | Tenga #LaSelfieTalk

Vídeo on es veu la distorsió de la imatge amb programes d'edició i la pressió estètica, cosificació i hipersexualització cap a les nenes

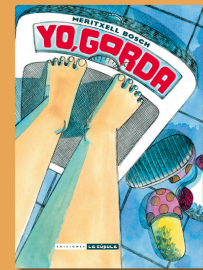


ARTICLES, LLIBRES, REVISTES....

Yo, gorda

Còmic basat en fets reals, relacionat amb el maltractament psicològic i els trastorns alimentaris

Meritxell Bosch; Barcelona: Edicions La Cúpula, S.L. 2017.
ISBN: 978-84116400679



Estima el teu cos

El meu cos és fort. El meu cos pot fer coses increïbles. El meu cos és meu

Jessica Sanders; Barcelona; Bindi Books, 2020.
ISBN: 978-84116400679



Guia genial per a una noia com tu

Aquest llibre tracta els canvis físics de les noies durant la pubertat

Nora Rodríguez i Raquel Gu; Barcelona; VVTweens, 2019
ISBN: 978-8468271125

