

## EL MAPA CONCEPTUAL

Un **mapa conceptual**, al igual que el cuadro sinóptico, es una herramienta gráfica para organizar y representar la información, además son de gran ayuda para ordenar (jerarquizar), los datos más importantes de un texto y así comprenderlo mejor.



Lee el siguiente texto y realiza las actividades que se señalan.

La anorexia nerviosa es un trastorno de conducta alimentaria, provocado por el propio enfermo, que lleva a que las personas pierdan más peso de lo que se considera saludable para su edad y estatura. Las personas con este trastorno pueden tener un miedo intenso a aumentar de peso, incluso cuando están con peso insuficiente.

No se conocen las causas exactas de la anorexia nerviosa. Muchos factores probablemente estén involucrados. Las actitudes sociales que promueven tipos de cuerpos muy delgados también pueden contribuir a que la persona esté preocupada por su peso y figura, o tener una imagen negativa de sí mismo. Los síntomas que caracterizan esta enfermedad son: estreñimiento, dolor abdominal, vómitos, constante sensación de frío, depresión, trastornos emocionales y cognitivos.

Entre las consecuencias de la anorexia tenemos las pulsaciones cardíacas se reducen, desaparece la menstruación (amenorrea), aparece un vello fino y largo en mejillas y espalda, piel deshidratada, pérdida de cabello, pérdida preocupante de peso y muerte.

Las formas de prevenir esta enfermedad, al tratarse de un trastorno que suele iniciarse en la adolescencia, la observación por parte de la familia es crucial para detectar los factores de riesgo:

- Malos hábitos de comidas: muchos adolescentes comen solos mientras ven la tele o se comunican con sus amigos vía whatsapp. La falta de horarios fijos y de supervisión por parte de los padres acerca de lo que comen incrementan las probabilidades de desarrollar un trastorno de la alimentación.
- Mala comunicación con los padres: conocer las preocupaciones de los hijos, sus gustos y su círculo de amigos puede ayudar a prevenir este tipo de desorden o a detectarlo en una fase inicial.

Adaptación. <http://www.dmedicina.com/enfermedades/psiquiatricas/anorexia.html>

- Subraya con tu color rojo el tema del texto.
- Subraya con azul las causas de la enfermedad.
- Marca con amarillo las consecuencias de ese padecimiento.
- Señala con color verde las formas de prevenir este problema.
- Organiza la información en un mapa conceptual.

