



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Gyakori tévhitek az evészavarokról

Dr. Giulia Guardavilla



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Léteznek bizonyos gyakori vélekedések az evészavarokról, amelyek befolyásolhatják az edző viselkedését.

Bár az edzőnek nem szabad felvennie a terapeuta szerepét, fontos, hogy ismerje az étkezési problémákkal kapcsolatos gyakori tévhiteket, hogy megfelelő és empátikus módon közelíthessen a sportolókhoz.

Az evészavarokkal kapcsolatos tévhitek oda vezethetnek, hogy alábecsüljük a probléma súlyosságát, valamint annak szükségességét, hogy a lehető leggyorsabban cselekedjünk a kezelése érdekében.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Tévhit: Az evészavarok csak a nőket érintik

A serdülő lányok különösen veszélyeztetett csoportot alkotnak az evészavar kialakulása szempontjából, de ezek a zavarok a férfiakat is érintik, és eltérő korcsoportokhoz, kultúrákhoz és társadalmi-gazdasági háttérhez tartozó embereknél is kialakulhatnak.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Tévhit: Az evészavar csak egy múltó szakasz

Az evészavarok betegségek, és azokat betegségként kell kezelni. Ezeket a zavarokat nem szabad összetéveszteni a figyelemfelkeltő viselkedéssel; az érintettek valójában gyakran titkolják állapotukat, és vonakodnak beismerni a problémát.

Fontos, hogy ezekre a zavarokra ne úgy tekintsünk, mint „egy múltó szakaszra”, mert az evészavarok nem oldódnak meg maguktól – szakszerű beavatkozást igényelnek.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Tévhit: Az ember dönthet úgy, hogy meggyógyul egy evészavarból

Az evészavarok betegségek; nem függnek az ember akaraterejétől vagy szabad választásától. Az érintettek nem tudják egyszerűen „abbahagyni” a zavart csak azért, mert akarják, vagy mert mások ezt mondják nekik.

Fontos megérteni, hogy ez nem egyszerű döntés kérdése, hanem összetett zavar, amelyet különböző és bonyolult tényezők sora idéz elő és tart fenn.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Tévhit: Az evészavarok a felszínesség jelei

Az evészavarokat számos tényező mozgatja, köztük az egyéni sérülékenység, a genetika és a társadalmi nyomás. Nem hiúság kérdései, és nem kizárólag a testsúlyhoz vagy a külső megjelenéshez kötődnek – a szorongás, a kontroll iránti igény és a társadalmi normákkal való összehasonlítás táplálja őket.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Tévhit: A család felelős az evészavar kialakulásáért

A családot érinti, ha egyik tagjánál evészavar alakul ki, de nem ez az oka a kialakulásának.

Bizonyos szülői viselkedések kockázati tényezők lehetnek, ahogyan annak a környezetnek egyes jellemzői is, amelyben az ember felnő, de a zavar kialakulásához mindig tényezők együttese vezet.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Fontos emlékezni arra, hogy az evészavarok súlyos mentális betegségek, amelyek megfelelő kezelés hiányában életveszélyesek lehetnek.

Nem választás kérdései, nem életstílus, nem a fejlődés múltó szakasza, és nem a diétázás egy formája.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.