



---

CONSULTORIO | | Actualitzat el 04/03/2016 a les 11:51

# No tengo hambre y mis padres me obligan a comer

*Desde hace un año he perdido el hambre y no quiero que me obliguen a comer...*



## **PREGUNTA:**

¡Hola!

Desde hace un año me estoy dando cuenta que como porque mis padres me obligan. Ya sé que es malo pero a la hora del recreo tiro el bocadillo a la basura. ¡Necesito que me aconsejéis!

¡Gracias y besos!

## **RESPUESTA:**

¡Hola!



---

Normalmente en la adolescencia los chicos y chicas suelen tener más hambre porque es una etapa de desarrollo y crecimiento. Si desde hace tiempo no tienes hambre deberías ir al médico para que averigüe si hay algo que te provoque esto. Es importante que comas aunque creas que no tengas hambre.

Otro tema diferente es que hagas servir la excusa de que no tienes hambre porque en realidad lo que te pasa es que estás obsesionada con el cuerpo y quieres comer poco para adelgazar (aunque tú no seas completamente consciente de ello).

Este es un problema grave que no deberías dejar pasar, ve al médico y cuéntale más detalles sobre la situación. Seguramente te dará alguna dieta que ponga en marcha tu metabolismo y estés sana.

**-> Recuerda que puedes seguirnos en nuestras redes sociales para ser el primero en enterarte de todo:**

Facebook: Adolescentes

Twitter: @es\_adolescentes

Instagram: @es\_adolescentes