

# Guía Paso a Paso para Encontrar Tratamiento para Trastornos de la Conducta Alimentaria

---

## Paso 1: Encontrar a una persona especialista: [findedhelp.com](https://findedhelp.com)

- **Cómo seleccionar a una persona especialista:**
  - Presionar “Centro de Tratamiento” o “Profesional” (cualquiera está bien).
  - Entrar su código postal o estado.
  - Usar los filtros a su mano izquierda para identificar la persona proveedora de acuerdo con su seguro de salud.

## Paso 2: Haciendo su cita con una persona especialista

- **Contacte su centro de tratamiento o al proveedor a través de la información contacto provista.**
- **Ejemplo sobre lo que puede decir o enviar a través del correo electrónico cuando contacte el centro de tratamiento/proveedor:**
  - *“Hola, mi nombre es [añadir su nombre]. Estuve recientemente en la oficina de mi doctor/a y él/ella me indicó que tengo síntomas de trastornos de la conducta alimentaria. Mi doctor/a ha recomendado una evaluación comprensiva para saber si necesito o no un tratamiento especializado para un trastorno de la conducta alimentaria.*
- **Tenga la [Hoja de Trabajo del Seguro de Salud](#) a su alcance para que pueda ayudar a determinar si su seguro de salud va a cubrir la vista.**
- **Cosas a esperar cuando este programando la cita:**
  - El centro de tratamiento/proveedor puede hacerle preguntas sobre cualquier síntoma que este teniendo. En este momento es donde puede describir cualquier preocupación que tenga con su relación con la comida o su cuerpo. Básicamente, cualquier cosa que usted dijo “sí” en el cuestionario de evaluación inicial sería discutido aquí.
  - El centro de tratamiento/proveedor puede pedirle unos laboratorios y/o pedir que su expediente médico sea enviado de la oficina de su médico primario. Ellos/as le ayudarán a navegar por el proceso de cómo enviar esta información a ellos/as.
  - Sepa que puede tomar un tiempo para el centro de tratamiento/proveedor ponerse en contacto con usted. Dele al menos una semana antes de darle seguimiento por teléfono o por correo electrónico.
  - Es posible que desee contactar varios centros de tratamientos/proveedores para asegurarse de tener suficientes opciones.

## Paso 3: Asistiendo a la cita con el profesional especialista

- **Qué llevar:**



- o Su tarjeta de seguro médico.
- o Cualquier laboratorio o expediente médico que se le haya pedido (ver arriba).
- **Qué esperar:**
  - o Típicamente, en la primera cita con un centro de tratamiento/especialista es diseñada para hacer una evaluación comprensiva de sus síntomas para ayudar a determinar un diagnóstico formal y qué tipo de tratamiento necesita.
  - o Es probable que le hagan una serie de preguntas sobre sus hábitos alimentarios actuales, sus pensamientos acerca de su peso y forma del cuerpo, y sus preocupaciones sobre su relación con la comida y/o su cuerpo.
  - o Es importante saber que esta primera sesión es diferente de una sesión regular de terapia/tratamiento y es diseñada mayormente para recoger información de la historia de los síntomas para que el centro de tratamiento/proveedor puedan saber cuáles serán los mejores siguientes pasos.
  - o Luego de su primera visita, el centro de tratamiento/proveedor le dejará saber si usted tiene un trastorno de la conducta alimentaria y qué tipo de tratamiento es el más indicado. ¡Le alentamos a hacer cualquier pregunta que pueda tener a través del proceso!

