

all you need is love in a city of love®

MR GAY  
WORLD®

15th edition

2023 Cape Town, South Africa

# MGW NEWS

VOLUMEN I ISSUE 10

OCTUBRE / OCTOBER

“Vive tu orgullo, eleva tu orgullo, ríe con orgullo porque hoy día hace falta un mundo lleno de colores.”

“Live your pride, raise your pride, and laugh proudly because today a world full of colors is needed”.



## BODY DISMORPHIA PLATAFORM

- COMO TODO COMENZO
- HOW IT ALL BEGAN



# DEJAME AYUDARTE



M G W



**Por: José López Duvont**

## ¿Cómo se desarrolla un trastorno alimenticio?

Los trastornos alimenticios pueden desarrollarse a través de la combinación de condiciones psicológicas, interpersonales y sociales. Sentimientos inadecuados, depresión, ansiedad, soledad, así como problemas familiares y de relaciones personales pueden contribuir al desarrollo de estos trastornos. La idealización obsesiva de nuestra cultura por la delgadez y el “cuerpo perfecto”, también es un factor contribuyente a los trastornos alimenticios.

Una vez iniciados, los trastornos alimenticios tienden a auto-perpetuarse. El hacer dietas, atascarse y purgarse son métodos que utilizan algunas personas para manejar emociones dolorosas y para sentirse en control de sus vidas personales. A su vez, estas conductas deterioran la salud física, el auto-estima, la capacidad y el control.

Los trastornos de la conducta alimentaria constituyen alteraciones severas en la ingesta de los alimentos, en personas que presentan patrones distorsionados en el acto de comer en respuesta a un impulso psíquico. Este grupo de enfermedades engloba a varias, clasificándose en: anorexia nerviosa, trastornos de la conducta alimentaria “bulimia nerviosa” y trastorno por atracón.

El origen preciso no ha podido ser dilucidado, proponiendo diferentes teorías al respecto. La gran dificultad es que no existen tratamientos farmacológicos o nutricionales de eficacia demostrada, por lo que éstos se dan mediante grupos interdisciplinarios, basándose en psicoterapia, estrategias de apoyo durante el proceso psicoterapéutico y un programa psico educativo, proceso que lleva meses o años.

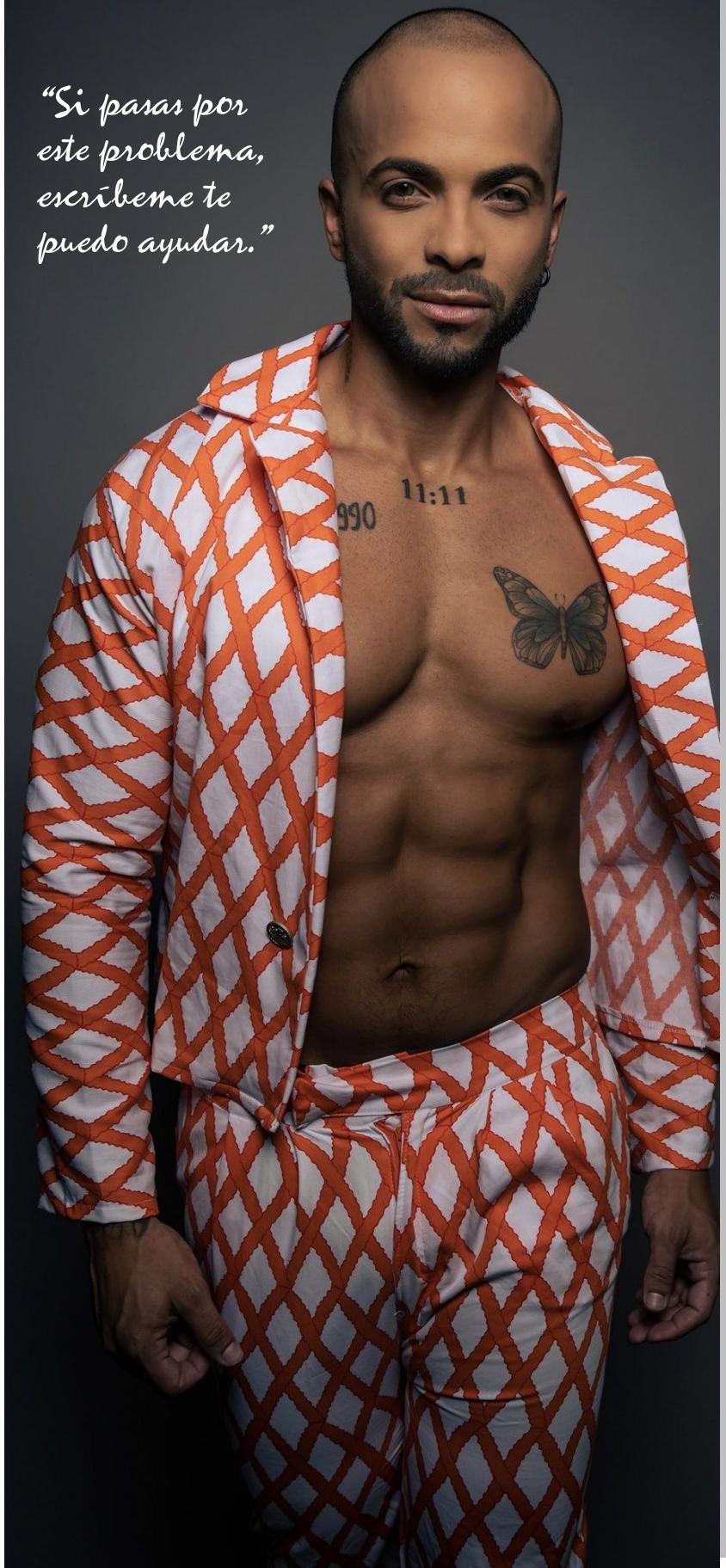
Padecer este tipo de trastorno descontrola el entorno y altera sin duda alguna tu diario vivir. Como toda condición presenta una serie de síntomas, entre ellos:

- Sentimientos de inutilidad
- Temor intenso de subir de peso o de tener sobrepeso
- Baja autoestima
- Irritabilidad
- Agitación
- Estado de ánimo depresivo
- Sentimientos de disgusto con uno mismo
- Sentimientos de vergüenza y culpabilidad
- Aumento en actividades para perder peso: ejercicio excesivo, provocación de vómitos, uso de laxantes.

Apoyar a la juventud de la comunidad LGBTTQ+ es nuestra prioridad. Somos parte de una sociedad que en gran medida nos señala y reprime. Trastornos como estos son consecuencias de estas conductas. Tomando esto como premisa, de aquí nace “Déjame ayudarte .... Body Dismorphia - LGBTTQ+”.

Ayudar a los jóvenes de 15 a 28 años de la comunidad LGBTTQ+ con trastornos de la conducta alimentaria y concienciar a la sociedad, las autoridades sanitarias, los medios de comunicación social de los graves perjuicios para la sociedad y en especial para aquellos colectivos más vulnerables, como lo son pertenecientes a la comunidad LGBTTQ+, como consecuencia de las enfermedades por trastornos del comportamiento alimentario, principalmente la anorexia y la bulimia.

*“Si pasas por este problema, escríbeme te puedo ayudar.”*



## - DEJAME AYUDARTE



Conseguir una sociedad saludable, con una buena autoestima y una imagen corporal positiva, especialmente entre los jóvenes de la comunidad LBGTTQ+.

Nuestros valores son la solidaridad y la empatía con los que sufren algún trastorno de la conducta alimentaria, que nos lleva a cuidar de los más frágiles a partir de la experiencia del propio sufrimiento.

Esta plataforma informa y orienta cada a muchas personas afectadas y sus familiares, para que puedan identificar qué les pasa, qué soluciones y recursos tienen a su alcance y los acompañamos durante todo el proceso para que puedan recuperar y mejorar su calidad de vida y la salud.

Establecer y mantener servicios especializados de calidad que llenen las necesidades de los participantes.

Ayudar a los niños con necesidades especiales y sus familias a encontrar y utilizar efectivamente aquellos recursos que les ayuden a desarrollar las habilidades necesarias para vivir productiva e independientemente. Crear un clima de aceptación para los jóvenes de la comunidad LBGTTQ+ en la sociedad circundante, mediante programas educativos y de concienciación hacia el cambio de actitudes.

Servir como intercesor para lograr mejorar la calidad de vida y que garanticen sus derechos a igual acceso y participación en todos los aspectos de la vida cotidiana.

### **- Algunos Tipos de Trastornos Alimenticios (con los que hemos trabajado)**

#### **· Anorexia Nerviosa:**

Las personas que sufren esta condición pueden verse a sí mismas con sobrepeso, incluso cuando están peligrosamente por debajo de su peso. Típicamente verifican su peso repetidamente, restringen severamente la cantidad de alimentos que consumen y cuando comen solo lo hacen en pequeñas cantidades. Esta condición tiene la tasa de mortalidad más alta de todos los trastornos mentales.

**· Bulimia Nerviosa:**

Las personas con bulimia nerviosa tienen episodios recurrentes y frecuentes de comer cantidades inusualmente grandes de alimentos y de sentir una falta de control sobre estos episodios. Este atracón es seguido por un comportamiento que compensa el exceso de comida, como el vómito forzado, el uso excesivo de laxantes o diuréticos, el ayuno, el ejercicio excesivo o una combinación de estos comportamientos. A diferencia de la anorexia nerviosa, las personas con bulimia nerviosa generalmente mantienen lo que se considera un peso saludable o relativamente normal.

**· Trastornos por Atracón:**

Las personas que sufren de este trastorno pierden el control sobre su alimentación. A diferencia de la bulimia nerviosa, los períodos de atracones no van seguidos de purgas, ejercicio excesivo o ayuno. Como resultado, las personas a menudo tienen sobrepeso o son obesas. El trastorno alimentario más común en los Estados Unidos



# LET ME HELP YOU



M G W



**By: José López Duvont**

## How does an eating disorder develop?

Eating disorders can develop through a combination of psychological, interpersonal, and social conditions. Inadequate feelings, depression, anxiety, loneliness, as well as family and relationship problems can contribute to the development of these disorders. Our culture's obsessive idealization of thinness and the "perfect body" is also a contributing factor to eating disorders.

Once started, eating disorders tend to self-perpetuate. Dieting, binging, and purging are methods some people use to manage painful emotions and feel in control of their personal lives. In turn, these behaviors deteriorate physical health, self-esteem, ability, and control.

Eating disorders constitute severe alterations in food intake, in people who present distorted patterns in the act of eating in response to a psychic impulse. This group of diseases encompasses several, classifying them as: anorexia nervosa, eating disorders "bulimia nervosa" and binge eating disorder.

The precise origin has not been able to be elucidated, proposing different theories in this regard. The great difficulty is that there are no pharmacological or nutritional treatments of proven effectiveness, so these are given through interdisciplinary groups, based on psychotherapy, support strategies during the psychotherapeutic process and a psychotherapy program. educational, a process that takes months or years.

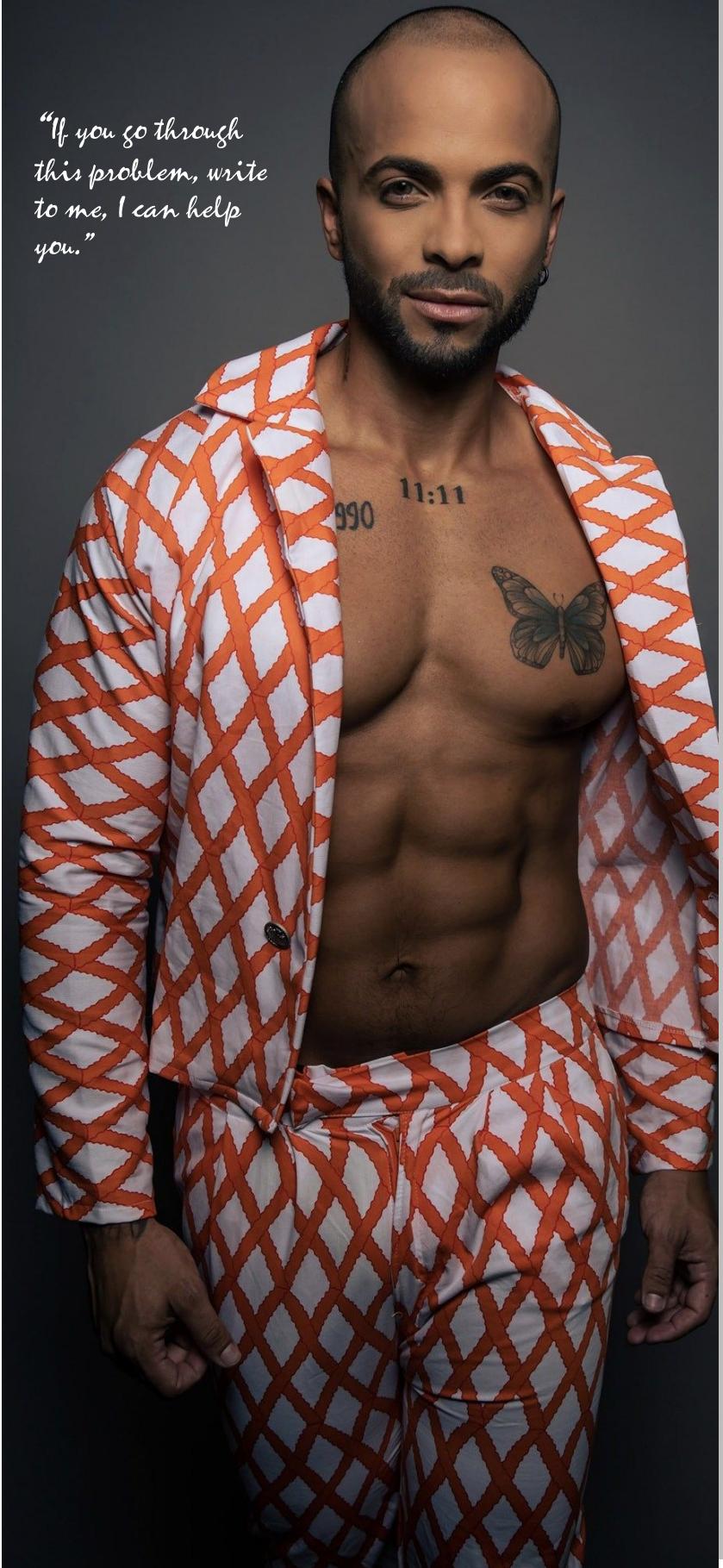
Suffering from this type of disorder loses control of your environment and undoubtedly alters your daily life. Like any condition, it presents a series of symptoms, including:

- Feelings of worthlessness
  - Intense fear of gaining weight or being over weight
  - Low self-esteem
  - Irritability
  - Agitation
- Depressed mood**
- Feelings of disgust with oneself
  - Feelings of shame and guilt
  - Increase in activities to lose weight: excessive exercise, induced vomiting, use of laxatives

Supporting the youth of the LGBTTQ+ community is our priority. We are part of a society that largely singles out and represses us. Disorders like these are consequences of these behaviors. Taking this as a premise, from here comes "Let me help you.... Body Dysmorphia - LGBTTQ+".

Help young people from 15 to 28 years of age from the LGBTTQ+ community with eating disorders and raise awareness among society, health authorities, and the social media of the serious harm to society and especially to those most vulnerable groups, as they are belonging to the LGBTTQ+ community, as a consequence of diseases due to eating disorders, mainly anorexia and bulimia.

*"If you go through this problem, write to me, I can help you."*



## - LET ME HELP YOU



Achieve a healthy society, with good self-esteem and a positive body image, especially among young people from the LBGTTQ+ community.

Our values are solidarity and empathy with those who suffer from an eating disorder, which leads us to care for the most fragile from the experience of our own suffering.

This platform informs and guides many affected people and their families, so that they can identify what is happening to them, what solutions and resources are available to them, and we accompany them throughout the process so that they can recover and improve their quality of life and health.

Establish and maintain quality specialized services that meet the needs of participants.

Help children with special needs and their families find and effectively use those resources that help them develop the skills necessary to live productively and independently. Create a climate of acceptance for young people from the LBGGTQ+ community in the surrounding society, through educational and awareness programs towards changing attitudes.

Serve as an advocate to improve the quality of life and guarantee their rights to equal access and participation in all aspects of daily life.

### **Some Types of Eating Disorders (with which we have worked)**

#### **· Anorexia Nervosa:**

People who suffer from this condition may see themselves as overweight, even when they are dangerously underweight. They typically check their weight repeatedly, severely restrict the amount of food they consume, and when they do eat they only do so in small amounts. This condition has the highest mortality rate of all mental disorders.

**· Bulimia Nervosa:**

People with bulimia nervosa have frequent, recurrent episodes of eating unusually large amounts of food and feeling a lack of control over these episodes. This binge is followed by a behavior that compensates for the overeating, such as forced vomiting, excessive use of laxatives or diuretics, fasting, excessive exercise, or a combination of these behaviors. Unlike anorexia nervosa, people with bulimia nervosa generally maintain what is considered a healthy or relatively normal weight.

**· Binge Eating Disorders:**

People who suffer from this disorder lose control over their diet. Unlike bulimia nervosa, periods of binge eating are not followed by purging, excessive exercise, or fasting. As a result, people are often overweight or obese. The most common eating disorder in the United States





all you need is love in a city of love™

# MR GAY WORLD®

2023 Cape Town, South Africa  
15th edition

Mr Gay World™ an annual global contest for gay men, seeking to empower national and international titleholders to serve as ambassador for change; and to bring focused attention to the plight of LGBTQIA+ people globally. Its primary purpose is to advocate and lead progressive change, by promoting the welfare of LGBTQIA+ communities in a dignified and humanistic manner. Creating dignified LGBTQ+ opportunities through fierce advocacy

Mr Gay World™, un concurso mundial anual para hombres homosexuales, que busca empoderar a los titulares nacionales e internacionales para que actúen como embajadores del cambio; y llamar la atención sobre la difícil situación de las personas LGBTQIA+ a nivel mundial. Su propósito principal es abogar y liderar el cambio progresivo, promoviendo el bienestar de las comunidades LGBTQIA+ de una manera digna y humanista. Crear oportunidades LGBTQ+ dignas a través de una defensa feroz