

El día de I.D.E.A. Noviembre 20, Día Especial para Celebrar la Abstinencia de Comer Compulsivamente

## CIRCULACIÓN INMEDIATA PARA LOS MIEMBROS DE OA DE TODO EL MUNDO

La temporada de comer demás ya está a la vuelta de la esquina. Con tanto énfasis en la comida para cuando llegan las fiestas, la gente que sufre de comer compulsivamente se enfrenta con tentaciones en todas partes.

¿Dónde pueden ellos obtener el apoyo que necesitan para descubrir otras maneras de celebrar las fiestas, modos que los *dejarán* sentirse bien con ellos mismos en lugar de sentirse culpables o llenos de arrepentimiento? ¿Dónde pueden encontrar una solución al devastador ciclo de atracar y morir de hambre? ¿Dónde pueden descubrir como parar la vuelta de la montaña rusa que no para nunca con la dieta del yoyo?

Comedores Compulsivos Anónimos OA es una Agrupación basada en los Doce Pasos de Alcohólicos Anónimos. Desde 1992, el tercer sábado de Noviembre, los miembros de OA de todo el mundo, guardan un Día Internacional para Experimentar la Abstinencia (IDEA). La Agrupación *creó* IDEA para animar a los miembros y recién llegados a abstenerse de comer compulsivamente. Este año el día *IDEA* se celebra el 20 de Noviembre.

Unas 6,600 juntas de grupos, en aproximadamente 52 países efectuarán eventos especiales en este día para dar el tipo de apoyo que se necesita para antes de la temporada de las fiestas que se acercan. Y este apoyo también está disponible los 365 días del año. OA está abierto a mujeres, hombres y jóvenes con cualquier tipo de problema con la comida.

Fundado en 1960, Comedores Compulsivos Anónimos-OA, efectuó su primera junta en Los Angeles, California. Ahora 44 años más tarde, OA es una Agrupación mundial que ha encontrado la solución a los problemas que se presentan por comer compulsivamente.

Comedores Compulsivos Anónimos-OA, reconoce que comer compulsivamente es una enfermedad física, emocional y espiritual. Los miembros encuentran la recuperación en todos los tres niveles, siguiendo un patrón de programa de los Doce Pasos, como el de los Alcohólicos Anónimos. No hay honorarios ni cuotas para pertenecer, la Agrupación se sostiene a través de las propias contribuciones de sus miembros y de la venta de literatura. OA no está afiliado con ninguna organización pública o privada, movimiento político, ideología o doctrina religiosa.

La información acerca de Overeaters Anonymous y dónde encontrar una junta se puede obtener en la Oficina Mundial de Servicios, OMS en Rio Rancho, New Mexico, USA o del sitio de la red de OA en: [www.oa.org](http://www.oa.org).

### INFORMACIÓN LOCAL

Oficina intergrupala de OA: Intergrupala México. Teléfono: 26144010, dirección: Doctora #37 2º. Piso, Tacubaya, México, D.F. 11870.