

Eva Trujillo y su lucha médica por atender los trastornos alimenticios



La doctora especialista en salud mental y trastornos de la conducta alimentaria, recibió el Premio Trayectoria EXATEC 2026 del Tec de Monterrey

03/03/2026

Alejandro Salazar

AM ESTUDIOS

A los 6 años, **Eva María Trujillo** decía que quería ser médica de niños. Su madre lo contaba en casa y su padre creyó que ese sueño era posible. Con el tiempo, esa decisión se convirtió en un camino dedicado a la **salud mental** y al tratamiento de los **trastornos de la conducta alimentaria (TCA)**.

Hoy, al recibir el [Premio Trayectoria EXATEC](#) 2026 del [Tec de Monterrey](#), la doctora volvió a ese punto de partida. Entre la niña que anunciaba su vocación y la especialista que dirige un centro hospitalario y preside asociaciones internacionales hay una línea constante: formarse para servir a los demás.

“Mi vocación empezó mucho antes que los títulos”, dijo en su discurso al recibir el reconocimiento de su *alma mater* por el impacto social que ha tenido en la comunidad.

Esa convicción tomó forma en el **Tec**, donde cursó la preparatoria, la carrera de **Médico Cirujano** y la especialidad en **Pediatría**. Recordó que ahí aprendió que el conocimiento debe regresar a la comunidad. *“Cuando el propósito es servir, el camino siempre encuentra su geografía”.*

Con esa base, su trayectoria la trazó hacia la investigación, la atención clínica y la participación en organismos dedicados a la atención de **trastornos alimentarios**.

Fundó Comenzar de Nuevo, un modelo integral que incluye atención médica, nutricional y psicológica, además de investigación y prevención.

Foto: Alejandro Salazar.



Realizó estudios de posgrado en **medicina del adolescente** y adulto joven en el **Boston Children's Hospital** de la **Universidad de Harvard**, ampliando su enfoque clínico hacia la que considera una etapa crítica del desarrollo.

Posteriormente, cursó una maestría en Tecnologías de la Educación y actualmente es doctoranda en Biomedicina y Ciencias de la Salud por la **Universidad Europea de Madrid**.

Desde ese cruce entre formación, vocación y práctica surgió un proyecto que atiende pacientes, forma profesionales y participa en estudios internacionales llamado [Comenzar de Nuevo](#).

“Cuando el propósito es servir, el camino siempre encuentra su geografía”.

Formación en el sentido del servicio

Eva María Trujillo se define como *“toda Tec”*. *“Para mí el **Tec** no nada más me ha formado académicamente, me ha formado como persona”*.

Ese aprendizaje marcó su forma de ejercer la medicina, regresar a la comunidad lo aprendido en las aulas.

Con el tiempo, su trabajo trascendió el ámbito local. Participó en redes internacionales dedicadas a los **trastornos alimentarios** y ocupó cargos en organismos que reúnen a investigadores y clínicos de distintos países.

Fue presidenta de la [Academy for Eating Disorders](#) y actualmente preside la [International Association of Eating Disorders Professionals](#).

“Soy la primera presidenta internacional que tienen, siempre habían sido presidentes de Estados Unidos”, compartió en entrevista para [CONECTA](#), y agregó:

“Es un orgullo, es un honor y al mismo tiempo una gran responsabilidad”.

Desde estos espacios ha impulsado la formación basada en evidencia y el intercambio de conocimiento entre países.

Para ella, esos cargos implican actuar de forma *“muy responsable, muy ética, muy fundada en valores humanos”*.

Un orgullo felicitar a la Dra. Eva María Trujillo Chi Vacuán (PrepaTec’86, MC’93, REN’97) y al Dr. Javier Arturo Reyes Altamirano (PrepaTec’94, LEC’98), ganadores del Premio Trayectoria EXATEC 2026.

Desde la dirección de Comenzar de Nuevo A.C., la Dra. Eva Trujillo se ha... pic.twitter.com/2lYkTr3COi

— Juan Pablo Murra Lascurain (@jpmurra) [February 18, 2026](#)

El encuentro con los trastornos alimentarios

Después de formarse como pediatra, cursó medicina del adolescente. En esa etapa comenzó a atender con mayor frecuencia casos de **trastornos de la conducta alimentaria (TCA)**. *“Conforme me fui adentrando en el tema, me fui enamorando”.*

Identificó que la formación universitaria en este campo era limitada. En muchos programas de medicina, los **estudiantes reciben pocas horas de enseñanza** sobre estos padecimientos. Esa carencia, sumada a un entorno donde las dietas y la preocupación por el peso son constantes, **dificulta la detección temprana**, aseguró.

*“Lo que en la obesidad es un tratamiento, en el **trastorno de conducta alimentaria** es un síntoma”*, recordó.

La reducción extrema de alimentos o el ejercicio excesivo pueden interpretarse como disciplina, cuando de acuerdo a doctora, en realidad son señales de alerta.

Frente a la idea de que estos trastornos son permanentes, insistió: “**los trastornos de la conducta alimentaria** son curables y tenemos que transmitir todo ese conocimiento”.

Eva Trujillo recibió el Premio Trayectoria EXATEC del Tec de Monterrey por su destacada trayectoria profesional en salud. Foto: AM ESTUDIOS



Centro especializado para la atención integral

La práctica clínica la llevó a concluir que no bastaba con la consulta individual. Era necesario crear un modelo integral que incluyera atención médica, nutricional y psicológica, además de investigación y prevención.

Así nació [Comenzar de Nuevo](#) en 1999. En sus inicios no existía en la región un centro especializado en **trastornos de la conducta alimentaria**.

“No había modelos, no había estructura. Sólo una convicción profunda de que las personas que sufrían merecían un tratamiento digno, científico y humano”.

El proyecto comenzó con la idea de ofrecer un tratamiento sustentado en ciencia y acompañado por la familia.

"La verdadera excelencia es usar lo que somos y lo que sabemos para aliviar el sufrimiento de los demás".

El **método** que **implementó** contempla varias **etapas**: primero la **recuperación médico-nutricional**, después el **trabajo terapéutico** basado en evidencia y finalmente la **reintegración** al entorno cotidiano.

Trujillo explicó que estos **trastornos afectan el pensamiento y sistemas corporales**, por lo que la intervención debe ser integral.

Como cofundadora y directora ejecutiva de **Comenzar de Nuevo** ha transformado junto con su equipo la vida de más de **15 mil pacientes** y sus familias. Es el único centro en América Latina que ofrece todos los niveles de atención para estos padecimientos.

Esta iniciativa la llevó a participar en espacios de planeación y política pública. Forma parte del [Consejo Nuevo León para la Planeación Estratégica 2040](#). Además, ha impulsado la formación de nuevos especialistas.

Es mentora de profesionales de la salud, profesora clínica en la Escuela de Medicina y Ciencias de la Salud del **Tecnológico de Monterrey** y docente en la Escuela de Psicología de la **Universidad Adolfo Ibáñez** en Chile, dentro del Magíster en Trastornos de la Conducta Alimentaria.

Fundó Comenzar de Nuevo, modelo integral que ha atendido a 15 mil pacientes con base científica y familiar. Foto: Alejandro Salazar



El valor del impacto cotidiano

Para la también académica, el **contacto con pacientes y familias es el motor del trabajo**. Escuchar que alguien decidió continuar, ver que una familia logra reorganizarse o recibir un mensaje de agradecimiento son momentos que orientan su práctica.

En su oficina conserva un cuadro que le regaló una paciente, lo describe como un árbol lleno de colores. Antes del tratamiento, la joven había pintado una versión gris. Tras avanzar en su proceso, decidió representarlo con colores distintos.

“El tratamiento había logrado que ella viera la vida de esos colores.

“Cuando te das cuenta de ese impacto, no hay título, no hay reconocimiento, no hay dinero que lo pueda igualar”.

Utiliza una analogía para describir el reto de la recuperación: regresar al entorno puede ser como salir de un centro de rehabilitación y trabajar en un bar.

Las conversaciones sobre dietas y cuerpos siguen presentes. Por eso insiste en la importancia de la familia y la red de apoyo como factores de protección.

“Lo más importante es la sonrisa de ese padre que me dice que su hija o su hijo ha mejorado”.

Eva María Trujillo y Javier Arturo Reyes recibieron el Premio Trayectoria EXATEC 2026 del Tec de Monterrey. Foto: AM ESTUDIOS.



Reconocimiento y propósito

Al recibir el **Premio Trayectoria EXATEC**, expresó que el reconocimiento implica pertenencia y responsabilidad.

Para ella, cada galardón representa una responsabilidad adicional con los pacientes y con la comunidad científica.

"La verdadera excelencia es usar lo que somos y lo que sabemos para aliviar el sufrimiento de los demás".

Entre sus distinciones se encuentran su inclusión en la lista de Las 100 Mujeres Más Poderosas de México por **Forbes** (2023), la Medalla al Mérito Dr. Carlos Canseco (2022) y el **Premio Mujer Tec** (2023).

Al ser galardonada recordó a su padre, quien creyó en su sueño, y habló también de su esposo Alfredo, al que describe como “*compañero de vida, amigo, cómplice, mi roca*”. También a los hijos, que han acompañado su trayectoria entre guardias y emergencias. “*Si algo he hecho bien en la vida es ser su madre*”.

La niña que quería ser médica de niños encontró un campo donde el dolor puede ser silencioso y el estigma frecuente. Desde ahí ha trabajado para colocar la **salud mental** en la agenda académica y pública, convencida de que el conocimiento, cuando se comparte, puede cambiar el rumbo de una vida.

**Con información de Susan Iraís*

TAMBIÉN QUERRÁS LEER:

