

## Trastornos alimentarios: 1 de cada 3 mujeres jóvenes padece de atracones, bulimia o anorexia

*En el Día Mundial de Acción contra los Trastornos de la Conducta Alimentaria, especialistas buscan formar conciencia sobre la prevención, detección temprana y tratamientos de esta problemática*

De impactarse en la vida cotidiana, los trastornos alimentarios pueden tener consecuencias graves para la salud física y psicológica de la persona.



En Argentina, una de cada tres mujeres jóvenes padece de trastornos alimentarios. En su mayoría se trata del atracón y la anorexia y bulimia nerviosa, según especificó la **Sociedad Argentina de Pediatría (SAP)**. Esto representa un 50% más que los resultados arrojados por un estudio llevado a cabo en 2001.

Este 2 de junio, en el **Día Mundial de Acción contra los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA)**, es bueno recordar que estos constituyen un conjunto de desórdenes con una amplia diversidad de presentaciones. “De manera sencilla, son todas aquellas manifestaciones problemáticas con el objeto-comida, que impactan negativamente sobre la salud, la nutrición y las capacidades psicosociales de la persona”, afirmó **Leticia Barcellini**, licenciada en Nutrición (MP 2214) y miembro del **Consejo Directivo del Colegio de Nutricionistas de la Provincia de Buenos Aires**.



Cada uno de estos trastornos tiene sus características propias pero comparten algunos elementos básicos en común que los definen como tal y son muy importantes a tener en cuenta para poder detectar de manera precoz algún caso. Éstos son la preocupación excesiva por el peso y la figura, la distorsión de la imagen corporal, y las prácticas reiteradas de control

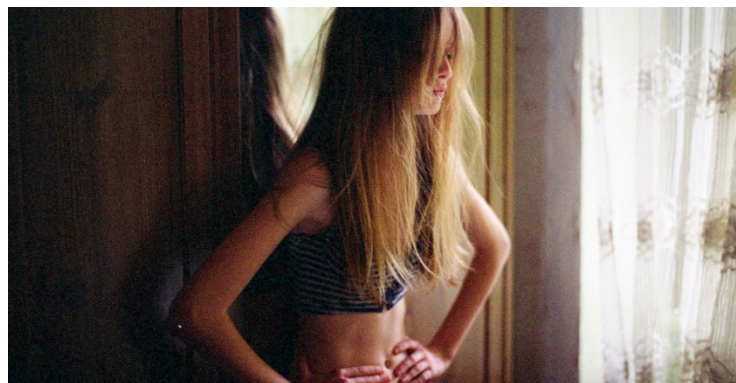
del peso, a través de dietas, ejercicio físico exagerado y desórdenes en rutinas alimentarias, entre otros.

Si bien los trastornos de la conducta alimentaria afectan a personas de **cualquier género, edad, grupo étnico, orientación sexual y nivel socioeconómico**, estadísticamente **son más frecuentes en mujeres adolescentes**. Es necesario **evitar la estigmatización y juicios sociales** que rodean a este tipo de enfermedades, cuyo tratamiento requiere de un trabajo interdisciplinario, informó el Colegio de Nutricionistas bonaerense.



Elementos básicos de estos trastornos tiene sus características propias pero comparten algunos. La licenciada en Nutrición **Romina Pereiro** (MN 7722) dijo que existen **factores que influyen los trastornos alimentarios**. "Son los medios, la moda, las dietas y productos milagrosos que pueden funcionar como disparadores porque a través de ellos se transmite un ideal de delgadez, que es inalcanzable".

"En esta época estamos atravesados por un ideal de mujer delgada, joven y atractiva que debe tener un cuerpo perfecto con determinadas formas que es muy distinto con el ideal de un cuerpo sano. La gente hace cosas extremas para intentar alcanzar esos extremos", advirtió Pereiro. "En el ideal de salud, el objetivo es tener un cuerpo sano que permita alcanzar una buena calidad de vida. En este sentido, es importante transmitirle a la población de riesgo, que son los niños y adolescentes que están en pleno desarrollo y estructuración de su personalidad, esta diferencia entre el **ideal de delgadez versus el ideal de salud**".



En ese sentido, Barcellini sostuvo: "Es muy importante destacar que estos trastornos no se 'curan' comiendo con fuerza de voluntad, son presentaciones de difícil manejo, requieren diagnóstico y tratamiento profesional. Resulta indispensable el abordaje integral y un tratamiento interdisciplinario que contemple más allá de la **evaluación diagnóstica, la**

**singularidad de cada caso.** El rol de los profesionales de la Nutrición como integrantes del equipo de trabajo es clave a la hora de poder ir acompañando los cambios alimentarios”.

“Se trabaja desde la educación alimentaria tanto con los pacientes como con su familia. Es frecuente encontrarse que tienen mucha información, a veces correcta y a veces equivocada, sobre alimentación y nutrición. Fomentar un espacio de confianza donde se pueda hablar de la comida, para eliminar creencias, mitos, rituales patológicos, es importante para la recuperación. **Aunque la ganancia de peso es importante, no es el único indicador que se utiliza para medir avances del tratamiento.** Es indispensable evaluar si ha podido desarrollar un patrón de alimentación relajado y espontáneo, libre de obsesiones y restricciones. Este es un **proceso complejo**, pero que con trabajo mutuo puede suceder”, explicó la nutricionista.



Padres, docentes, familiares y amigos son fundamentales para la detección temprana del problema pero también para el acompañamiento posterior. De esta manera, informarse con responsabilidad es imprescindible para romper el estigma y tabú que existe alrededor de este tema. Un diagnóstico y tratamiento precoz mejoran notablemente la evolución y disminuyen las complicaciones y secuelas asociadas.



Los expertos plantearon la hipótesis de que la pandemia provocó que **algunos jóvenes se sintieran aislados, solos y fuera de control.** “Algunos se las arreglaron buscando tener control sobre su propio comportamiento”, expresó **Emily Pluhar**, pediatra y psicóloga del **Boston Children’s Hospital** e instructora de la **Escuela de Medicina de Harvard**, quien también manifestó que **los trastornos alimentarios están fuera de control.**

[www.psicoadolescencia.com.ar](http://www.psicoadolescencia.com.ar)

2 de Junio de 2022

<https://www.infobae.com/salud/2022/06/02/trastornos-alimentarios-1-de-cada-3-mujeres-jovenes-padece-de-atracones-bulimia-o-anorexia/>SEGUIR LEYENDO

**SEGUIR LEYENDO**

[\*El impacto de la pandemia generó un incremento de casos de adolescentes con trastornos alimenticios\*](#)

[\*Trastorno de alimentación: la enfermedad silenciosa que infunde vergüenza, culpa y miedo a pedir ayuda\*](#)

[\*Qué son los trastornos alimentarios y cómo evitarlos\*](#)