

Trastornos alimentarios: una pandemia moderna

27/11/2024

El próximo 30 de noviembre se conmemora, como cada año, el Día Internacional de la Lucha contra los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) que se identifica bajo el símbolo de un lazo azul. Esta propuesta pretende visibilizar la importancia de la prevención y detección precoz de este tipo de alteraciones alimentarias y huir de la estigmatización y el exceso de juicios sociales que, de forma frecuente, rodean a este tipo de enfermedades.

Los trastornos alimenticios o trastornos de la conducta alimentaria (TCA) engloban varias enfermedades crónicas y progresivas que, a pesar de que se manifiestan a través de la conducta alimentaria, en realidad consisten en una gama muy compleja de síntomas entre los que prevalece una alteración o distorsión de la auto-imagen corporal, un gran temor a subir de peso y la adquisición de una serie de valores a través de una imagen corporal.

En los últimos 30 años, los TCA surgieron como enfermedades cada vez más frecuentes, sobre todo en los adolescentes. Los estudios sobre la frecuencia de estos trastornos muestran un aumento preocupante, principalmente en la población de mujeres jóvenes. Se ha encontrado que entre 1 y 2 % de las mujeres padecen de anorexia nerviosa, y entre 1 y 3 % padecen bulimia nerviosa. Estos trastornos se presentan en una proporción de 10 a 1 en las mujeres con respecto a los varones, aunque en los últimos años se ha incrementado el número de varones que los padecen.

Los especialistas afirman que es necesario que el entorno más cercano pueda detectar cuando una persona necesita ayuda por posibles trastornos con la alimentación y ser atendida a tiempo por un equipo de profesionales especializados que podrán contener y ayudar al paciente.

El modelo social actual de belleza impone un cuerpo cada vez más delgado, cuya estética no coincide, en la mayoría de los casos, con un patrón saludable. Además, la mala alimentación por los hábitos modernos de consumo conforma un cóctel preocupante. Allí hay que poner la atención para deconstruir y reformular conceptos y conductas porque lo que está en juego es, ni más ni menos, que nuestra salud.