

Una de cada tres jóvenes argentinas padece de atracones, bulimia o anorexia

02/06/2022



Una de cada tres mujeres jóvenes argentinas padece trastornos alimentarios, entre los que se destacan el atracón, la anorexia y bulimia nerviosa, según especificó la **Sociedad Argentina de Pediatría (SAP)** y esta cifra representa un 50% más que los datos que arrojó un estudio llevado a cabo en 2001.

Este jueves se conmemora el **Día Mundial de Acción frente a los Trastornos de la Conducta Alimentaria** para concientizar a la población acerca de la prevención o detección temprana de esta problemática. Los TCA 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, 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: preocupación excesiva por el peso y la figura; distorsión de la imagen corporal; y 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, raza, orientación sexual y nivel socioeconómico, estadísticamente son más frecuentes en mujeres adolescentes. Ante esta situación, es necesario evitar la estigmatización y juicios sociales que rodean a este tipo de enfermedades, cuyo tratamiento requiere de un trabajo interdisciplinario.

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**», añadió.

Además dijo: «**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. En tanto, **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, ya que, un diagnóstico y tratamiento precoz mejoran notablemente la evolución y disminuyen las complicaciones y secuelas asociadas.

Fuente: Noticias Argentinas