

La baja autoestima, el exceso de peso o una personalidad perfeccionista pueden llevar a un trastorno de la alimentación

- **El inicio de una dieta es uno de los factores habituales para desencadenar la enfermedad**
- **El Instituto de Trastornos Alimentarios (ITA) ha detectado alguno de los factores que hacen más vulnerable a las personas a sufrir un TCA y a los diferentes factores que influyen en la aparición de la enfermedad**

Barcelona, 9 marzo 2009- Los trastornos del comportamiento alimentario son la tercera enfermedad crónica más frecuente entre los jóvenes. El inicio de aparición de la enfermedad se ha avanzado en los últimos años y actualmente 1 de cada 5 adolescentes está en riesgo de sufrir un trastorno alimentario, básicamente anorexia y bulimia que son los más conocidos.

En estas enfermedades la relación con el cuerpo y la comida es patológica e insana. En el momento del tratamiento se ven los síntomas que son sólo la cara más evidente, detrás se esconden toda una serie de causas que influyen en la aparición de la enfermedad y van más allá de la alimentación. El Instituto de Trastornos Alimentarios (ITA) ha detectado algunos de los factores que más pueden influir.

Una combinación de factores que predisponen, provocan y mantienen la enfermedad

Existen tres tipos de factores causales: los factores predisponentes, los desencadenantes y los mantenedores.

Como **factores predisponentes** entendemos aquellos que hacen vulnerable a la persona a sufrir un TCA cuando se den determinadas combinaciones de características individuales, familiares y de factores socioculturales.

A nivel individual encontramos factores como el exceso de peso, el hecho de tener la autoestima baja (no creer en un mismo), características de personalidad perfeccionistas y obsesivas, y el miedo a hacerse mayor, a asumir responsabilidades.

A nivel familiar tanto el sobrepeso o la obesidad en la familia, los posibles trastornos psiquiátricos de los familiares, los conflictos familiares, la falta de comunicación y la sobreprotección de los hijos pueden contribuir a que en un futuro se pueda desencadenar el trastorno.

Por último, a nivel social existen factores de vulnerabilidad como los ideales de estar delgado, la influencia de la publicidad o de ciertos deportes donde se exigen un nivel de competitividad alto.

Ante todas estas combinaciones de causas, es cuando aparecen una serie de **factores que desencadenan la enfermedad**. El factor desencadenante por excelencia es **el inicio de una dieta**. La pérdida de peso es reconocida por los otros, fomentando así que la autoestima aumente por el hecho de adelgazar. Por primera vez la persona siente que hay alguna cosa en su vida que controla. Otros factores desencadenantes serían la pubertad (aparición de los

caracteres sexuales secundarios, los cambios físicos en la adolescencia pueden provocar rechazo al cuerpo), los comentarios críticos de la familia y/o amigos sobre el cuerpo, la insatisfacción corporal o vivir una situación estresante (abuso sexual, acoso escolar, muerte de un familiar, etc).

Una vez la enfermedad se ha iniciado aparecen una serie de **factores que la mantienen** pese al sufrimiento que tienen este tipo de enfermos. Los factores mantenedores más frecuentes son: la desnutrición (con las consecuencias psicológicas que comporta), el aislamiento social que provoca la enfermedad, la distorsión de la imagen corporal (cuando más se adelgazan más gordas se ven, por tanto la autoimagen sigue siendo negativa), la presión social que valora el hecho de estar delgado y la conducta alimentaria anómala.

Sobre ITA

El Instituto de Trastornos Alimentarios (ITA) es una red asistencial creada en 1998 para el tratamiento, formación e investigación de las alteraciones de la conducta alimentaria. Se trata de la principal institución privada a nivel estatal en atención integral de los Trastornos de Conducta Alimentaria (TCA). La entidad entiende que la atención de este tipo de trastornos tiene que englobar no sólo la prevención de la enfermedad y la restitución de la salud, sino también la rehabilitación y la reinserción en su entorno.

ITA dispone de diferentes recursos asistenciales para conseguir sus objetivos: centros de hospitalización, hospitales de día, consultas externas y pisos terapéuticos. Se trata el primer centro de España en lo que se refiere a número de plazas y pacientes.

Para más información

MAHALA

Elisa Álvarez

Tel. 93 412 78 78 ext 6

663 37 38 16

elisa@mahala.org