



Médicos y pacientes de la Unidad de Trastornos de la Conducta Alimentaria (UTCA) del hospital La Fe. IVÁN ARLANDIS

Los trastornos alimentarios se multiplican, con más de treinta nuevos casos al día

La operación bikini agrava dolencias como la anorexia o la bulimia mientras los expertos detectan un repunte de la obsesión por comer sano

DANIEL GUINDO

VALENCIA. Menos consultas pero más diagnósticos. Los casos de pacientes afectados por algún Trastorno de la Conducta Alimentaria (TCA) —la anorexia o la bulimia, principalmente— se han disparado tras la pandemia en la Comunitat. Y esto es así pese a que, incluso, se han reducido las visitas a los centros de salud asociadas a este tipo de patologías; unas dolencias que repuntan y se agravan en épocas preveraniegas como la actual a causa, en buena parte de los casos, de las dietas milagro y la operación bikini.

Según los datos proporcionados a LAS PROVINCIAS por la Conselleria de Sanidad, los médicos valencianos diagnostican más de

30 de estos trastornos al día en la Comunitat, casi un 22% más que antes de la irrupción del Covid. En concreto, a lo largo del pasado ejercicio se descubrieron 11.906 casos de TCA frente a los 9.800 contabilizados en 2019. Sin embargo, el último año prepandémico los centros de Atención Primaria atendieron casi 32.000 consultas por este tipo de trastornos, mientras que el año pasado no se alcanzaron las 21.000.

Como señalan desde el departamento autonómico, la anorexia concentra la mayor parte de las consultas (el 78% en 2022, frente al 71% de 2019), mientras que el perfil más habitual del paciente atendido en las unidades especializadas es el de niñas de entre 10 y 14 años.

Al respecto, Jordi Ferri, médico especialista en Endocrinología y Nutrición del hospital Clínico de Valencia, explica que estos trastornos «son patologías que tiene en común una preocupación excesiva por el peso y la imagen corporal, con una percepción distorsio-

nada de la misma, que conduce a una serie de conductas anómalas en relación con la alimentación con consecuencias físicas, psicológicas y sociales». En este sentido, agrega, la llegada del verano «puede favorecer que se produzcan factores precipitantes en gente predispuesta como son la realización de dietas o planes de alimentación inadecuados, la desestructuración de horarios, la realización de comidas fuera de casa sin adecuada supervisión, etc. Estos precipitantes actúan como gatillo tanto para nuevos casos como para descompensar aquellos ya diagnosticados».

En esta línea, Bárbara Tena, dietista-nutricionista miembro del

Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas de la Comunitat y especialista en TCA, considera que, en épocas como la actual, «las personas con mala relación con la comida se sienten más expuestas por ese miedo a ir a la playa, a la piscina, llevar bikini... Parece que el tratamiento avanza, pero cuando llega el verano vienen miedos que parecía que se estaban superando».

Tena sí cree que progresivamente está aumentando la cantidad de afectados por estas dolencias «porque hay mucha información sobre nutrición, pero falsos mitos, redes sociales, los filtros, los modificados por Photoshop... sobre todo entre los jóvenes que intentan parecerse a otras personas, con una mala relación con la comida, con baja autoestima... Y si se junta todo podemos tener un TCA».

Al detalle, la anorexia sigue siendo el trastorno más habitual, tanto la atípica, en la que el paciente restringe mucho la comida y pierde bastante peso en poco tiempo, pero no está delgado; como la nerviosa, en la que sí está excesivamente delgado al comer poco y tener miedo a engordar. También se dan casos de bulimia nerviosa

(tras comer, el paciente se siente culpable y lo compensa con ejercicio, tomar laxantes o incluso vomitando) y de trastornos por atracón (como la bulimia, pero sin compensar). Asimismo, señala, «en estos últimos tiempos se está viendo más ortorexia», una obsesión patológica e irracional por comer sano y por la calidad de los alimentos.

El TCA, alerta esta especialista, «influye mucho en la vida diaria, te imposibilita llevar una vida normal y es una enfermedad muy peligrosa».

Perfil del paciente

Sobre el perfil más habitual de estos pacientes, el doctor Ferri, miembro de la Sociedad Valenciana de Endocrinología, Diabetes y Nutrición, apunta que los trastornos alimentarios son más frecuentes en mujeres en edades comprendidas entre 15 y 25 años aunque, actualmente, «también en relación a la pandemia, se presentan tanto en edades más tempranas como más tardías y ha aumentado la frecuencia en varones». Al respecto, Tena, una de las responsables de la clínica Fem Salut en Silla, agrega que también se está detectando en el colectivo LGTBI.

Otro factor que contribuye a la proliferación de TCA son las denominadas dietas milagro. Sobre ello, Ferri recuerda que este tipo de dietas «por definición son aquellas que prometen pérdidas de peso rápidas, se pueden llevar sin esfuerzo y se venden como completamente seguras y sin riesgos para la salud; pero hay que advertir que muchas de ellas pueden generar graves déficits nutricionales y, efectivamente, favorecer el desarrollo de conductas de trastorno del comportamiento alimentario por no ser equilibradas». «Este tipo de dietas deben ser enérgicamente desaconsejadas», subraya.

Tena, por su parte, destaca que «muchas veces el origen de los trastornos son estas dietas, pero el origen es la falta de educación alimentaria. Usan títulos muy atractivos con resultados muy atractivos, te enganchan y te pueden provocar un TCA, por lo que muchas veces son peligrosas».

La prevención y la detección precoz son dos importantes herramientas para intentar atajar estas dolencias. Así, como describe el doctor Ferri, «en ocasiones resulta difícil el diagnóstico precoz por la heterogeneidad de los trastornos y la situación socio-familiar individual». No obstante, subraya, «existen conductas en relación a los patrones alimentarios que pueden alertar, como son la restricción tanto de cantidades como de tipos de alimentos que hasta ese momento se consumían, aumento de interés por las actividades relacionadas con la alimentación (métodos culinarios sin grasa, selección de alimentos que consideran que engordan menos, restricción de alimentos saludables como aceite o frutos secos)».

El pasado ejercicio se descubrieron 11.906 casos de TCA frente a los 9.800 contabilizados en 2019, un 22% más

Estos trastornos «influyen mucho en la vida diaria, te imposibilitan llevar una vida normal y es una enfermedad muy peligrosa»