En el marco del XIII Congreso Nacional de Psiquiatría

UN 30 % DE LA POBLACIÓN FEMENINA TIENE RIESGO DE PADECER UN TRASTORNO DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA (TCA) EN LA ADOLESCENCIA Y JUVENTUD

- **Este trastorno afecta más a las mujeres tanto por razones culturales, ya que siguen un modelo estético corporal delgado, como biológicas, porque hacen más dietas y estas les causan déficit de serotonina.**

- **La Generación Y, generación del siglo XXI, es una generación de niños deseados y sobreprotegidos, con poca tolerancia a la frustración y que no saben encajar las críticas. La delgadez femenina, la naturalidad y la infantilización son los tres pilares de su canon de belleza.**

- **Las estrategias para prevenir los TCA en esta generación pasan por aplicar enfoques multidisciplinares como el programa ZARIMA, de investigación y prevención de estos trastornos y por introducir programas de prevención primaria escolar selectiva.**

Madrid, 20 de octubre. "Un 30% de la población femenina tiene riesgo de padecer trastorno de la conducta alimentaria (TCA), y un 5% de las mujeres adolescentes y jóvenes tienen un trastorno de la conducta alimentaria que cumple criterios diagnósticos", afirma el Dr. Pedro Manuel Ruiz Lázaro, secretario de la Asociación Española de Psiquiatría del Niño y del Adolescente.

Las causas, según explica el Dr. Ruiz, son multifactoriales. "Desde la genética al modelo estético corporal imperante de culto a la delgadez que incrementa la insatisfacción corporal". Este trastorno afecta más a las mujeres por razones culturales, porque siguen un modelo estético corporal delgado, y biológicas, puesto que hacen más dietas y éstas les causan déficit de serotonina.

En este sentido, también influye "en los chicos, la frecuencia de exposición a los medios de comunicación (TV y revistas), y en las chicas, determinados contenidos de los "media" relacionados con la insatisfacción corporal y los desórdenes alimentarios", comenta el Dr. Ruiz al explicar los resultados de un estudio sobre una muestra representativa de 1.115 estudiantes de secundaria de 15 comunidades autónomas, que se ha presentado en el XIII Congreso Nacional de Psiquiatría. El 10,2% de la población presenta riesgo de actitudes patológicas hacia la comida y el 11,2% riesgo de insatisfacción corporal.

Los TCA y la obesidad emergen como problemas de salud pública en relación con el fomento del culto al cuerpo y el creciente sedentarismo. Además se han producido una serie de cambios insaludables en los hábitos alimentarios : se abandona la dieta mediterránea, no se come en familia, y hay una abundancia de comida basura y productos baratos hipercalóricos con abundancia de grasas poco saludables.

En la opinión del Dr. Ruiz, los trastornos de la conducta alimentaria más frecuentes son los denominados trastornos de la conducta alimentaria no especificados (TCANE):

anorexias, bulimias atípicas y trastornos por atracones. “La prevalencia de los trastornos de la conducta alimentaria subclínicos o atípicos que no cumplen todos los criterios diagnósticos es sustancialmente mayor que los síndromes completos”, añade el experto. Asimismo, recuerda que “diferentes estudios epidemiológicos han mostrado que las cifras de prevalencia no varían entre las diferentes comunidades autónomas, siendo también similares a otros países desarrollados”.

Impacto de los trastornos alimentarios en la generación Y

La generación Y es la generación del siglo XXI, la Generación del milenio o la Generación 2001. Hace referencia a los nacidos entre 1978 y 1989, educados con las nuevas tecnologías, con Internet. Se caracterizan por sentirse alegres, seguros de sí mismos, y llenos de energía. Su formación es excelente, aunque tal vez demasiado académica. Es una generación de niños deseados y protegidos por una sociedad preocupada por la seguridad.

Al estar muy protegidos, tienen una enorme dificultad para encajar las críticas, toleran mal la frustración de sus expectativas; quieren controlar su tiempo y no perderse las actividades que han estado realizando desde niños. Tienen clara vocación internacional. Para ellos el desafío forma parte del éxito. Hay que apelar a sus sentidos, interesarlos y entretenerlos, son altamente sofisticados en sus gustos y apetitos. Es la generación de la interactividad, de los foros, grupos y las redes sociales, de las nuevas tecnologías que cambian continuamente a velocidad de vértigo. Su canon de belleza se basa en la obsesión por la delgadez femenina, la naturalidad y la infantilización.

Para el Dr. Ruiz, la principal diferencia es que la generación anterior, “la denominada mileurista o generación X”, es “más escéptica, cínica y desilusionada ante los valores de sus padres, con una revalorización de la adolescencia que les fuerza a ser adolescentes eternos, con cifras que señalan que el 30% de los mileuristas están en dieta permanente”.

Las estrategias para prevenir los trastornos alimentarios de la generación Y, que a la vez es activa y muy sedentaria, pasan, según el Dr. Ruiz, “por enfoques multidisciplinares, como el programa ZARIMA, con el foco en los adolescentes, en su contexto y en relaciones. Se trata de programas efetivos y relativamente económicos desde el punto de vista del coste, tiempo y recursos humanos”.

Por otro lado, también se desarrollan “los programas de prevención primaria escolar selectiva, los cuales representan una oportunidad para disminuir la incidencia de los TCA, cuya prevalencia en la comunidad se mantiene en cifras similares desde la década de los noventa”, asiente el Dr. Ruiz.

Sociedad Española de Psiquiatría

Sociedad fundada en 1958 cuyo objeto es promover el estudio y desarrollo de la Psiquiatría -con las áreas que le son afines-, así como su progreso científico y técnico, asistencial, docente e investigador; fomentar la información y formación psiquiátrica del médico general y participar en la formación del especialista; contribuir con una labor de investigación y asesoramiento a la solución de los problemas que plantea el perfeccionamiento de la asistencia psiquiátrica en España. Asimismo, representa a los psiquiatras españoles ante las instituciones públicas y entidades privadas.

Uno de los hechos más relevantes de los últimos años en el mundo de la salud ha sido el crecimiento de las enfermedades mentales. Por eso todos los sistemas nacionales de sanidad consideran la salud mental como una de las necesidades emergentes. En el futuro más inmediato, estos problemas requerirán una mejor atención en la planificación y más dotación de servicios de asistencia social y sanitaria. En España alrededor de medio millón de personas padecen algún tipo de trastorno mental grave; sin embargo, las

enfermedades mentales siguen siendo socialmente poco conocidas. Para conocer más sobre la SEP, www.sepsiq.org.

Sociedad Española de Psiquiatría Biológica

Sociedad constituida en 1974 cuyo fin primordial es promover estudios de la conducta humana, a través de la Psiquiatría Biológica, ateniéndose a las bases generales del pensamiento científico natural.

La Sociedad fomenta el establecimiento de unidades o programas docentes y de investigación dedicados a fortalecer la investigación en España; asimismo, promociona la investigación, docencia y divulgación de la Psiquiatría. Para conocer más sobre la SEPB, www.sepb.es.

Fundación Española de Psiquiatría y Salud Mental

La Fundación Española de Psiquiatría y Salud Mental (FEPSM) tiene como objetivo contribuir al conocimiento, desarrollo y perfeccionamiento de la Psiquiatría y Salud Mental, así como al de sus disciplinas afines, a través de reuniones, publicaciones, actos científicos, desarrollo de investigaciones y cualquier otra actividad cultural y científica.

Dicha Fundación nace como iniciativa de la Sociedad Española de Psiquiatría (SEP) y Sociedad Española de Psiquiatría Biológica (SEPB) para dotar a la sociedad en general de un instrumento de servicio para el avance científico de la Psiquiatría y de la Salud Mental en nuestro país. Para conocer más sobre la FEPSM, www.fepsm.org.

Para más información:
Berbés Asociados – Tfno.: 91 563 23 00
Patricia García /Paula Fernández
patriciagarcia@berbes.com / paulafernandez@berbes.com
637 82 48 78 / 678 54 61 77