

La escolarización temprana en guardería puede ser el germen de la anorexia



FERMÍN APEZTEGUIA
fapezteguia@elcorreo.com

Un médico y una psicóloga abordan en Encuentros con la Salud de ELCORREO los trastornos alimentarios

ES BILBAO. La escolarización temprana en guarderías puede tener graves consecuencias para la salud de los críos, especialmente de las niñas. El desapego de la familia en los primeros años de la vida favorece la aparición en la adolescencia de anorexia y bulimia, «dos caras de una misma moneda», considera la psicóloga clínica Pilar Puertas, especialista en trastornos de la alimentación. La estructura psíquica de una persona, la manera en que se organizan su mente, sus afectos y sus sensaciones, se construye en los primeros dos años de vida, una etapa en que el ser humano, más que nunca, necesita sentirse bajo el paraguas protector de su familia.

«Los cambios resultan fatales en niños tan pequeños», resume la experta, que analizará hoy en el foro Encuentros con la Salud de ELCORREO los dos caras de los trastornos alimentarios, el aspecto físico y el clínico; acompañada del médico Ricardo Franco, especialista en Medicina Interna del hospital de Basurto. Según Puertas, los pequeños necesitan «ritmos superestables». Que sea siempre la misma persona la que le arropo, le haga sentirse protegido, ofrece «mayores garantías de éxito» en el desarrollo emocional del menor. «Los cambios enriquecen a los niños cuando son un poco mayores, pero cuando son tan pequeños no son asimilables».

Eso no significa -recalca- que todos los críos escolarizados en edades tempranas acaben siendo víctimas de la anorexia o la bulimia, sino que cada vez existe más evidencia de que éste es un factor que lo favorece. «Los actuales hábitos de crianza no son los mejores», argumenta. «Los niños pasan demasiadas horas separados de los padres. Los dos primeros años requieren una mayor estabilidad. Hay que socializarlos más tarde», argumenta la experta, autora del libro 'El grupo de anoréxicas, una alternativa nutricional».

Diez veces más en 30 años
Los trastornos de la alimentación han pasado en las últimas décadas de ser considerados «una curiosidad científica sin interés social» a convertirse en un reto de salud de primer orden, alerta Ricardo Franco. Más de

300.000 personas, casi todas mujeres, sufren en España anorexia y bulimia, lo que supone que su incidencia se ha multiplicado por diez desde 1980 hasta hoy.

«Ambos trastornos suponen para ambos especialistas no dos sino un mismo problema de salud, un complejo síndrome depresivo que comienza en la infancia y se desata en la adolescencia. Unas niñas vomitan todo lo que ingieren (bulimia) y otras ayunan de manera exagerada (anorexia). En uno y otro caso, dejar de comer provoca a las pacientes un conjunto de sensaciones que acaban generándoles una adicción comparable sólo a la que causa la droga. «Utilizan la comida como una forma de compensación de las angustias, pero su autoestima no les permite alcanzar la meta que buscan. Están permanentemente en lucha contra lo que más anhelan», subraya la psicóloga.

Los especialistas establecen una escalera de tres peldaños en los trastornos alimentarios. Los casos más leves de rechazo a la alimentación,

La mejor prevención es dedicar tiempo de calidad a los niños

El apoyo de la familia es fundamental en la lucha contra la anorexia y la bulimia, especialmente para prevenirlas. Es importante, destacan los especialistas, que los padres dediquen a los niños un tiempo de calidad. Que estén con ellos no para hacer los deberes, «que deben hacerlos solos», sino para compartir juegos, charlas, intereses comunes y experiencias. «Tiene que haber una relación personalizada con cada hijo; y de implicación y responsabilidad.

Cuando se desata la enfermedad, el compromiso ya ha de ser otro. Padres, hermanos, amigos y parejas «no deben culpabilizar a las afectadas, sino contener sus angustias y tratar de acompañarlas lo mejor posible».

que tienden a resolverse solos, figuran en un primer nivel. En un segundo escalón se situarían otros de tipo neurótico, tampoco muy graves. Son niñas que sufren por la sexualidad que aflora con la adolescencia y que buscan aferrarse al cuerpo infantil a través de la manipulación alimentaria.

Un pronóstico complicado

Hablar de anorexia y bulimia significa, según Ricardo Franco y Pilar Puertas, enfrentarse a una enfermedad de difícil resolución, caracterizada por fuertes depresiones que el sujeto vive con angustia. La superación del trastorno, lamentablemente no siempre posible, requiere terapia psicoanalista, atención médica y el apoyo incondicional y sin límites de familiares y amigos. «Son pacientes muy silenciosas, les cuesta mucho hablar. Ayudarlas es muy complicado y requiere conocimientos sofisticados de psicoterapia para diagnosticar el trastorno depresivo de bases», explica la terapeuta.

LA SESIÓN

► Tema: 'Las dos caras de los trastornos alimentarios'. Dr. Ricardo Franco, especialista en Medicina Interna, hospital de Basurto; y Pilar Puertas, psicólogo psicoanalista.

► Biblioteca de Bidebarrieta. 19.00 horas. Hasta completar aforo.

► Respaldo académico. Los actos cuentan con la asesoría de la Academia de Ciencias Médicas de Bilbao y la Facultad de Medicina y Odontología de la UPV. Colabora Docor Comunicación.

Sólo un 30% de las afectadas llega a superar el mal. El trastorno se cronifica para un porcentaje similar, mientras que otro 30% vivirá toda su vida al borde de las recaídas. El 10% restante fallece. «Lo más escandaloso de la anorexia y la bulimia es que nos coloca de un modo brutal delante de una organización psíquica dirigida a la muerte. A diferencia de la melancolía, no es una muerte deseada, ni vislumbrada, pero a veces ocurre», concluye Ricardo Franco, secretario de la Academia de Ciencias Médicas de Bilbao. «Lamentablemente, la delgadez en nuestra cultura se asocia a la eficacia, el autocontrol y la disciplina, mientras que la gordura evoca debilidad, pereza y hasta pobreza».



Niños en el comedor de una guardería, donde adquieren habilidades sociales y aprenden a comer. :: LUIS SEVILLA

Se reduce la edad en que surgen los trastornos alimentarios

:: D. ROLDÁN

MADRID. Uno de cada cinco jóvenes está en riesgo de padecer un trastorno alimentario, la tercera enfermedad crónica más frecuente en este sector de la población. Lo más preocupante de este grave problema es que se está produciendo un adelantamiento en la

edad en que aparecen los primeros síntomas. Si la franja de edad de los pacientes se sitúa entre los 14 y los 25 años, ahora están apareciendo casos en niñas de entre 10 y 12 años. «No son manifestaciones tan acusadas como la bulimia o la anorexia», apunta Antoni Grau, director general del Conocimiento e Investigación de la Fundación Instituto de Trastornos Alimentarios, quien reconoce que se han dado casos de niños con «fuertes ayunos». Es lo que se empieza a denominar trastorno de la emancipación, que aparece como una manera de frenar la incursión del individuo en el mundo adulto.

Uno de los frentes donde los expertos y las administraciones han de mejorar para encarar este problema es en la comunicación con los adolescentes. Y es que todos los esfuerzos para paliar estos trastornos entre los más jóvenes han fracasado hasta ahora. «La información en clase ha fallado», reconoce Grau. De hecho, la información que se facilita en las aulas ha sido en algunos casos incluso «dañina» para los receptores. Estudios internacionales han demostrado que ha habido más casos de trastornos alimentarios entre esos alumnos que recibieron las recomendaciones básicas que en aquellos que no accedieron a la información. «El motivo radica en que no se plantea dentro de un programa general de la salud dentro de las escuelas», apunta el experto.