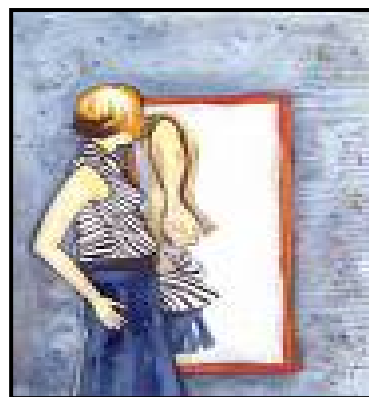




Els trastorns de la conducta alimentària (TCA)

Els Trastorns de la Conducta Alimentària (TCA) tenen molta incidència en els adolescents i joves i es consideren malalties psicosomàtiques greus degudes a diferents factors com la insatisfacció amb el pes, la negació de la maduresa sexual, les influències familiars, socials i genètiques i, també, com a resposta davant de situacions d'estrès.



Des de Serveis Socials d'Atenció Primària (SSAP) pensem que conèixer les causes ens ajudarà a actuar en prevenció.

Com és sabut, les normes d'atractiu físic i la pressió social envers una figura corporal definida per la primesa influeixen a l'hora de definir la identitat i l'autoestima dels adolescents d'ambdós sexes i aquest estereotip té a veure en l'aparició de trastorns lligats a l'alimentació.

L'adolescència és un moment del cicle vital amb importants canvis que afecten aspectes fonamentals de la persona, com l'aspecte físic, el pensament, la identitat i el tipus de relacions que mantenen amb la família i la societat. És important que l'adolescent, en particular, i els joves, en general, vagin adquirint responsabilitats que els permetin avançar cap a la maduresa de forma gradual i que els duguin a conèixer els canvis biològics i personals que es produeixen en aquesta etapa.



El fet de patir un TCA com l'anorèxia i la bulímia comporta una sèrie de problemes en el desenvolupament físic, psicològic i social. Aquests trastorns es presenten amb major incidència en les noies, més preocupades per l'excés de pes. Les transformacions corporals que es manifesten en aquesta edat i els estereotips que la societat té en funció de cada gènere (dones primes, bellesa i atractiu físic, segons uns canons determinats) tenen a veure amb l'afectació de la malaltia.

En l'**anorèxia** hi ha una distorsió de la imatge corporal, la persona se sent obesa quan realment pot estar molt prima, realitza activitats per no engreixar-se (fer molt exercici,



vomitar, prendre laxants, etc.) però, tot i l'estat físic d'aprimament, continua insatisfeta amb el seu cos.

La **bulimia**, és caracteritzada per episodis secrets d'ingesta d'aliments de forma excessiva, seguits de purgues per controlar el pes. S'inicia amb una sensació de gana insaciable, amb preferència a menjar dolços i aliments calòrics.

En els **TCS**, la imatge corporal està distorsionada, fet que influeix en l'autoavaluació del cos, l'autoestima personal i la identitat personal, creant sentiments d'ambivalència que fan que apareguin símptomes psicològics com depressió, canvi bruscat de caràcter i ansietat, a més d'altres complicacions físiques, com ara major vulnerabilitat per contraure qualsevol malaltia, problemes gastrointestinals, hipotèrmia, pèrdua de la menstruació, pell seca i groguenca, caiguda dels cabells, alteracions en el funcionament i el tamany del cor, osteoporosis. Des del punt de vista del desenvolupament sexual, hi haurà més problemes en aquests joves per afrontar una relació deguda a les dificultats per acceptar el seu cos i poder viure la sexualitat d'una forma sana, conjuntament amb l'aparició de sentiments de confusió, dificultats per assolir la pròpia autonomia i maduresa que repercutiran en les seves relacions afectives i sexuals futures.

En la **bulimarèxia**, hi ha manifestacions anorèxiques amb símptomes bulímics. És la malaltia més comuna, doncs s'ha observat que cap de les dues malalties apareix en un estat pur. La bulimarèxia és més freqüent en dones i les seves conseqüències són trastorns hormonals, problemes de la pell i, en casos greus, problemes cardíacs.

La **vigorèxia** és un trastorn emocional que afecta sobretot nois d'entre 18 i 25 anys i que consisteix a tenir una percepció distorsionada de les característiques físiques del cos. La persona sempre es veu poc musculada i, per això, realitza exercici físic de manera compulsiva, fins que el seu cos arriba a proporcions grotesques. Les conseqüències físiques són problemes d'ossos, d'articulacions, d'agilitat, afeccions greus al fetge, malalties cardiovasculars, disfuncions erèctils o, fins i tot, càncer de pròstata pel consum regular d'esteroides i d'anabolitzants.

L'**ortorèxia** es caracteritza per l'obsessió a menjar de manera saludable; hi ha una preocupació excessiva pel menjar sa, per consumir aliments ecològics, evitant aliments amb continguts elevats de greixos i additius. Aquesta preocupació per menjar sanament



Ajuntament d'Argentona

duu a la persona a un aïllament social per por de menjar allò que puguin servir-li en entorns diferents del seu propi àmbit culinari. Afecta més les dones de classe mitjana-alta i d'un cert nivell cultural. Les conseqüències de l'ortorèxia poden ser anèmies, hipotensió, osteoporosi i trastorns obsessiu-compulsius.

Els **menjadors compulsius** es caracteritzen per una addició al menjar. En el seu cas, el menjar és utilitzat com una forma de protegir-se i fugir dels problemes de la vida; menjar els serveix per evadir-se dels sentiments de patiment, angoixa i estrès. Els menjadors compulsius són conscients del seu desordre alimentari i se senten culpables davant de la ingesta excessiva. La malaltia és més freqüent en dones, comporta problemes cardíacs, alta pressió sanguínia, colesterol, trastorns hepàtics, artritis i problemes ossis.

Nina González

Treballadora social

SSAP de l'ajuntament d'Argentona

Argentona, maig de 2010.