

LA VANGUARDIA		Tirada: 226.306	Sección: -	
		Difusión: 189.392	Espacio (Cm_2): 798	
		(O.J.D)	Ocupación (%): 100%	
		Audiencia: 662.872	Valor (€): 15.235,00	
Nacional	General		Valor Pág. (€): 15.235,00	Imagen: Si
Diaria		25/03/2013	Página: 20	

20 LA VANGUARDIA

LUNES, 25 MARZO 2013

Tendencias

Salud mental

“Bebo, pero no engordo”

Un alto porcentaje de chicas con trastornos alimentarios abusa del alcohol

ALICIA RODRÍGUEZ DE PAZ
Madrid

En la difícil vida cotidiana de muchas anoréxicas y bulímicas —la inmensa mayoría de las personas que padecen trastornos de la conducta alimentaria (TCA) son mujeres— están presentes las borracheras. Y cada vez, con más frecuencia. Francisco Ferre, jefe del servicio de psiquiatría del hospital Gregorio Marañón de Madrid, que cuenta con una unidad clínica de TCA, explica que en los últimos cinco o seis años se ha producido un cambio en las enfermedades que tratan: “Un porcentaje altísimo de las jóvenes que atendemos —to-

APOLOGÍA DE LA ENFERMEDAD

Trampas y falsa información en internet

Desde principios de la década, con la popularización de internet, surgió la preocupación por la existencia de páginas web en las que se hacía apología de la anorexia y la bulimia. Más tarde, justo en un ecosistema tan atractivo para los más jóvenes, aparecieron perfiles de este tipo en las redes sociales como Facebook y Twitter.

Según explica la directora del departamento de psicología de la asociación Protege-

les, Alicia García, el fenómeno de los perfiles que hacen apología de estas enfermedades está más controlado “porque las propias redes sociales cierran los que detectan”. En cambio, “no han disminuido las páginas proanorexia y probulimia”. García confiesa que, a pesar del acuerdo firmado en el 2004 con los principales servidores de España, quedan fuera muchas webs en castellano alojadas en el extranjero.

Los expertos llaman a no bajar la guardia en la red y seguir denunciando para que sean cerradas. Recuerdan además que son sitios peligrosos donde, para captar a las jóvenes, mienten sobre la anorexia y la bulimia, al no tratarlas como enfermedades sino como meros estilos de vida. “Estas páginas son una auténtica puerta de entrada a los trastornos de conducta alimentaria”, alerta Alicia García.

abuso del alcohol no quiere decir automáticamente que las enfermas sufran alcoholismo. Estas chicas se apoyan, explican, en el autoengaño (“Bebo, pero no engordo; porque, aunque me emborracho, no voy a comer”), por lo que curiosamente abandonan la extendida creencia de que se gana peso con el alcohol.

¿Qué les empuja entonces a ir contra sus estrictas convicciones? Las anoréxicas —explica Ferre— tratan de calmar la angustia que les genera la enfermedad, a través de “atracones de calorías vacías”. “Hasta hace un tiempo, sobre todo optaban por comer chuches, patatas fritas... Últimamente, aparte de estos productos, muchas se inclinan por el alcohol. Se pasan todo el día conte-

ENFERMAS CRÓNICAS

El consumo excesivo de alcohol puede afectar a más del 70% de las pacientes

MENORES DE EDAD

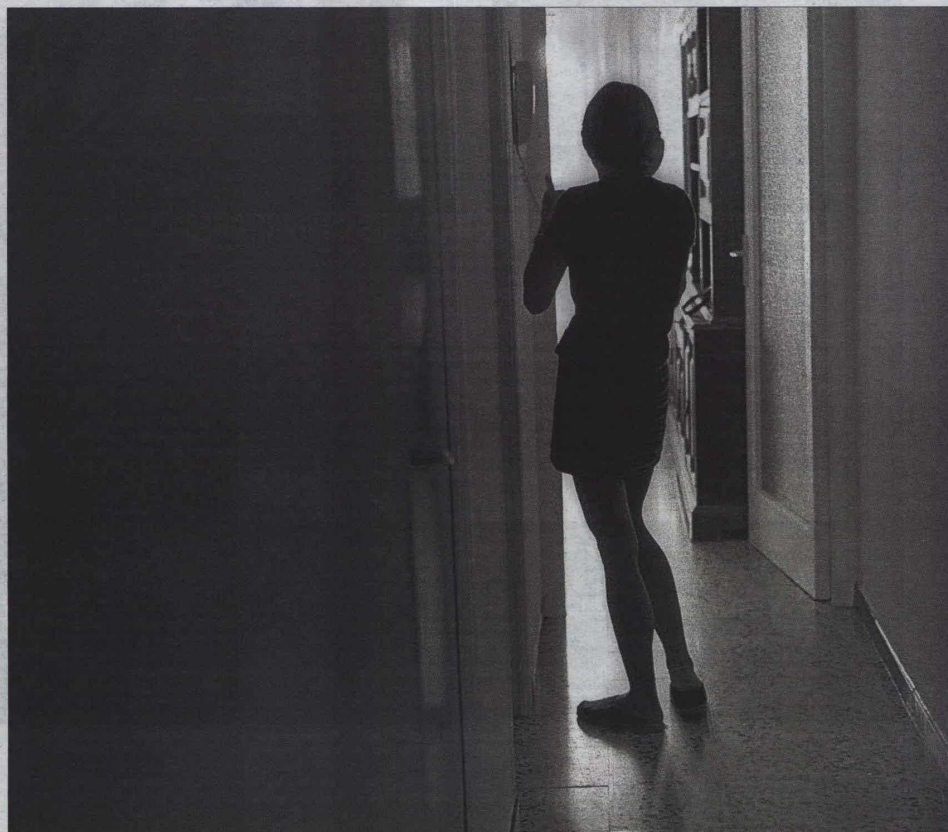
Las borracheras afectan a una minoría y son más frecuentes a partir de los 15 años

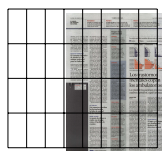
das enfermas crónicas y mayores de edad—, más del 70% consume alcohol de manera excesiva”.

En el caso de las pacientes menores de edad, las borracheras son mucho menos frecuentes. Así lo confirma Gonzalo Morandé, jefe de servicio de psiquiatría del hospital del Niño Jesús y máximo responsable de la unidad de TCA infantil y juvenil de Madrid, por la que han pasado en los últimos 20 años casi 3.000 pacientes. Sin embargo, Morandé califica de significativo el porcentaje de aquellas que abusan del alcohol, especialmente en el colectivo de las bulímicas de tipo purgativo —descontrol en la ingesta y vómito, con un peso normal o sobrepeso—. “Entre las menores, hay una minoría de pacientes con problemas serios con el alcohol, entre el 8% y el 12%. Un porcentaje que se eleva hasta el 28-30% si sólo se tiene en cuenta las purgobulímicas que presentan episodios de esta naturaleza”.

En todo caso, el consumo desahogado de alcohol es más común entre las adolescentes enfermas de TCA —anorexia, bulimia y trastornos por atracón— a partir de una determinada edad, sobre los 15-16 años.

Los expertos aclaran que el





LUNES, 25 MARZO 2013

TENDENCIAS

LA VANGUARDIA 21

**EL ABUSO
DEL ALCOHOL
EN ESPAÑA**

Borracheras

El 4,5% de la población de más de 14 años en España bebe alcohol de forma intensiva al menos una vez al mes

Hombres

La franja de edad con mayor porcentaje de hombres adultos que se emborrachan como mínimo una vez al mes es la de 25 a 34 años. Le siguen los jóvenes de 15 a 24 años, con un 11%

Mujeres

La incidencia de consumo intensivo de alcohol es mucho más baja en las mujeres que en los hombres. Las chicas más jóvenes, de 15 a 24 años, son las que se emborrachan con mayor frecuencia (el 5,6%)

niéndose con la comida y llega un momento que necesitan 'purgar', liberar presión. Mientras, las bulímicas -"más impulsivas"-, ante la más mínima frustración, "buscan saciarse lo antes posible" y pueden acudir al alcohol.

El máximo responsable de psiquiatría del hospital del Niño Jesús señala además que el alcohol, consumido de forma intensiva, se convierte en un "sedante

**ANGUSTIA PERMANENTE
El consumo intensivo
de alcohol es "un
sedante poderoso"
para las enfermas**

poderoso para la angustia permanente" en la que viven las personas que padecen este tipo de trastorno mental.

El doctor Morandé también destaca diferentes comportamientos frente al alcohol en función del trastorno alimentario padecido: "La anorexia favorece la aparición de un bebedor solitario más que social (es muy posible que se emborrachen en casa, a escondidas), mientras que la buli-

mia fomenta "la expansión", el consumo de bebidas alcohólicas en grupo. Morandé, cuya unidad atiende cada año unas 200 pacientes de hasta 18 años, recalca que esos cuadros de consumo de alcohol no implican beber todos los días, sino, por su propia naturaleza, beber de manera compulsiva hasta emborracharse.

Según los especialistas, los trastornos de la conducta alimentaria están relacionados con el control de los impulsos, por lo que hay un "nexo" entre el alcoholismo, la bulimia, la cocaína, la adicción al sexo, a las compras... "Se trata de personas que no pueden controlar sus impulsos", concluye el doctor Ferre. Es precisamente esa falta de control de los impulsos lo que hace que "les cueste aprender a beber 'socialmente'. No tienen medida", apunta el responsable del Niño Jesús.

Esta pauta de abuso se reproduce así mismo en el consumo de drogas ilegales. Por ejemplo, de las enfermas crónicas mayores de edad atendidas en el hospital Gregorio Marañón, casi el 43% son adictas al cannabis y otro 9,5% a la cocaína.

¿Qué suponen las borracheras para el estado de estas enfermas? "Es muy dañino para su salud: empeoran sus déficits nutricionales", indica el jefe del servicio de psiquiatría del Gregorio Marañón, que recibe cada año unas 150 pacientes nuevas. Aunque complica su estado, el tratamiento es muy similar al del resto de las pacientes -terapias nutricionales, farmacológica para disminuir la impulsividad y psicoterapéutica-, salvo que muestren una adicción al alcohol o las drogas. En ese caso, han de pasar por un proceso de desintoxicación.

No hay estudios sobre la preva-

**Rasgos de la
enfermedad**

EXTENSIÓN

Los trastornos de comportamiento o conducta alimentaria (TCA) constituyen la tercera enfermedad crónica más común entre los adolescentes

TIPOLOGÍA

Se consideran TCA la anorexia, la bulimia y cuadros parciales que comparten características con la anorexia y la bulimia, aunque no cumplen por completo el cuadro clínico de estas enfermedades

DEFINICIÓN

La anorexia es una enfermedad psicosomática caracterizada por una pérdida de peso inducida y mantenida por el propio paciente, que lleva a la malnutrición. Quienes lo sufren presentan rasgos psicopatológicos como la distorsión de la imagen corporal y el miedo a la obesidad. La anorexia se presenta en dos modalidades: restrictiva y purgativa.

La bulimia está caracterizada por episodios en los que el enfermo consume rápidamente grandes cantidades de comida. Justo después, trata de neutralizar los efectos de esa ingesta induciéndose el vómito, usando diuréticos o laxantes, realizando ejercicio intenso o con dietas muy restrictivas

EDAD DE INICIO

La edad media de comienzo de la anorexia es de 14 años; a los 18 se produce otro "pico". Para la bulimia, se sitúa entre los 17 y los 20. En los últimos años, han aumentado los casos en edades más tempranas

POR SEXOS

La inmensa mayoría de las afectadas por las TCA son mujeres, con proporciones de nueve chicas por cada hombre con este tipo de enfermedad

MAYOR PREVALENCIA

Hay un mayor número de casos en grupos concretos como bailarinas, modelos, gimnastas, y en personas con enfermedades que afectan a su imagen

VULNERABLES

Los expertos hablan de "mayor vulnerabilidad individual" entre adolescentes y jóvenes con ciertos rasgos de personalidad (baja autoestima, trastornos afectivos, afán de perfeccionismo, problemas de identidad...)

Las enfermedades mentales afectan más a las mujeres

Encuesta Nacional de Salud 2011-2012

Grupos por edades y cifras en porcentaje



FUENTE: Instituto Nacional de Estadística

LA VANGUARDIA

**Los trastornos
mentales copan
los ambulatorios**

La mitad de los pacientes presenta cuadros depresivos, según un estudio

CELESTE LÓPEZ
Madrid

Las autoridades sanitarias llevan años advirtiendo que la gran lacra del siglo XXI serán las enfermedades mentales. Y parece que el vaticinio se cumple, incluso a un ritmo más rápido del previsto. La causa, de nuevo, es la crisis económica que está haciendo estragos en la ya complicada salud mental de los españoles. Así lo indican todas las estadísticas sanitarias y, más aún, los médicos más próximos al ciudadano, los de atención primaria, que han alertado de la necesidad de tomar medidas ante el amplio número de pacientes que a diario llegan a las consultas con problemas de estas características. También los especialistas -psiquiatras y psicólogos-, que piden una mayor inversión en personal para poder tratar a los enfermos.

El estudio *The mental health risks of economic crisis in Spain: evidence from primary care centres* (Los riesgos para la salud mental de la crisis económica en España: evidencias en los servicios de Atención Primaria), publicado en la revista *European Journal of Public Health*, muestra un aumento de los trastornos del estado de ánimo, ansiedad, trastornos somatomorfos (molestias diversas, en mayor o menor grado difusas, que aquejan al paciente pero que no

pueden ser explicadas por la existencia de una enfermedad orgánica) y problemas de consumo de alcohol, desde el inicio de la recesión económica.

El trabajo estudia la prevalencia de los trastornos mentales en los servicios de Atención Primaria, a partir de los datos recogidos en el 2006-2007 y en el 2010-2011, entre más de 13.000 pacientes.

Según la investigación, los trastornos mentales que han registrado un mayor aumento son los de estado de ánimo, segui-

**CONSECUENCIAS
El paro y el riesgo a
ser desahuciado,
factores del
deterioro mental**

dos por los de ansiedad. De hecho, el trastorno depresivo ha pasado de una prevalencia del 28,9% en el 2006 al 47,5% cuatro años después; es decir, los problemas depresivos están presentes en casi la mitad de los pacientes que acuden al centro de salud. ¿Qué factores han conducido a este empeoramiento de la salud mental? La investigación señala el desempleo, tanto del afectado como de las personas de su entorno más cercano, y las dificultades para hacer frente a los pagos mensuales, sobre todo la hipoteca, así como el riesgo del desahucio.



Prevalencia. Los TCA afectan más del 5% de los jóvenes. En la foto, una chica anoréxica en casa

**SIN CONTROL
Los expertos vinculan
las borracheras a
la falta de control
de los impulsos**

**MISMO PATRÓN
La pauta de abuso se
repite con drogas
como el hachís y la
cocaína**

lencia de los trastornos de la conducta alimentaria en la población española. Se estima que este tipo de enfermedades mentales podría afectar a más del 5% de las mujeres adolescentes y jóvenes -alrededor del 4% con trastorno por atracón (o cuadros parciales), un 1,5% con bulimia y un 0,8% con anorexia.

Gonzalo Morandé resalta la importancia del tratamiento precoz en este tipo de enfermedades. "La mayoría de los pacientes que empezamos a atender pronto no tienen que ser tratados más tarde en las unidades de adultos".

ANA JIMÉNEZ/ARCHIVO

CONSULTE LAS ÚLTIMAS NOTICIAS SOBRE SALUD EN www.lavanguardia.com/vida/salud