



Las prácticas de privación alimentaria o trastornos de la conducta alimentaria (TCA) se convierten hoy en día en un problema que es subestimado. No se presta atención frente a cambios o instauración de hábitos desde la niñez, la anorexia o bulimia no son problemas recientes, además que muchos casos llegan en etapas avanzadas que pueden ocasionar incluso la muerte.

A propósito del estudio presentado en este volumen, en el que se indica una prevalencia baja de los trastornos de la conducta alimentaria, preocupan los resultados por el número de variables estudiadas, de tipo socioculturales, de autopercepción, así como prácticas de automedicación. En los grupos seleccionados debe ser importante la inclusión del género masculino, sujetos en quienes no obstante se presenta un menor número de casos, no se debe subestimar la importancia del problema.

Por otra parte, es importante mencionar que por aspectos éticos, identificada la problemática, es fundamental la inclusión en programas de apoyo y seguimiento, con el fin de evitar empeoramiento de los síntomas u otras complicaciones.

En el momento que se diagnostica el trastorno es relevante la remisión a programas que exigen manejo individualizado y especializado, en razón a que los pacientes presentan limitada adherencia al tratamiento, el cual puede durar varios años, si hay completa recuperación; además de la participación de profesionales calificados para el manejo de los factores etiológicos, en muchos casos relacionados con las dinámicas familiares y de tipo relacional que requieren apoyo psicológico.

Según Díaz Usandivaras, los trastornos de la conducta alimentaria tienen origen fuerte en las relaciones que se establecen tempranamente con la comida, en

la cual aparece la figura de la madre cumpliendo dos funciones básicas, la nutricia y normativa. La primera en relación con el cuidado, afecto y protección; la segunda ayuda a la adaptación a la realidad, con lo que se puede permitir y lo que no, y aunque crea conflicto y desacuerdo, ésta última permite sostener la individualidad.

También se destacan las conductas por imitación, en las que juega un papel importante lo observado en los padres y familiares, respecto a las pautas alimentarias y sociales. En el mundo actual se exige un patrón de belleza e imagen corporal, que va a extremos cuando se interfiere con las necesidades fisiológicas de alimentación y nutrición y de autorregulación hormonal que cumple el organismo.

La alteración de las conductas normales relacionadas con la alimentación en etapas tempranas de la vida, donde el crecimiento es a mayor velocidad, interfiere con la ganancia normal de talla y peso, ocasionando desnutrición en diversos grados, y en el caso contrario, los malos hábitos pueden ocasionar el sobrepeso y la obesidad, en muchos casos asociados a factores de riesgo genéticos. Se ha demostrado que quien es escolar obeso, puede llegar a hacerse adolescente obeso y posteriormente adulto obeso.

Lo anterior permite entender que la imagen corporal se relaciona directamente con el estado nutricional, y quienes están en sobrepeso o en obesidad, preocupados por su exceso, sienten ansiedad, lo que los conduce a cuadros de bulimia principalmente. En el caso de la anorexia, el individuo que la padece pierde la relación respecto al peso normal, y aún en caso de bajo peso, persiste el deseo por disminuir más, concibiendo la alimentación como exceso permanente.

En la promoción de buenas pautas de alimentación guiadas por la familia, en la prevención temprana, en las consultas de control de crecimiento y en el papel que

debe realizar la escuela, está el éxito de identificar tempranamente las alteraciones para evitar que se dé inicio a trastornos de conducta alimentaria. Es fundamental que las personas cercanas identifiquen todas las pautas y conductas realizadas por los niños y adolescentes, durante y posterior a la alimentación, las cuales se convierten en signos conductuales de alarma, al igual que las ideas que tienen en relación a su imagen corporal.

Los trastornos de la conducta alimentaria deben ser una preocupación constante de los profesionales

a quienes compete su manejo. Se requiere la conformación de grupos de trabajo multidisciplinario y de expertos, así como el avance de la investigación en esta área.

Sandra Patricia Guevara N., M.Sc.

Nutrición Clínica.

Docente Departamento de Nutrición.

Universidad Nacional de Colombia.

Bogotá, Colombia.

Correo electrónico: spguevaran@unal.edu.co