MAESTRIA NUTRICION DEL ADULTO

Transtornos de la conducta alimentaria

CLASE 2

LIC. NADIA CACERES

Al menos, 28% de las pacientes con anorexia nerviosa y/o bulimia nerviosa presentaban ortorexia nerviosa comórbida al inicio del tratamiento, cifra que aumentó a 53% al término de su proceso terapéutico.

Segura-Garcia C, Ramacciotti C

70 millones de personas, padece algún tipo de enfermedad mental relacionada con la comida

- Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) no paran de aumentar; y más desde el 2020, como subproducto de la pandemia.

- El encierro provocó que los casos aumentaran un 20% y las redes sociales agudizaron el problema posteriormente.

- Los datos epidemiológicos mostraban que, antes de la pandemia, un 5% de la población femenina padecía TCA, ahora se sitúa entre el 8% o el 10%.

- Según los datos más recientes, aproximadamente el 9% de la población mundial sufre algún tipo de estas enfermedades, lo que equivale a unos 70 millones de personas.

70 millones de personas, padece algún tipo de enfermedad mental relacionada con la comida

- Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) no paran de aumentar; y más desde el 2020, como subproducto de la pandemia.

- El encierro provocó que los casos aumentaran un 20% y las redes sociales agudizaron el problema posteriormente.

- Los datos epidemiológicos mostraban que, antes de la pandemia, un 5% de la población femenina padecía TCA, ahora se sitúa entre el 8% o el 10%.

- Según los datos más recientes, aproximadamente el 9% de la población mundial sufre algún tipo de estas enfermedades, lo que equivale a unos 70 millones de personas.

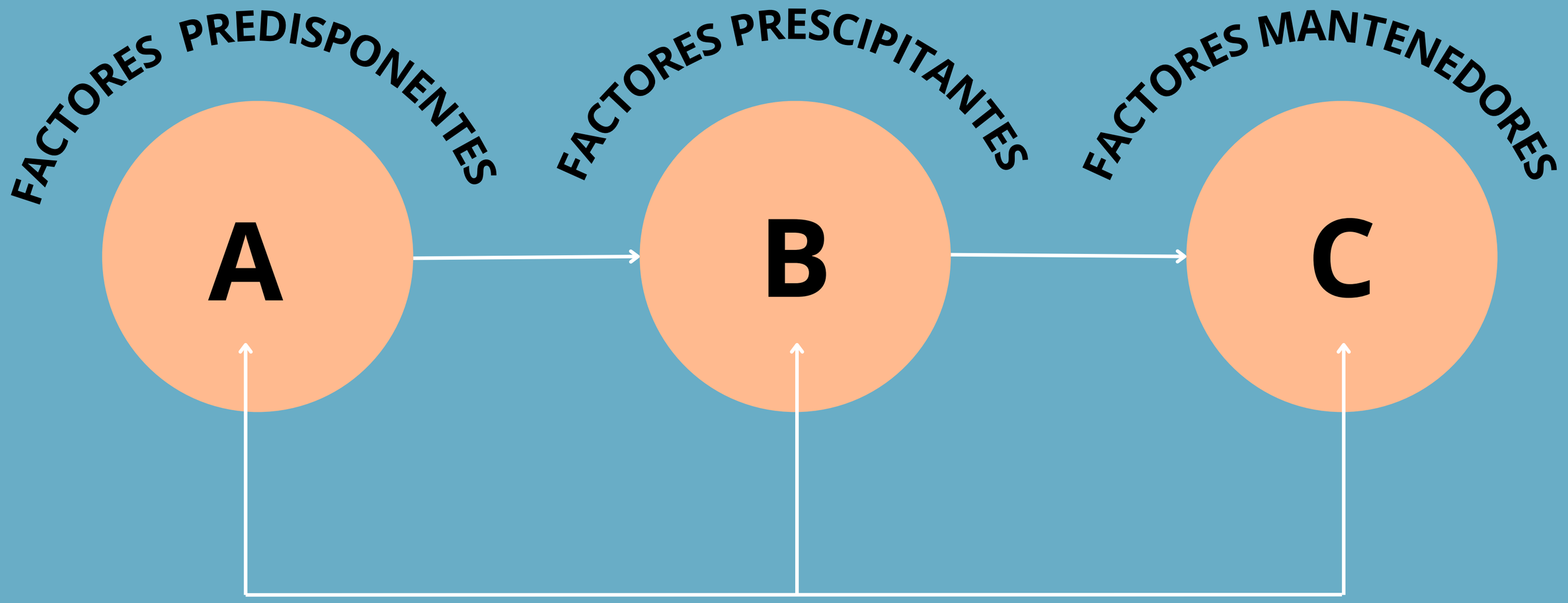
POR QUÉ APARECE UN TCA?

Los TCA son muy complejos y detrás de su aparición no encontramos una única explicación. Aunque son frecuentes los mensajes que culpabilizan por un lado a la moda o por otro a determinadas formas de relación y educación familiar cómo único componente causal, lo cierto es que lo único que determina realmente el inicio de un TCA es “ LA CONVICCIÓN DE EMPEZAR UNA DIETA” con el fin de mejorar la imagen que uno tiene de sí mismo y poder sentirse mejor.

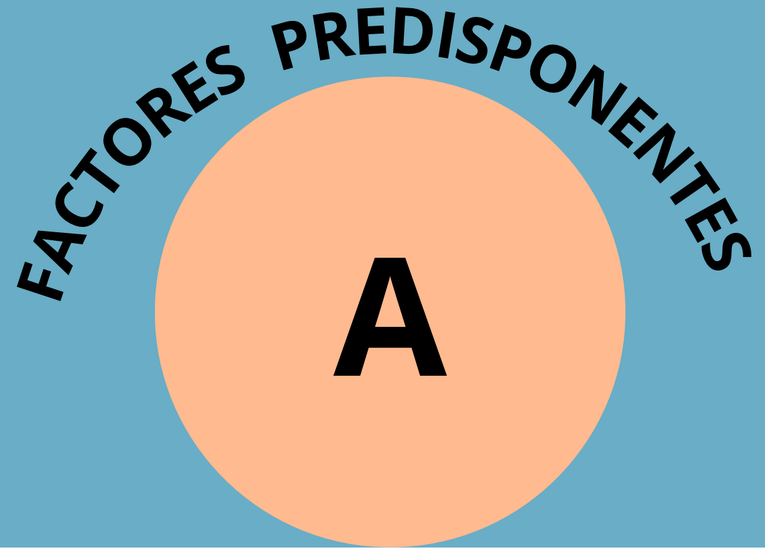
IMPORTANCIA DE LOS FACTORES

Una piedra angular para el desarrollo de un nuevo tratamiento psicológico - Nutricional es poseer una comprensión de los factores que aumentan el riesgo de desarrollar un trastorno alimentario (factores de riesgo) y aquellos factores que contribuyen a mantenerlo una vez iniciado (factores de mantenimiento). El tratamiento se dirige entonces a intentar **cambiar** alguno de esos factores que puedan ser modificados.

POR QUÉ APARECE UN TCA?



POR QUÉ APARECE UN TCA?



Los **factores predisponentes**, aquellos que aparecen much**o antes del episodio y que** aumentan la vulnerabilidad de padecer este trastorno, es decir, factores que contribuyen a que se disparen los primeros síntomas,

POR QUÉ APARECE UN TCA?

FACTORES PREDISPONENTES

A

- CONTEXTO SOCIAL
- DIFICULTADES EN RELACIONES FAMILIARES
- EXCESIVA IMPORTANCIA DE LA IMAGEN CORPORAL EN LA FAMILIA Y PROBLEMAS ALIMENTARIOS EN LA FAMILIA.
- PREDISPOSICIÓN PERSONAL PREDISPOSICIÓN GENÉTICA EL TEMPERAMENTO
- LA AUTOESTIMA

FACTORES PREDISPONENTES

A

Los factores predisponentes son aquellas características que quedan directamente relacionadas con el individuo, la familia y el contexto, y que tienen que ver con la vulnerabilidad que la persona padece para padecer estos trastornos. Dentro de estos factores predisponentes, se encuentran:

Individuales:

factores biológicos, como tener un familiar que también padezca TCA, DIETISMO CRONICO o historia personal de dificultades alimentarias; características de personalidad tales como elevado **nivel de perfeccionismo**, rigidez cognitiva, necesidad de control, impulsividad, ausencia de normas, aislamiento social, inseguridad, baja autoestima, imagen corporal negativa.

Dentro de la población, las mujeres tienen más riesgo de padecer este tipo de trastornos que los hombres, debido a que, de cada 10 casos, 9 son mujeres.

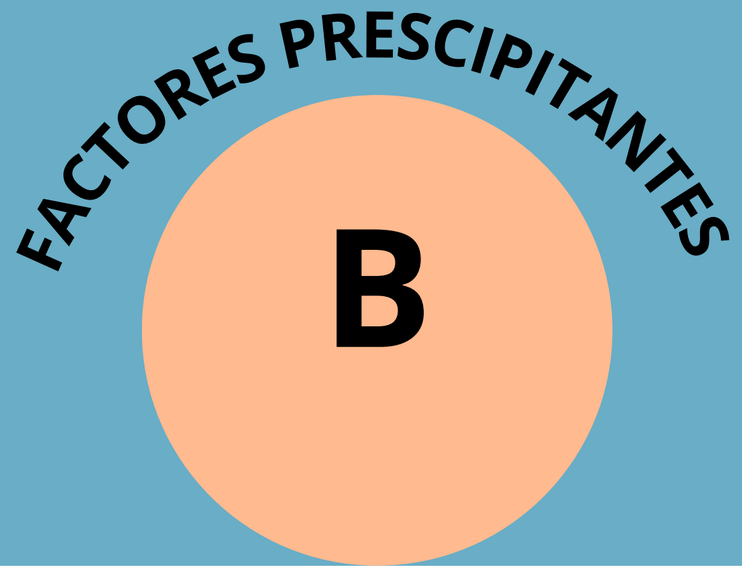
Otro dato importante relacionado con los factores individuales es la adolescencia, dado que es el momento en el que se está formando la personalidad de las personas, encontrándose en situación de mayor vulnerabilidad.

Familiares:

hábitos alimentarios familiares , elevada preocupación e importancia por los valores estéticos dentro de la familia, modelos familiares basados en la sobreprotección, en los cuales no se deja un espacio saludable para la comunicación entre los miembros de la familia, rigidez, exigencia, elevado nivel de conflicto y poca cohesión, y poca o nula capacidad de resolución de problemas.

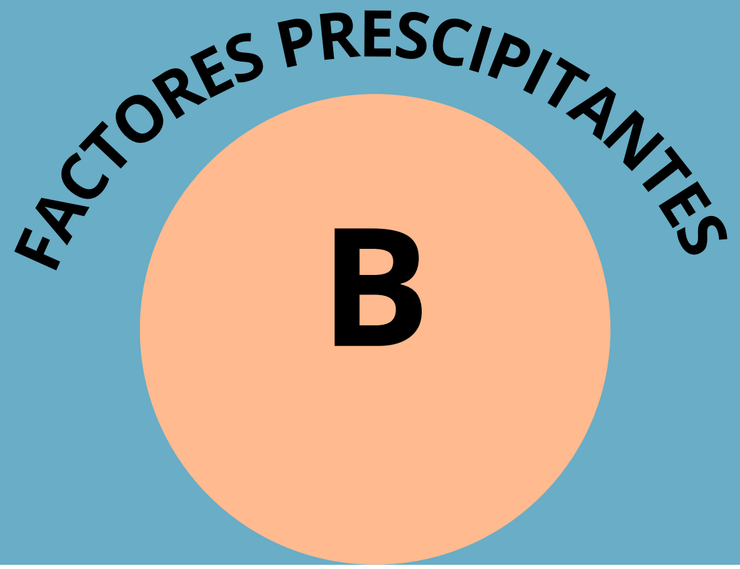
- **Sociales**: el culto al cuerpo y a un ideal de belleza basada en la delgadez extrema, el impacto de las redes sociales en los jóvenes, profesiones relacionadas con el mundo de la moda o el deporte como la danza y la gimnasia rítmica, factores de éxito asociados al cuerpo delgado, tallaje de las prendas de ropa cuya tendencia es hacia la talla más baja, y páginas web que fomentan el **desarrollo de los trastornos de conducta alimentaria**.

POR QUÉ APARECE UN TCA?



Los **factores precipitantes**, que son aquellos estresores que aparecen justo antes del episodio

POR QUÉ APARECE UN TCA?



- PRESIÓN PARA ADELGAZAR SITUACIONES VITALES DE ESTRÉS
- "INICIO DE UNA DIETA" CON EL OBJETIVO DE QUERER BAJAR DE PESO.

FACTORES PRESCIPITANTES

B

Los factores precipitantes hacen referencia a situaciones de estrés que pueden suponer el inductor de la aparición de un trastorno de conducta alimentaria, como por ejemplo realizar dietas, cambios corporales, emociones relacionadas con la adolescencia, recibir críticas o estar dentro de un **entorno crítico** hacia el cuerpo, enfermedad que provoque una elevada pérdida de peso, ejercicio físico intenso, y situación vital estresante.

POR QUÉ APARECE UN TCA?

FACTORES MANTENEDORES

C

- PERPETUACIÓN DE LA DIETA
- DIFICULTADES INTERPERSONALES
- FUNCIÓN DEL SÍNTOMA PARA LA PERSONA O PARA LA FAMILIA O RED SOCIAL (VENTAJAS).
- GORDOFOBIA. MANDATOS

CASO CLINICO 1

Paciente de 14 años que acude al servicio de Nutrición en compañia de la mama , Ella va al colegio por las mañanas y va a la danza por las tardes todos los dias , refiere querer mejorar su alimentación , perder peso y mejorar su composición corporal

peso : 59 kg talla : 1.58. IMC : 24 % MG : 25 %

analisis clinicos : en rango - hace 4 a 5 comidas diarias

Que datos más indagarias con esta paciente ?
Cuales serian tus indicaciones ?

- Ella recibe una guia alimentaria + regla del plato inicia el tratamiento Nutricional indicado , lo cumple al pie de la letra

- Cuando la mama no cumple con el menu pautado por la nutricionista empiezan discusiones con la mama

- No cumplir las indicaciones generan mucho estres en ella
- Empieza a controlar estrictamente que se cumplan los ingredientes , gramos y tamanos de las porciones

- Lee exaustivamente las etiquetas y observa los ingredientes que contiene los alimentos

- Todo lo referente a la alimentación es motivo de discusion con la mama : la mama la trata como exagerada y ella reclama cumplir las indicaciones de la nutricionista

Red flag

- Alteración de la imagen corporal
- Disconformidad con su cuerpo
- Que denota su deseo de modificar su cuerpo?
  Profesor de danza (comentarios)
- Contabiliza calorias y porciones
- culpa al comer

Que indagar ...

Relación con la comida y con el cuerpo

1 Como te sentis al comer ciertos alimentos ? Experimentas culpa , ansiedad o miedo?

2 Te permitis disfrutar de tus comidas sin restricciones o sentis que estas obligado a evitarlas por completo ?

3 Sentis que tenes que ganarte la comida o que debes compensar lo que comes ? atraves de la actividad fisica o restriccion alimentaria

Sos capaz de indentificar cuando estas hambrienteo o cuando estas satisfecho ?

- Te preocupa constantemente el contenido calorico o nutricional de los alimentos que consumis ?

- Te permitis disfrutar una amplia variedad de alimentos incluidos aquellos considerados no saludables ?

- Te obligas a saltarte comidas para controlar tu peso ?

- Evitas salir a lugares donde consideras vas a comer lo que no esta pautado en tu regimen alimenticio

Identifica que factores de riesgo pudiste ver en este caso clinico ?

factor predisponente ...
factor precipitante ....

Dieta - comentario porfesor

POR QUÉ APARECE UN TCA?

FACTORES PREDISPONENTES

A

CONTEXTO SOCIAL DIFICULTADES EN RELACIONES FAMILIARES
EXCESIVA IMPORTANCIA DE LA IMAGEN CORPORAL EN LA FAMILIA Y PROBLEMAS ALIMENTARIOS EN LA FAMILIA.
PREDISPOSICIÓN PERSONAL
PREDISPOSICIÓN GENÉTICA EL TEMPERAMENTO
LA AUTOESTIMA

FACTORES PRESCIPITANTES

B

PRESIÓN PARA ADELGAZAR SITUACIONES VITALES DE ESTRÉS "INICIO DE UNA DIETA" C ON EL OBJETIVO DE QUERER BAJAR DE PESO.

FACTORES MANTENEDORES

C

PERPETUACIÓN DE LA DIETA
DIFICULTADES INTERPERSONALES
FUNCIÓN DEL SÍNTOMA PARA LA PERSONA O PARA LA FAMILIA O RED SOCIAL (VENTAJAS). GORDOFOBIA.
MANDATOS

IMPORTANCIA DEL FACTOR SOCIAL

"LA DIETA ES EL SEDANTE POLITICO MÁS POTENTE DE LAS MUJERES'

Naomi WOLF

Trauma sistémico, el vivir constantemente en una sociedad que nos esta diciendo vulnerando nuestros derechos que no somos personas adecuadas

Es vital entender que la forma de violencia hasta la mujer también fue el cuerpo y sigue siendo el cuerpo.

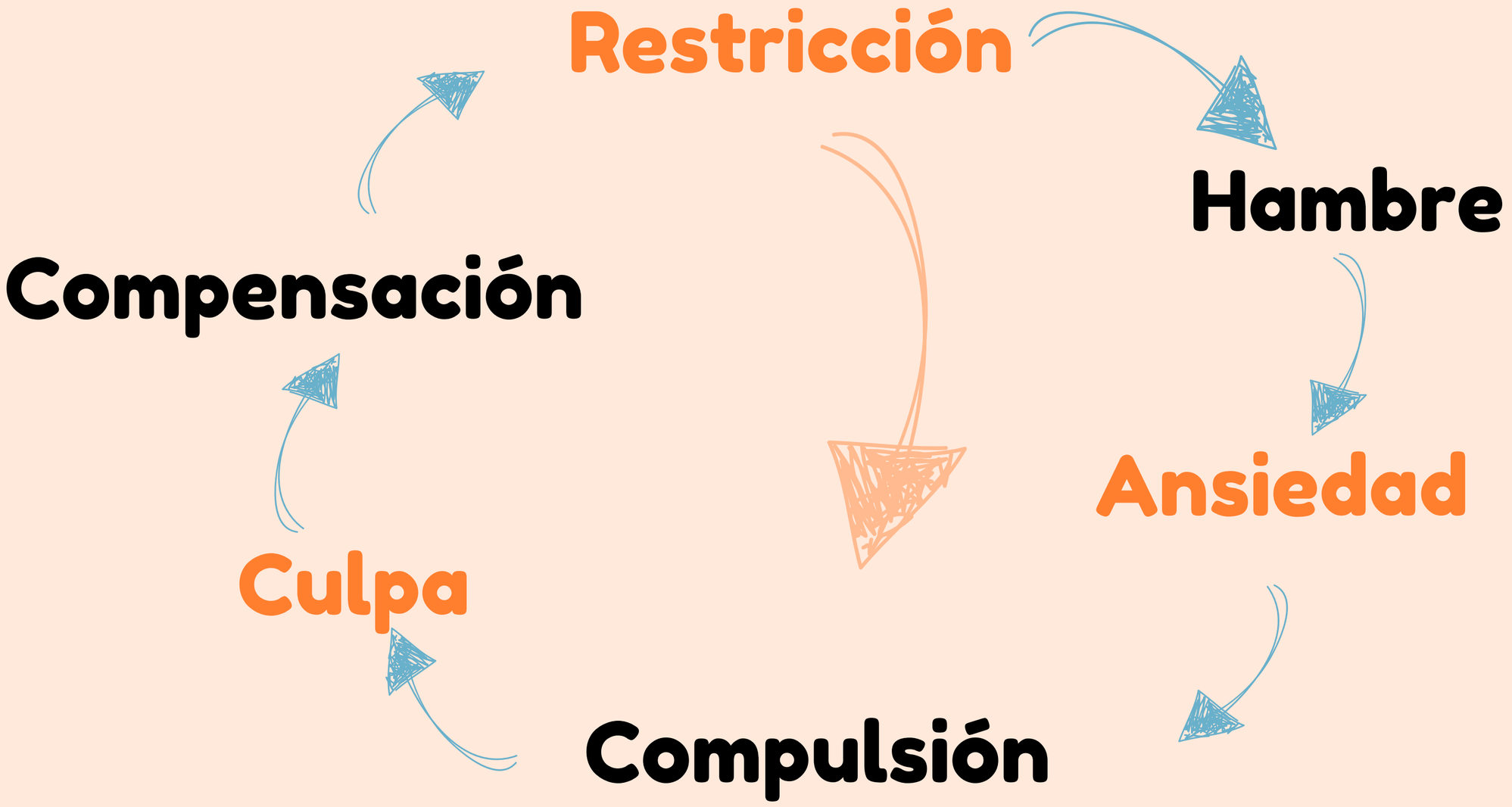
Son resultado de un sistema histórico de opresión hacia los cuerpos, y específicamente al de las mujeres.

Los TCA son una expresión de la lucha por sobrevivir, por protegerse de agresiones, por decir basta, por querer pertenecer, por sentirse susficiente, por expresar nuestra identidad, son una representación de la búsqueda de amor, seguridad y pertenencia.

LA PERPETUACIÓN DE LA DIETA

ESTA DIETA RESTRICTIVA PRODUCE UNA SERIE DE CAMBIOS BIOLÓGICOS Y PSICOLÓGICOS QUE INTERFIEREN EN EL BUEN FUNCIONAMIENTO MENTAL Y CORPORAL. POR ELLO EL INDIVIDUO SIGUE:

- Negando lo que le pasa.
- No tiene conciencia clara de enfermedad.
- No es capaz de cambiar lo que piensa.
- Se obsesiona cada vez más por la comida.
- Sus capacidades cognitivas y su capacidad de abstracción se empobrece.
- A medida que aumenta la restricción aumenta el riesgo del descontrol alimentario, acrecentando el miedo a ganar peso.


Restricción
Hambre
Ansiedad
Compulsión
Culpa
Compensación

Caso clinico 2

Paciente de 14 anos , sexo masculino acude al servicio de Nutrición derivado por pediatra

DX Medico : Sobrepeso

Paciente acude a consulta acompanado por la mama que refiere que desde pequeno fue un nino grande , el paciente refiere comer mucho preferentemente de noche - ansiedad por la comida

Peso : 68 Talla : 160 IMC : 27

DATOS DE LABOTARIO : EN RANGO

Que indagarias en este paciente ?
Que le indicarias referente a su ansiedad por la comida ?

1. Cual es la historia de su peso
2. Cuando inicio su primera dieta
3. Cuales son los comentarios en la familia referente al cuerpo
4. Como siente en su cuerpo o se manifiesta la ansiedad por la comida
5. Indagar sobre conductas con la comida a la noche (cantidad - tiempo - tipo de alimentos)

Dx : Transtorno por atracón

¿POR QUÉ SERÍAN SALUDABLES ESTAS CONDUCTAS DAÑINAS EN PERSONAS DE CUERPOS GRANDES Y DETONADORAS EN PERSONAS DE CUERPOS MÁS PEQUEÑOS?

Las conductas desordenadas son las mismas y causan el mismo daño en el tamaño de cuerpo que sea!!

Ilana Borovoy