


- [Gente](#)
- [COMUNICACIÓN TV](#)
- [RELIGIÓN](#)
- [LA RED](#)
- [LOS TOROS](#)
- [VERDE](#)
- [CIENCIA](#)
- [VD VIAJES](#)
- [MOTOR](#)
- [REPORTER](#)

## El papel de la familia, clave contra la anorexia

Los trastornos de la alimentación son un problema cuya incidencia aumenta en una sociedad que rinde un excesivo culto al cuerpo e impone la delgadez como modelo de éxito y belleza. La prevención y cura del enfermo pasan por el apoyo de la familia.

[0 comentarios](#)



 Doble clic sobre cualquier palabra para ver significado

6 Noviembre 10 - - Tamara Fernández

En la sociedad actual está extendida la idea de que para triunfar en la vida es imprescindible responder a un determinado prototipo representado por cuerpos delgados y esbeltos. Es normal que todo el mundo, especialmente los más jóvenes, se preocupen por su imagen; pero el verdadero problema comienza cuando la obsesión por el culto al cuerpo desemboca en enfermedad.

Cualquier persona puede ser víctima en algún momento de su vida de un trastorno de la alimentación. Sin embargo, estos afectan de forma característica a la población femenina de entre 15 y 18 años. Edades complicadas en la que los adolescentes se dejan llevar por un modelo de delgadez que les asegurará un éxito social y profesional.

De acuerdo con la guía de recursos para el tratamiento de los trastornos alimentarios, desde el punto de vista psicológico las personas que temen más a las críticas, las que tienen baja autoestima o caen en depresiones tienen más facilidad para padecer un trastorno de este tipo.

### La importancia del hogar

Carmen Gómez Candela, jefa de nutrición del hospital La Paz de Madrid, defiende la importancia de los padres para ayudar a sus hijos en la prevención de enfermedades como la anorexia y la bulimia. «La familia es un pilar básico. Es importante que los padres cuiden su alimentación y la de sus hijos. Muchas veces los adolescentes llegan a sus casas y comen separados de sus padres o abren la nevera y toman lo primero que ven sin que se les diga nada al respecto. Esto es

un grave problema. Así los niños no pueden aprender la importancia de una buena alimentación. Algo que su familia debe enseñarles desde que son pequeños».

Por otro lado, Carmen anima a que los padres hablen sobre el deporte con los niños y les animen a practicarlo. «El ejercicio sano, sin exceso, es muy saludable y ayuda a abrir el apetito. Cuando se hace deporte se come más y mejor. Sin embargo, la falta de ejercicio provoca sedentarismo y favorece la restricción de la ingesta de alimentos».

Para Javier Quintero, Jefe de Psiquiatría del hospital Infanta Leonor «ciertos hábitos, valores o creencias en la familia, como la sobrevaloración de la delgadez, pueden ser un factor de riesgo. En otras ocasiones, los problemas en casa, las separaciones o divorcios ejercen el detonante en la aparición de trastornos de este tipo».

En la mayoría de trastornos alimentarios hay algunos síntomas iniciales que pueden ayudar a los padres a detectar la enfermedad. «La familia debe sospechar cuando su hijo se salta comidas, quiere hacer una dieta o se ve muy gordo. Es decir, cuando se preocupa excesivamente por su imagen. En cuanto a los síntomas físicos, en chicas es común la pérdida de la regla y en chicos la pérdida de masa muscular», comenta Carmen Gómez.

Cuando el adolescente se encuentra inmerso en la enfermedad vuelve a ser de gran importancia el apoyo familiar. La familia es, quien, junto a la ayuda de profesionales, constituye la pieza clave para superar el trastorno. «Lo más importante es la búsqueda de ayuda profesional ante la más mínima sospecha», afirma Quintero.

«Al iniciar el tratamiento es común que los pacientes echen la culpa de todo lo que les ocurre a sus padres. Es un proceso duro y por eso la familia debe formarse y entenderles. Aunque en ocasiones quieran gritar al enfermo no deben hacerlo por que ellos no son los culpables de sus cambios de humor, la verdadera culpable es su enfermedad», considera Gómez.

En la cura de estas enfermedades es de vital importancia detectar a tiempo el trastorno. «Cuanto antes se coge el caso, antes llegan los resultados. Pero no hay que olvidarse de que se trata de un proceso muy lento, y dos años y medio no los quita nadie. Aunque, si el tratamiento se hace bien, es muy difícil volver a recaer», comenta la especialista.

## Direcciones útiles

Ministerio de Sanidad

[www.msps.es](http://www.msps.es)

Asociación contra la anorexia y bulimia

[www.acab.org](http://www.acab.org)

ADANER

[www.adaner.org](http://www.adaner.org)

### Reconocimiento médico

Psicotécnico: para conducir y armas Medicina Privada en Torrelavega

[www.gabinetemedicoslp.es/conducir](http://www.gabinetemedicoslp.es/conducir)

Enviar a un amigo

Enlaces recomendados:

- [hoteles rurales](#) |
- [colecciones](#) |
- [novedades libros](#) |
- [cuidado personal](#) |
- [libros empresa](#) |
- [bicicleta spinning](#) |
- [miniaturas](#) |
- [hoteles costa](#) |
- [vuelos baratos](#) |
- [novela romantica](#) |

- [entradas](#) |
- [comics](#) |
- [hoteles baratos](#) |

© Copyright 2010, La Razón C/ Josefa Valcárcel 42, 28027 Madrid (España)