

# Epidemia silenciosa: unas 100 mil personas podrían padecer trastornos de conducta alimentaria en la Región

**ALERTA.** Cada 52 minutos muere una persona en el mundo por una complicación relacionada con anorexia, bulimia u otras patologías similares. Experta mexicana que dictó conferencia en la UCT alertó sobre la alta mortalidad de estos trastornos que afectan principalmente a la población de entre 12 y 25 años.

Carolina Torres Moraga  
 carolina.torres@australtemuco.cl

Cada 52 minutos, una persona en el mundo pierde la vida por una complicación derivada de algún trastorno de la conducta alimentaria (TCA), un conjunto de patologías que continúan siendo incomprendidas, minimizadas y estigmatizadas por la sociedad y que se han transformado en una epidemia silenciosa.

“Las TCA son enfermedades neuro-endocrino-psiquiátricas, que se caracterizan por emociones, pensamientos y conductas disfuncionales hacia la comida, el peso, el ejercicio, el cuerpo y que impactan de forma negativa en distintos ámbitos de la vida de una persona”, advierte la doctora Eva Trujillo, pediatra, directora y cofundadora del Centro Comenzar de Nuevo, una institución mexicana dedicada al tratamiento, prevención y educación de los TCA. Durante la semana, Trujillo participó en la “Jornada de Actualización en Trastornos Alimentarios: atracones de comida y su impacto en el bienestar”, que organizó la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica de Temuco (UCT).

## 10% DE LA POBLACIÓN

Según lo expuesto por la académica, la prevalencia de los TCA se estima entre el 9% y 10% de la población. Por ello, en una región de un millón de habitantes como La Araucanía, al menos 100.000 personas podrían padecer uno de estos trastornos en algún momento de su vida, aunque las cifras están probablemente subestimadas, debido a la invisibilidad del problema. “Sólo el 6% de quienes

“Lamentablemente una de cada cinco personas con algún trastorno alimentario se quita la vida y entre un 45% y un 60% se realiza autolesiones”.

Dra. Eva Trujillo,  
 directora y fundadora del  
 Centro Comenzar de Nuevo,  
 Monterrey México

tienen un TCA están en bajo peso. El 94% restante tiene un peso considerado ‘normal’ o incluso alto. Y ese grupo sufre incluso más, porque nadie les cree que están enfermos”, explica la doctora, ya que lo que la gente ve como una simple “fuerza de voluntad”, en los TCA se traduce en sufrimiento para quien está luchando con algún trastorno.

## ENTRE 12 Y 25 AÑOS

Si bien pueden aparecer a cualquier edad, los trastornos alimentarios son más frecuentes en la población que va entre los 12 y los 25 años. “Hemos tenido pacientes de cinco años y hasta de más de 85, así que no respetan edad, raza, sexo, peso, ni forma corporal”, asegura la doctora Trujillo, quien afirma que la ocurrencia de los TCA es multifactorial, existiendo una heredabilidad del 80%.

“Sabemos que hay factores genéticos, nutricionales, psicosociales que influyen en el desarrollo de la conducta alimentaria y entre ellos también está el contexto, esta expectativa social respecto al cuerpo donde sí se ha visto que aquellos pacientes que pasan mucho tiempo en redes sociales o que están constantemente aplicando filtros o comparándose, tienen una prevalencia más elevada



ESTOS TRASTORNOS TIENEN LA TASA DE MORTALIDAD MÁS ALTA ENTRE TODAS LAS PATOLOGÍAS PSIQUIÁTRICAS.

**9% a 10%**  
 de la población va a tener un trastorno de la conducta alimentaria en algún momento de la vida. La proyección local es de 100 mil personas, según la experta.

de estos trastornos”, señala la especialista, agregando que lejos de lo que comúnmente se cree, los TCA sí se pueden curar, mediante un tratamiento personalizado y multidisciplinario con psicoterapeutas, psiquiatras, médicos, nutricionistas y, sobre todo, la familia.

“La principal medicina es la propia comida y la relación que se tiene con los alimentos, porque un cerebro mal nutrido piensa, siente y percibe diferente”, indica la doctora Trujillo, re-

levando el rol crucial de la familia, no sólo en el tratamiento, sino en la prevención. “La familia es nuestro mejor aliado”, advirtiendo que: “No hay que esperar a que el paciente toque fondo. En esta enfermedad, esperar puede ser demasiado tarde”, lamenta, considerando que los TCA tienen la tasa de mortalidad más alta entre todas las enfermedades psiquiátricas, sólo superada por la adicción a opiáceos. “Lamentablemente una de cada cinco personas con algún trastorno alimentario se quita la vida y entre un 45% y hasta un 60% se realiza autolesiones. “Más allá de los síntomas médicos, lo más doloroso es lo que le quita a las personas: las baja del tren de la vida y por eso hay que actuar a tiempo”, concluye la especialista. ☞

## Anorexia, bulimia, atracones y otros

● Aunque la anorexia y la bulimia son los trastornos más conocidos, no son los únicos, ni los más frecuentes. “El trastorno por atracón es el más común en América Latina”, señala Trujillo. Incluso advierte que un diagnóstico creciente es el de ‘anorexia atípica’ donde los pacientes cumplen con todos los criterios clínicos excepto por el peso bajo: “Tienen peso normal o alto, pero el sufrimiento es igual”. Otros trastornos incluyen el trastorno purgativo, el síndrome del comedor nocturno, y el trastorno evitativo/restrictivo de la ingesta de alimentos (Arfid), más común en niños y distinto de otros por no estar relacionado con la imagen corporal.