

Médicos y especialistas locales advierten sobre el fenómeno, que también está ocurriendo en otros países: Crecen hasta 30% en Chile las consultas por trastornos alimentarios durante la pandemia

El estrés y la incertidumbre asociados con el brote global explicarían la situación. Los expertos advierten además la agudización de casos y recaídas en quienes estaban en remisión.

JANINA MARCANO

En medio del cambio de rutina y del estrés que ha significado para muchos la pandemia, médicos y especialistas en nutrición locales han notado un fenómeno relacionado: el marcado aumento de las consultas por trastornos alimentarios.

Además, estos expertos reportan una agudización de los síntomas en quienes ya tenían un diagnóstico, así como recaídas.

“Hemos visto un aumento cercano al 30% en consultas por trastornos alimentarios en comparación con 2019; pero si hiciéramos investigación, tal vez sería mayor el alza en casos, porque las consultas siempre son menores a la incidencia de las enfermedades”, asegura Jaime Silva, psicólogo del Programa Vivir Liviano de Clínica Alemana.

Cifras similares se reportan desde Clínica Indisa. “Han aumentado entre un 20% y 30% las consultas, tanto por anorexia como por bulimia y trastornos por atracones, tomando en cuenta que muchos padres ahora están más tiempo en la casa y han tomado conciencia de que su hijo tiene un trastorno de la alimentación”, dice Maritza Botic, psiquiatra de esa clínica y profesora de la Facultad de Medicina de la U. de Santiago.

Aggravamiento

Este es un escenario muy parecido al que describe la psiquiatra Melina Vogel, jefa de la unidad de trastornos alimentarios de la Red de Salud UC. “Lo que hemos visto con las consultas de nuestro equipo es un aumento de entre un 25% y un 30%. No tenemos claridad de si han creci-



Los trastornos alimentarios suelen desarrollarse en la adolescencia, pero también pueden afectar a los adultos.

9
 de cada diez personas con trastornos alimentarios en Inglaterra declaran un empeoramiento de sus síntomas como resultado de la pandemia, según un estudio de la U. de Northumbria.

El fenómeno se deja ver también en otras latitudes. El Colegio de Pediatría y Salud Infantil de Reino Unido informó en diciembre pasado un récord de niños y jóvenes hospitalizados por anorexia nerviosa.

Además, la Asociación Nacional de Trastornos de la Alimentación de EE.UU. (Neda, por su sigla en inglés) registró un incremento de 78% en la cantidad de personas que se comunicaban a su línea de ayuda entre marzo y mayo de 2020, en comparación con el mismo período de 2019.

Vulnerabilidad

Se trata de una situación que fue advertida desde el inicio del brote global por varias sociedades científicas, como la Asociación contra la Anorexia y la Bulimia de Cataluña, quienes hicieron un llamado en julio pasado a estar alertas ante la vulnerabilidad de estos pacientes en el contexto de confinamiento.

Las razones que explican el problema tienen estrecha relación con el estrés, la incertidumbre y el cambio de rutina asociados a la pandemia, coinciden los especialistas.

Claudia Cruzat, directora del Centro de Estudios de la Conducta Alimentaria de la U. Adolfo Ibáñez, explica: “Las personas con estos cuadros utilizan, entre otras estrategias, la comida y el aislamiento como forma de regular su ánimo. Entonces, la comida (ya sea por restricción o por exceso) los ayuda a lidiar con el estrés”.

De allí que muchos pacientes con diagnóstico hayan recaído. Cruzat añade que el quiebre en las rutinas cotidianas y en el contacto social de la población que ha generado la pandemia también jugaría un rol, un punto en el que coinciden el resto de los especialistas entrevistados.

“Estos trastornos están estrechamente relacionados con ansiedad y angustia. El romper la rutina genera más ansiedad y exacerba los síntomas”, puntualiza Cruzat.

Reconocer y consultar

A la luz de los datos, los profesionales de la salud son enfáticos en la importancia de reconocer los síntomas de los trastornos alimentarios, principalmente en los adolescentes, un grupo especialmente vulnerable al desarrollo de estos problemas. “Rehuirle a las comidas familiares, dejar de comer o encerrarse en el baño después de hacerlo y el uso de laxantes son señales para llevar a un familiar a consultar”, dice la doctora Escaffi. El doctor Silva añade que estos síntomas suelen ir acompañados de otros como irritabilidad, falta de interés en las actividades y problemas de sueño. “Aparecen también estos desbalances emocionales que no son difíciles de visualizar y a los que se debe estar atento”, comenta el médico. Y añade: “Los trastornos alimentarios pueden generar complicaciones médicas fuertes y por eso es muy importante la consulta”.

do los diagnósticos, pero al menos la gente está consultando más”, comenta Vogel.

Y desde la Clínica Las Condes perciben el mismo fenómeno. “La demanda de consultas por atracones, comedor nocturno y anorexia ha cre-

cido, así como también han recaído pacientes que estaban en remisión y se ha agudizado el problema en quienes tenían síntomas”, afirma María José Escaffi, jefa del Departamento de Nutrición de la clínica y magíster en conducta alimentaria.

En la Clínica U. de los Andes, en tanto, la lista de espera por consultas relacionadas con este tema ha aumentado en los últimos meses, según la psiquiatra Marcela Altayó.

“Si bien siempre estamos con pocas horas disponibles inmediatas, sí hemos visto que la lista de espera para temas de trastornos alimentarios, incluyendo atracones, ha ido creciendo considerablemente y hoy la tenemos para tres meses más”, cuenta la doctora.

Sandra Ortega, psicóloga y directora del Cesfam de La Florida, asegura que los trastornos alimentarios si bien no son actualmente el primer motivo de consulta en salud mental, sí han aparecido como un efecto secundario al aumento en los cuadros de ansiedad.

LA PANDEMIA DEL CORONAVIRUS