

Els trastorns de la conducta alimentària: l'anorèxia i la bulímia

Presentació

Inicialment, el meu propòsit era elaborar un treball sobre l'Alzheimer, perquè un dels meus avis en pateix; però em vaig adonar que, malauradament, no s'avança gaire en la malaltia ni en el progressiu deteriorament que experimenten les persones que la pateixen.

Un cop descartat el tema vaig decantar-me pels trastorns de la conducta alimentària, no només perquè és una qüestió d'interès social, sinó també pel fet de tenir un cas proper d'anorèxia severa d'una persona molt estimada per a mi.

Els trastorns de la conducta alimentària (TCA) constitueixen un grup de trastorns mentals que consisteixen en alteracions en la ingesta del menjar i/o obsessió excessiva pel control del pes i de la imatge corporal. Aquestes alteracions provoquen unes greus conseqüències tan físiques com mentals a la persona que les pateix.

Els dos tipus de trastorns de la conducta alimentària són:

–*Anorèxia nerviosa*: Consisteix en la pèrdua autoinduïda de pes, ocasionada pel rebuig al menjar, a causa d'una por excessiva a engreixar-se.

–*Bulímia nerviosa*: Consisteix en la ingesta excessiva de menjar en un període curt de temps (el que es coneix com a afartament) a la qual segueix un sentiment de cul-



pa i, posteriorment, l'eliminació de l'excés de menjar a través de vòmits o laxants, principalment.

Hi ha diverses maneres de tractar aquests trastorns, ja que l'anorèxia i la bulímia es tracten pràcticament de la mateixa manera:

—Quan el cas del/la pacient és molt extrem o el pes està molt per sota del que és recomanat es duu a terme un ingrés hospitalari, on el malalt està vigilat les 24 hores del dia i on haurà de fer 6 ingestes diàries, per poder assolir un pes normal. També es pot fer un ingrés en un hospital diürn en el qual el/la pacient estarà sota vigilància unes certes hores i rebrà ajuda terapèutica i nutricional, però no hi passarà la nit.

—Quan el/la pacient pateix una depressió o ansietat molt notable, és tractat amb fàrmacs per poder reduir aquestes dolències i facilitar el tractament del trastorn.

—La teràpia de grup: consisteix en la reunió de persones que pateixen el trastorn i que, dirigits per un terapeuta, expressen els seus sentiments envers la malaltia.

—La teràpia individual: consisteix en un tractament directe amb el pacient ja sigui dirigit per un psicòleg o per un psiquiatre.

Pro-Ana i Pro-Mia són dos termes que s'utilitzen per fer referència a aquelles pàgines web que fan apologia de l'anorèxia i la bulímia, respectivament. Són portades que donen suport i promouen la seva malaltia com un estil de vida. L'anorèxia i la bulímia són anomenades com si es tractessin de dues noies amigues: Ana (Anorèxia) i Mia (Bulímia).

«No vull ser recordada com la noia grassa.»

Com a objectiu principal hi ha conèixer de forma rigorosa en què consisteix un TCA, mitjançant la recerca d'informació sobre els trastorns alimentaris més freqüents, els tipus de persones més propícies a patir-los i les franges d'edat més habituals... També es tractarà de conèixer quines conseqüències té a través d'entrevistes a persones afectades per la patologia i com aquesta situació afecta el cercle familiar.

Metodologia

La recerca d'informació sobre els TCA s'ha extret, majoritàriament, d'Internet: s'ha buscat en pàgines especialitzades en aquest tipus de patologies. D'entrada, va sobtar el gran nombre de trastorns existents, alguns poc coneguts i de diagnòstic recent; però, davant la impossibilitat d'abastar-los tots amb un mínim de profunditat, i també perquè, de bon començament, l'objecte d'estudi es decidí que fossin l'anorèxia i la bulímia, es féu només una brevíssima síntesi de cada un.

Les anteriors informacions –que constitueixen la base sobre la qual se sustenta el que podem anomenar bloc pràctic d'aquesta monografia– es completaren amb les obtingudes del llibre *Anorèxia i bulímia* de N. Tannenhaus.

Ara bé, la part fonamental de la monografia l'havien de constituir els testimonis vius i

directes de dues noies –una pacient d’anorèxia i una de bulímia–, ambdues en procés de recuperació, i dels seus pares. I també una entrevista a un psiquiatre, membre d’URTA (Unitat de Rehabilitació de Trastorns Alimentaris), de l’hospital Joan XXIII de Tarragona.

Resultats

Entrevistes a les pacients

En la seva entrevista, la pacient d’anorèxia (C.P.A) posa en relleu que l’obsessió per no engreixar-se l’acompanya des de ben petita, però no va ser fins a segon d’ESO quan es va potenciar. En aquell moment ignorava el perquè. Ara creu que les causes foren la seva inseguretat, la manca de confiança en ella mateixa i la pressió que es va imposar per arribar a la perfecció. Quan començà a patir les conseqüències de les actituds de risc, buscà a Internet les causes d’aquells símptomes i s’adonà que coincidien amb l’anorèxia; tot i així, continuà amb les seves pràctiques, fins i tot després que un professional li detectés la malaltia i li posessin una dieta equilibrada. No suportava la seva imatge. Actualment, després de més d’un any de tractament, no aconsegueix diferenciar l’espectre creat de la realitat.

Pel que fa la pacient de bulímia (G.M.B), també parlà que, des de ben petita, tenia comportaments estranys amb el menjar, però en prengué consciència al començament de l’adolescència, una etapa en què la seva baixa autoestima li creà una ansietat que només podia calmar amb el menjar.

També aviat veié la seva imatge distorsionada. Quan va començar amb els afartaments, no podia suportar la idea d’engreixar-se i s’inicià en la pràctica de provocar-se el vòmit per evitar-ho. A vegades això no era suficient i hi afegia un excessiu exercici físic. A diferència de la pacient anterior, els que l’envoltaven tardaren a adonar-se del seu problema –de fet només ho feren quan ella els ho confessà–, perquè la seva corba de pes era inestable a causa dels afartaments. Els desequilibris emocionals estaven presents en el seu dia a dia, i el seu rendiment escolar va presentar una millora notable.

Entrevistes als pares

En les seves respectives entrevistes, els pares de C.P.A. (pacient d’anorèxia) posen de manifest que, abans que a la seva filla li diagnosticuessin anorèxia, havien sentit a parlar dels TCA, però que el seu coneixement era molt superficial. La confirmació la tingueren després d’unes colònies d’estiu quan, davant la sospita que quelcom no anava bé, la portaren a diferents metges per fer-li proves. Un psicòleg de la Seguretat Social detectà la malaltia i, davant la pregunta directa feta a la noia, aquesta respongué afirmativament, confirmant el diagnòstic. La C. porta un any convivint amb la malaltia i l’objectiu és la total curació.

Quant als pares de G.M.B. (pacient de bulímia), tots dos asseguren que, abans d’as-

sabentar-se que la seva filla era víctima d'un TCA, n'havien sentit a parlar lleugerament, però només de l'anorèxia. La informació que la seva filla patia bulímia no els vingué de l'exterior, sinó que fou ella mateixa qui els confessà, entre plors, que tenia atacs d'afartaments i es provocava el vòmit; però estan convençuts que plegats faran tot el que estigui al seu abast perquè arribi a curar-se.

Entrevista al psiquiatre

El doctor García Siso constata que l'anorèxia i la bulímia no són malalties essencialment femenines, però sí que el percentatge d'homes que les sofreixen és molt baix. Hi ha diferències entre la personalitat d'una persona que pateix anorèxia i la d'un que pateix bulímia: la primera sol ser continguda, introvertida; en canvi, la segona, impulsiva i extravertida.

Quant als símptomes, l'anorèxia es manifesta amb una pèrdua considerable de pes, comportaments estranys a l'hora dels àpats i posar excuses per eludir-los; la bulímia, en procurar estar sola durant les menjades, tancar-se força estona a la sala de bany i fer exercici en excés.

Pel que fa a la curació, el temps que cal depèn del grau en què es detecta. En l'anorèxia tendeix a allargar-se més. Si s'acaba el tractament, en ambdós casos les possibilitats de recaiguda són escasses.

Els suïcidis no són esporàdics en les pacients de bulímia perquè es tracta de persones impulsives.

Conclusions

Ambdues responen al patró de les persones proclius a patir aquests trastorns: persones obsessionades pel pes i per la por a engreixar-se, amb baixa autoestima i amb necessitat d'acceptació social. Les diferències entre les personalitats d'una noia amb anorèxia i una amb bulímia descrites pel psiquiatre García Siso, encaixen perfectament amb el tarannà de les pacients entrevistades: continguda, introvertida i perfeccionista la d'anorèxia; impulsiva i extravertida, la de bulímia nerviosa. Pel que fa als símptomes, les dues s'ajusten als trets de què parlen tant el psiquiatre abans esmentat, com les pàgines web i els llibres consultats: l'anorèxia es manifestà amb una acusada pèrdua de pes –que cridà l'atenció d'alguns professors i de la tutora de C.P.A.–, l'obsessió per no pujar de pes en un recompte constant de les calories ingerides i el fet de saltar-se àpats. Aquests símptomes, reconeguts per la pacient, no foren detectats inicialment pels pares –com es constata a les entrevistes amb ells–, motiu que causà –al començament– perplexitat al pare i un intens patiment a la mare. Tanmateix, la pacient de bulímia nerviosa, G.M.B., respon al paradigma de la seva dolència: afartaments seguits de vòmits, als quals afegia, algunes vegades, un excés d'exercici físic.

Bibliografia

Webs: – ACAB: Associació Contra l'Anorèxia i la Bulímia <<http://www.acab.org/>> [Consulta: juliol de 2015]. – EPED: Trastornos del comportamiento alimentario <https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/21_trastornos_del_comportamiento_alimentario.pdf> [Consulta: abril de 2015]. – GEOSALUD: Anorexia y bulimia <http://www.geosalud.com/Salud_Mental/Anorexia_bulimia.htm> [Consulta: abril de 2015]. – MITELE: 21 días sin comer (Espanya) <<http://www.mitele.es/programas/21-dias/temporada-1/programa-2/>> [Consulta: agost de 2015]. – TRASTORNOSALIMENTICIOS: Otros trastornos de la conducta alimentaria <<http://trastornosalimenticios.org/pica-vigorexia-potomania-ortorexia/>> [Consulta: abril de 2015]. – WIKIPÈDIA: Pro-Ana <<https://es.wikipedia.org/wiki/Pro-Ana>> [Consulta: juny de 2015]. – WIKIPÈDIA: Pro-Mia <<https://es.wikipedia.org/wiki/Pro-Mia>> [Consulta: juny de 2015]. – WIKIPÈDIA: Trastornos de la conducta alimentaria <https://es.wikipedia.org/wiki/Trastornos_de_la_conducta_alimentaria> [Consulta: abril de 2015]. – YOUTUBE: 21 días sin comer (Xile) <https://www.youtube.com/watch?v=3RBi1W_esAg> [Consulta: agost de 2015]. Llibres: TANNENHAUS, N. *Anorexia y bulimia. Dinámica*. 1a ed. Barcelona: Plaza & Janés Editores, 1995.