

Paso 3

Elaboración de un marco teórico

Una vez planteado el problema, (cuando ya haya objetivos y preguntas) y cuando se haya evaluado su relevancia y factibilidad, se continua sustentando teóricamente el estudio, lo cual implica realizar un análisis de elementos tales como teorías, antecedentes investigaciones y de más elementos relacionados con el tema a investigar.

Marco teórico

La persona que sufre anorexia suele estar obsesionada con su imagen corporal. Le horroriza el hecho de estar gorda, o teme enormemente subir de peso. Come cada vez menos, realiza ejercicios excesivos, recuenta sin cesar las calorías que consume, pasa hambre y a la vez siente una constante fascinación respecto a la comida. Más tarde inicia el consumo de laxantes, diuréticos y pastillas dietéticas, agobiada por una imagen corporal que casi siempre está muy distorsionada: se ve a sí misma siempre gorda. La bulimia suele seguir a este primer paso, con la inducción al vómito después de un atracón. Poco a poco esta costumbre de comer y vomitar se hace crónica, hasta llegar a ser casi imposible para la persona enferma conservar el alimento en el estómago. Se asegura que las personas con anorexia pierden entre un 15% y un 60% del peso corporal normal.

El desorden alimenticio es una reacción ante los conflictos internos y externos. El estrés, la ansiedad y la infelicidad suelen ser factores desencadenantes, y la anorexia es un medio –muy ineficaz– para afrontarlos. Paradójicamente, la persona no tiene el control de su propia vida, y actúa así con el deseo de controlar su entorno, y sus propias emociones y reacciones. La persona anoréxica tiene una muy baja autoestima y constantemente necesita ser aceptada. En el fondo, siente que no merece los placeres de la vida y se priva a sí misma de toda satisfacción (incluido el comer). Refleja el temor del paciente en que si "se abandona" y se muestra al mundo tal y como es en realidad, será rechazado inmediatamente. Otra característica es una incidencia más alta de lo normal de los abusos físico y sexual durante la niñez. Anorexia y bulimia están relacionadas con la depresión, sea como causa o sea como efecto de ella.

La gran mayoría de pacientes –cerca del 90%– son mujeres. Está comprobado que las familias de las personas anoréxicas pertenecen a los estratos socioeconómicos medio y alto de la sociedad. Aunque sólo el 10% de adultos con anorexia son hombres, la cifra se está incrementando; el 25% son niños y el 94% del total, de raza blanca. La anorexia nerviosa es la tercera enfermedad crónica más común entre mujeres adolescentes y se estima que crecerá entre un 0,5% y un 3%. Todos los grupos de edades son afectados, incluyendo ancianos y niños muy pequeños: se han visto casos de menores de seis años.

POSIBLES CAUSAS DEL AUMENTO DE CONSULTAS DE PADRES DE NIÑOS CON TRASTORNOS ALIMENTARIOS:

Desestructuración familiar: la ausencia de estructuras familiares sólidas o familias desdibujadas (divorcios, nuevas parejas de los padres) llevan a que el niño se sienta inseguro.

Constante bombardeo publicitario de productos para adelgazar (televisión – Internet)

Existencia de conductas enfermas en el hogar como ser: una madre obsesionada con su cuerpo o algún familiar fóbico.

Ausencia de límites impuestos en el niño por parte de los padres: es el caso de los padres excesivamente condescendientes a los caprichos del niño.

. Presión social y estereotipos sociales

Las proporciones corporales de la mujer han sido valoradas de distintas maneras en las distintas épocas de la historia del mundo occidental. Actualmente, en la aparición de la anorexia intervienen factores socioculturales, la presión social y de los medios de comunicación, el anhelo de delgadez, etc. La imagen de un modelo ideal de belleza, compartido y reconocido socialmente, supone una presión muy significativa. Por eso, algunos gobiernos, como el de Inglaterra, han decidido prohibir la aparición de modelos excesivamente delgadas en los medios de comunicación social, y ello ha provocado un amplio debate.

Por otra parte, los hábitos de "comida rápida" y en solitario son cada vez más frecuentes en adolescentes y jóvenes de enseñanzas medias y universitarios, es decir, la parte de la población que tiene mayor riesgo de sufrir trastornos en la alimentación. Es precisamente, en estas edades, donde más se debe cuidar la alimentación.

El diagnóstico, como se ha visto, no resulta difícil de hacer. Lo realmente difícil es el tratamiento, orientado a conseguir que el paciente aprecie su propia valía intrínseca. Se debe consultar con una persona experta y profesional para que dirija y oriente el proceso terapéutico, nada fácil dadas las implicaciones individuales, familiares y sociales del "síndrome". Se han ensayado muchos tratamientos en los pacientes anoréxicos: psicoterapia, terapia comportamental, medicamentos, hiperalimentación, terapia familiar, terapia de grupos (orientada por un profesional, para ofrecer una red de ayuda al paciente), encuentros de autoayuda (integrados enteramente por personas que padecen trastornos de la ingesta de comida), o los llamados grupos de apoyo, que suponen la ayuda de uno o más profesionales.

Quizá la conclusión más obvia es que debemos replantearnos a fondo una cultura que empuja a sus nuevos miembros a la insatisfacción perenne, además de cifrar su valor sólo en la apariencia. Padres y educadores deberán hacer llegar a los niños, con mayor eficacia, el mensaje más tranquilizador del mundo: "te quiero tal como eres, te quiero por ser tú". Y relanzar el derecho a ser uno mismo sin complejos.

Esta parte del marco teórico está sustentada en las siguientes páginas de internet

http://foros.yupimsn.com/mensagem.cfm?forum_id=3565

Chat acerca de la bulimia: <http://www.bulimarexia.com.ar/chatcim.html>

Página de medicina y salud que incluye información sobre el tema:
<http://salud.medicinatv.com/webcast/muestra.asp?idfg=0&idwc=1833>

Grupos de autoayuda para afrontar diversos problemas: <http://www.volveraempezar.org.ar/>

Página con información sobre el tema que asegura: "Mirarse a sí mismo con buenos ojos, aceptar lo que uno es y lo que tiene y decirse todos los días frases amables, es la mejor medicina para la salud y el bienestar":
http://www.ciudadfutura.com/psico/articulos/trastornos_alimentarios.htm

Foro de Ayuda Anorexia: <http://www.elforo.com/foro/main.cfm?foro=561&requesttimeout=500>

Esta página habla sobre la anorexia y la bulimia, y sus principales síntomas; también da consejos a los padres y cuenta con un foro y un chat: <http://www.bulimarexia.com.ar/>

.Página sobre la salud mental y emocional de los jóvenes, que aborda el tema de la anorexia y la bulimia:
<http://www.cipaj.org/doment62n.htm>.