

## **LA ANOREXIA**

### **• CARACTERISTICAS DE LA ENFERMEDAD**

El nombre real de este trastorno alimentario es el de anorexia nerviosa, al contrario de lo que habitualmente se piensa las personas que padecen esta enfermedad no carecen de apetito, no comen, pero no dejan de pensar en que alimentos debe ingerir para evitar engordar, lo preocupante de esta enfermedad es que se tiene un deseo irrefrenable de adelgazar aun cuando se tiene un peso inferior al recomendado según las características físicas.

El miedo a engordar y el deseo de perder cada vez mas peso son las mayores preocupaciones de estas personas, se convierten en grandes expertas de la dietética, normalmente se marcan una meta, el peso que quieren conseguir, para lograrlo reducen el numero de calorías diarias que ingieren, a partir de aquí se entra en una vorágine de conductas dirigidas a perder cada vez mas peso y mitigar el hambre, bebiendo mucha cantidad de agua, tomando laxantes o induciéndose el vomito.

Una de las características mas preocupantes de la enfermedad es que tienen una percepción distorsionada de su imagen corporal, aun estando en un estado de extrema delgadez y demacración siguen viéndose gordas ante el espejo, de esta manera continúan controlando la alimentación para seguir adelgazando aun cuando se estado físico es lamentable, esta distorsión de la imagen conlleva además que no sean conscientes de su enfermedad en la mayoría de los casos, y sea el entorno mas próximo quien tenga que dar la voz de alarma.

Cuando la enfermedad ha avanzado aparecen varias consecuencias físicas, el desarrollo sexual se retrasa, disminuye el interés por el sexo e incluso el simple hecho de sacar este tema puede provocar conflictos.

### **• TIPOS DE ANOREXIA**

Existen dos tipos de pacientes con anorexia, por un lado están los anoréxicos restrictivos, estas personas para lograr la perdida de peso realizan dietas muy restrictivas o ejercicios extenuantes, lo que caracteriza a este tipo de enfermos es que son muy perfeccionistas, muy rígidos en sus acciones, tienen un alto grado de responsabilidad unido con sentimientos de ineficacia muy frecuentes.

Por otro lado están los anoréxicos bulímicos, al contrario que los anteriores para perder peso recurren mas frecuentemente al vomito, alternan periodos de ingesta con atracones y tras estos atracones suelen inducirse el vomito o tomar laxantes, este tipo esta formado por personas con una historia familiar de obesidad o sobrepeso, son mas impulsivos y mas inestables emocionalmente.

### **• CONSECUENCIAS FISICAS**

Una vez la enfermedad a calado en la persona se experimenta una serie de complicaciones de carácter físico, son síntomas habituales la hipotermia, la hipotensión, la bradicardia, el edema, el lanugo y el estreñimiento. Otro síntoma importante es la amenorrea, además, si la enfermedad se produce antes de la llegada de la primera menstruación en las mujeres los deterioros pueden ser irreversibles. A medida que se va ganando peso van desapareciendo estas complicaciones.

La anorexia es una enfermedad de curso crónico, si no se produce una intervención o esta no tiene éxito puede llevar a la muerte, cuando el trastorno dura mas de 20 años la tasa de mortalidad puede ser superior al 18%.

## **LA BULIMIA**

### **• CARACTERISTICAS DE LA ENFERMEDAD**

La bulimia se caracteriza sobretodo por episodios de una necesidad enorme de ingerir grandes cantidades de comida de generalmente un alto contenido en calorías, después de este atracón a la persona le invaden fuertes sentimientos de culpa y los disminuye induciéndose el vomito.

A las personas que padecen bulimia les preocupa en alto grado su imagen corporal, pierden el control sobre su conducta alimentaria, se ven impotentes ante el impulso de comer y no pueden evitarlo, tiene cierto parecido a una adicción, consumen mucha comida pero no sienten por ello ninguna satisfacción. Suelen consumir alimentos con gran cantidad de calorías, justo los alimentos que sus dietas les restringen mas, además seleccionan los alimentos que pueden ingerir mas rápidamente, tras la ingesta desmesurada aparecen los sentimientos de culpa acompañados frecuentemente por un dolor abdominal.

Los atracones los llevan a cabo en secreto, son muy cuidadosos y miman cada detalle para que nadie sospeche lo mas mínimo lo que sucede, después de todo el episodio los sentimientos de culpa llevan a estos pacientes a inducirse el vomito introduciéndose los dedos aunque también es frecuente el uso de laxantes, evidentemente realizan esto para perder peso, como dijimos al principio son personas muy preocupadas por su peso y por su imagen.

En estas pacientes se da también el fenómeno de sobrestimación corporal, y presentan, al igual que las anoréxicas, el mismo miedo mórbido a convertirse en personas gordas, sin embargo su aspecto externo difiere bastante del de los pacientes anoréxicos.

#### • *TIPOS DE BULIMIA*

Hay dos tipos de pacientes bulímicos, el primer tipo lo configuran las personas que para perder peso o no ganarlo utilizan los métodos que se describen en la pagina anterior, uso de laxantes, ejercicio extenuante o el vomito, serian las llamadas bulímicas purgativas, en el otro lado estarían las bulímicas no purgativas, en las que si observamos episodios de atracones y sentimientos de culpa pero no utilizan los métodos antes descritos.

Existen algunas diferencias entre estos dos tipos, las bulímicas purgativas tienen un mayor grado de distorsión de su imagen corporal, tienen un mayor deseo de estar delgadas, sus patrones alimentarios son todavía más anómalos que las no purgativas, y además tienen niveles más altos de sicopatología. La causa de este perjuicio mayor para las bulímicas purgativas hay que buscarla en los niveles de glucosa e insulina, tras el atracón los niveles de estos dos elementos aumentan, sin embargo, cuando se produce el episodio de purga, estos niveles decrecen inmediatamente, esto significa que en la purga se elimina mucha energía, y el organismo demanda de nuevo mas calorías, lo que puede favorecer que se produzca de nuevo un atracón.

#### • *CONSECUENCIAS FISICAS*

Los atracones junto con la conducta de purgar provocan una gran cantidad de desajustes en el organismo que llevan a una serie de complicaciones a nivel físico, tales como una depleción de los niveles de perdida de potasio, hipertrofia de la glándula parotida, hipocalcemia, infecciones urinarias, arritmias cardiacas, r, crisis epilépticas, rigidez muscular y parestesia periférica, esto a corto plazo, a largo plazo estos desequilibrios pueden provocar desde daño en los riñones, irregularidades en la menstruación hasta estreñimiento.

Estas pacientes suelen presentar además callosidad en el dorso de la mano producida por los dientes al intentar inducirse el vomito, también pueden presentar erosión del esmalte dental y caries.

### **LA SOCIEDAD ACTUAL**

#### • *MENSAJES CONTRADICTORIOS:*

Según las estadísticas, el noventa por ciento de quienes padecen anorexia o bulimia son mujeres de edades

muy tempranas, normalmente entre los 12 y los 25 años aunque la edad va disminuyendo por momentos y podemos encontrar ya a niñas menores de 12 años con trastornos de alimentación, aunque también últimamente el número de varones que padece esta enfermedad aumenta, todavía son una gran mayoría de mujeres quienes sufren estos trastornos, las mujeres desde muy temprana edad están sometidas a una gran presión para satisfacer cierto ideal de belleza que la moda impone con rigor, es una especie de dictadura de la moda.

Sin embargo, recientes estudios recogen como el peso medio de las chicas jóvenes se ha incrementado en los últimos años, los medios de comunicación publicitan sin interrupción gran cantidad de cosméticos, prendas de vestir, además continuamente nos bombardean con imágenes de modelos, estrellas de cine que lleva a muchas mujeres a pensar, si ella está así, yo también puedo conseguirlo, y esto lo hacen a cualquier precio, incluida la salud, la delgadez se vende como sinónimo de éxito, como lo que es socialmente aceptado, pero, a la vez que estos medios nos envían este mensaje, las jóvenes reciben otro tipo de información que está cogiendo mucho auge, el fast food, el consumo de bebidas gaseosas, golosinas..., todo esto también ocupa un gran espacio en los medios, que hacen estos productos cada vez más tentadores para las jóvenes, productos de un alto valor calórico y engordante pero de muy poco valor nutritivo, la joven de hoy en día se ve con esto atrapada en una trampa que le tiende la cultura reinante, y las consecuencias son que cada vez sea mayor la brecha entre la realidad y el cuerpo ideal.

#### • *EL MERCADO DEL ADELGAZAMIENTO*

Comenzare dando algunos datos significativos, en la década de los 90, los ciudadanos de Estados Unidos se gastaban más de 10 billones de dólares anuales en servicios y productos relacionados con la búsqueda y pérdida de peso, más de 20 millones de personas decían seguir una dieta rigurosa, estas personas se gastaron alrededor de 74.000 millones de dólares en alimentos dietéticos, programas para adelgazar, libros de dietas y consejos para perder peso.

Alrededor del 40% de las mujeres y del 23% de los varones estaban intentando perder peso, todo esto puede considerarse un fenómeno normal si tenemos en cuenta lo dicho en apartados anteriores sobre los valores que transmite la sociedad actual, sin embargo, nos encontramos con datos todavía más preocupantes, ya que en estos estudios se concluye que un porcentaje bastante alto de estos jóvenes se encuentran en un peso que podríamos considerar normal según su altura y características físicas, es decir, estaban realizando una dieta sin tener ningún tipo de sobrepeso, y más grave todavía, en la década de los 90, se estimó que el porcentaje de chicas con un peso inferior al recomendado que estaba siguiendo una dieta adelgazante era del 20%.

Todos estos datos nos llevan a una conclusión muy clara, detrás de todos estos mensajes que la sociedad actual nos envía sobre los cánones de belleza adecuados y el cuerpo y peso ideal, se esconde un mercado que factura al año millones y millones de euros, los medios de comunicación y la cultura nos enseñan como debemos ser, y las empresas del mercado de la belleza nos ofrecen los medios para que consigamos ser así, previo pago de su importe nos suministran numerosos productos y servicios para que intentemos adecuarnos al canon de belleza reinante en nuestra sociedad, es evidente que el interés económico puede ser otro de los alicientes para seguir manteniendo los valores y creencias que los medios nos muestran sobre el aspecto físico ideal.

#### • *CADA VEZ MÁS JOVENES*

Parece haber datos fiables que nos muestran además como se está reduciendo la edad en que se experimenta y se interioriza esta presión pro-adelgazamiento, y que llevan a pensar que quienes emplean métodos peligrosos para perder peso ya no son solo jóvenes en edad adolescente, sino que son incluso niñas.

Un grupo de investigadores de la universidad de Leeds, en Inglaterra, realizaron algunos estudios sobre este tema, en ellos trabajaron con 213 niñas y 166 niños de 9 años de edad, los hallazgos que encontraron son en

cierta medida preocupantes, ya que encontraron que muchos de estos niños presentaban una autoestima muy baja, tenían un evidente deseo de adelgazar, y presentaban altos niveles de restricción de la comida, esto era así independientemente del peso actual del niño. Estos estudios pueden mostrar como los modelos estéticos que la sociedad impone son interiorizados por niños en edades cada vez más tempranas.

#### • *EL RECHAZO AL SOBREPESO*

Uno de los rechazos sociales mas claros es el rechazo al obeso, los niños de una edad tan temprana como los 6 años ya tienen interiorizado este rechazo, en un estudio de observo como los niños de esta edad atribuyen ya características positivas como bueno, simpático o feliz a las personas delgadas, y características negativas como tramposo, sucio o lento a las personas gruesas. En otro estudio de Richardson en los años 60 se puso de manifiesto algo parecido con niños de 10 y 11 años, en dicho estudio los niños debían elegir entre una serie de figuras aquellas que les resultaran mas agradables, en todos los casos se dio que el niño obeso era el menos elegido.

Pero esta discriminación tiene de fondo algo mas que un simple rechazo, a las personas que tienen sobrepeso se les atribuye además la responsabilidad de estar así, la obesidad en muchos casos se trata de una enfermedad, sin embargo, socialmente esta considerada como la consecuencia de un vicio y se tiene la imagen del obeso como alguien que se entrega a este vicio, se cree que el obeso como con glotonería y con gula, come sin control y por eso esta así porque quiere estar así.

Esta forma de ver la obesidad tiene varias manifestaciones, tanto a nivel escolar, como a nivel laboral, en el colegio por ejemplo hay varios estudios que indican como en colegios privados de prestigio era desproporcionalmente menor el numero de chicas obesas admitidas que el de chicas delgadas, esto pasaba sin que existieran diferencias ni en el cociente intelectual ni en el expediente académico previo, a nivel laboral, recientemente se realizo un estudio para saber algo mas sobre la relación entre obesidad y empleo, este estudio concluyo que las personas obesas eran consideradas como menos competentes, inactivas y desorganizadas. Sin embargo hay un sector de la población a la que todo esto le afecta mucho mas, son las mujeres, se ha comprobado como es mas asequible la promoción profesional para una mujer delgada, un ejemplo de esto son las azafatas de vuelo, que pueden ser despedidas si se les considera con problemas de sobrepeso, llegándose incluso a controlar sus medidas de caderas y muslos, no es de extrañar por lo tanto que los trastornos de alimentación sean frecuentes entre estas empleadas.

Lo que quiero si quiero dejar claro que sobre las mujeres la presión social es mucho mas fuerte, incluso en la atribución de roles esto queda patente, varios estudios indican como a las mujeres delgadas se las ve como mas emprendedoras y mas activas en el terrenos social y en el laboral, sin embargo, a las mujeres con sobrepeso se les atribuyen mas roles basados en estereotipos como el de madre o esposa.

#### • *EL MUNDO DE LA MODA*

En todos estos preocupantes datos tiene mucho que decir el mundo de la moda, incluyendo modelos y diseñadores. Comenzando por las modelos, son protagonistas exhibiendo su cuerpo en numerosos lugares donde son observadas por todo el mundo, revistas, televisión, carteles publicitarios en las ciudades, las siluetas de la mayoría de estas modelos (por supuesto no podemos generalizar ni en este punto ni en ninguno) son extremadamente delgadas. Alrededor del 20% y 30% de estas chicas sufren trastornos de alimentación, aunque últimamente gracias a la prensa se puede sospechar que este porcentaje es todavía mayor, según algunas fuentes, es incluso usual ver a varias de estas chicas salir rápidamente a vomitar después de una de las comidas que realizan en grupo, protagonizando una imagen desoladora. Hay muchas modelos famosas que pueden servirnos de ejemplo, por ejemplo, la que esta considerada como la mejor top model del momento, Kate Moss, mide 1,70m y pesa solo 44kg, según a manifestado su dieta habitual son los huevos, carne, verdura y mucho café y Claudia Schiffer solo come pescado y verdura, el aspecto externo de estas dos modelos no es muy alarmante en mi opinión, son muy delgadas pero sin llegar al estado de demacración que se ha

podido ver en algunas modelos que han desfilado este año en pasarelas como las de Milan o Cibeles, cuerpos extremadamente delgados y que evidencian un deterioro físico alarmante.

No son en mi opinión las modelos las causantes de todo esto, al contrario, mas bien son las víctimas de este mundillo, ya que quienes realmente les exigen estas medidas llegando incluso a las amenazas (de no trabajar) y la presión son los diseñadores, ellos son quienes escogen a las modelos para sus desfiles, cada vez escogen mas a modelos con cuerpos de apariencia enfermiza, esto obliga a estas chicas a procurar tener ese aspecto si quieren trabajar en algo que para ellas es probablemente un sueño.

Quiero mostrar como ejemplo unas declaraciones que realizo el diseñador Calvin Klein al diario El País:

Oh si, desafortunadamente este es otro problema. Un gran problema en este país. Con lo avanzadas que son y con lo lejos que han llegado en todos los aspectos de su vida. Y todavía hay una tremenda obsesión por la delgadez, con estar delgadas. Es como si fuera lo más importante en sus vidas. Una paranoia.

Una vez que ha reconocido y definido el problema lamentándose de su existencia, añade: ¡Yo no promociono la anorexia! Pero creo que si voy a enseñar mi ropa prefiero enseñarla en personas delgadas. La ropa sienta mejor a la gente que "cuida" de su cuerpo y que está delgada. La imagen es importantísima. Todo esto es un claro ejemplo del sistema de valores y la ideología de la moda actual.

Por ultimo quisiera mencionar que no solo los diseñadores son culpables del actual estado de las modelos, también tienen su parte de responsabilidad los organizadores de los grandes desfiles de moda del momento, por centrarnos en nuestro país, hace tiempo se aprobó una ley para que no desfilaran modelos de una talla inferior a la talla 38, sin embargo, la imagen de las modelos que vimos recientemente en la pasarela Cibeles de Madrid daban la impresión de vestir tallas realmente inferiores, la prensa del corazón mostró declaraciones de algunas de ellas que afirmaban tener una talla 34, y otras una talla 36, mucho mas acorde con el cuerpo que exhibían en la pasarela, los organizadores de estos desfiles por lo tanto no solo incumplen normas morales y éticas al permitir desfilas a estas modelos en sus eventos, sino que además violan la ley vigente.

## **FACTORES QUE INFLUYEN**

### **• INVESTIGACION MAS RELEVANTE**

Recientemente, la Universidad de Navarra, ha publicado un estudio muy interesante didáctico que nos permite identificar cuales pueden ser los factores mas importantes que favorecen el desarrollo de la anorexia y la bulimia. El método seguido les ha permitido obtener unos resultados mucho más fiables que los encontrados hasta ahora. Los estudios publicados hasta ahora pretendían medir la influencia de los medios de comunicación sobre las pacientes que ya estaban desarrollando la enfermedad, para ello entrevistaban a las afectadas y les preguntaban sobre cuanto creían ellas que les podían haber influido estos medios en la aparición y desarrollo de la anorexia o la bulimia, este método era entre otras cosas demasiado subjetivo e indirecto.

El método seguido por el grupo de investigadores navarros ha sido muy diferente, trabajaron con un numero muy alto de chicas, exactamente 2862, de edades comprendidas entre los 12 y los 21 años, chicas normales que no sufrían inicialmente ningún tipo de trastorno, se las estudio durante un periodo de tiempo largo, unos 18 meses, tras este tiempo, se identifico cuales de estas chicas habían desarrollado anorexia o bulimia, se identifico entonces los factores a los que estuvieron expuestas y a lo que las diferenciaba de las otras chicas que no habían desarrollado ningún trastorno alimentario, con esto consiguieron obtener datos mas objetivos y cuantificables.

Lo que revela el estudio es que estadísticamente se da un alto consumo de revistas para adolescentes (con una frecuencia superior a una semana) y además un gran numero de horas escuchando la radio (mas de una hora al

dia), sin embargo, no encontraron una relación significativa con el número de horas que pasaban ante el televisor, lo cual llamo especialmente la atención.

#### • *LOS PADRES*

Parase bastante clara la relación que puede existir entre el desarrollo de trastornos de la alimentación como la anorexia o la bulimia y los medios de comunicación como las revistas juveniles tal como no indica el estudio de la Universidad de Navarra, sin embargo, también hay otra serie de factores que pueden estar influyendo, y uno de ellos es el tema de las madres, los niños se encuentran inmersos también en nuestra sociedad, experimentan las mismas influencias, pero además, son especialmente influidos por el comportamiento y las actitudes de su padre y su madre, recientemente, dos investigadoras, Thelen y Colmis, realizaron un estudio sobre hasta que punto puede influir la información verbal que proporcionan los padres en las actitudes de los hijos, observaron las características de 118 niños y niñas de 9 y 10 años de edad, y llegaron a la conclusión de que tres de cada cuatro padres y/o madres alentaban a sus hijos para que contrataran su peso, observaron también como era mas importante y frecuente la presión ejercida por las madres, madres que en un 86% habían practicado alguna dieta a lo largo de su vida.

#### • *EL CAMBIO EN LOS HABITOS DE LAS COMIDAS*

Este es otro factor que no aparece en el estudio pero que merece ser digno de atención, tradicionalmente las comidas han sido uno de los momentos sociales mas importantes, el modelo tradicional establecía la ingesta de tres comidas, desayuno, comida y cena, en ellas no solo se comía sino que además era una ocasión perfecta para que se reuniera toda la familia, hablaran, y en definitiva, era un buen momento para la comunicación familiar, ahora, son cada vez mas las familias cuyos miembros comen por separado o lejos de casa, además las fast food están ocupando el lugar de las comidas caseras y tradicionales.

Estos hábitos son mas frecuentes en adolescentes y jóvenes de enseñanzas medias y universitarios, o lo que es lo mismo, la población de mas riesgo de desarrollo de anorexia y bulimia. Pero además, el sufrir estos trastornos también tiene consecuencias en la vida social de los enfermos, ya que, las ocasiones para comer en grupo son múltiples, cenas de trabajo, celebraciones familiares, cenas de parejas..., estas ocasiones son fuente de gran ansiedad y angustia para estas personas, la elección es, o rechazar este tipo de acontecimientos, tan importantes para la vida social, o compensar esos excesos con ayunos posteriores, en muchas ocasiones se elige la primera opción, esto conlleva además una reducción de la autoestima y de la estabilidad emocional, progresivamente estos pacientes sufren un aislamiento social.

### **ALGUNOS ESTUDIOS RELEVANTES**

#### • *SECTORES DE RIESGO*

Ordeig y cols afirmaban que la mayor presión de la sociedad para el adelgazamiento extremo lo sufrían mas unos sectores de la población que otros, en cuanto al genero ya he mencionado que son las mujeres quienes mas presión han de soportar, sin embargo el estudio de este autor viene a demostrar como determinadas profesiones relacionadas con el mundo del espectáculo son especialmente objeto de esta presión social, este es el caso de estudiantes y trabajadores del mundo de la moda, la música y la gimnasia de competición. Realizaron su estudio con personas de estos gremios, y sus conclusiones son realmente preocupantes, ya que encontraron que llegan a desarrollar un trastorno de la alimentación, el 30% de los bailarines, el 18% de los gimnastas y el 13'3% de las modelos.

#### • *ESTUDIO SOBRE PUBLICIDAD PRO-ADELGAZAMIENTO*

Mas que un estudio lo que se realizo fue un análisis de la publicidad pro-adelgazamiento en revistas, la gran parte de ellas leídas por mujeres, de estas revistas se analizaron los anuncios que aparecían seleccionando

aquellos que bien directamente o indirectamente incitaran al uso o consumo de productos para adelgazar, concretamente se encontró que de todos los anuncios el 10% incitaban directamente al consumo, y el 14% incitaba indirectamente al consumo de estos productos adelgazantes, lo que hacia un total del 24% del total de todos los anuncios aparecidos en las revistas, por lo tanto, se puede concluir que uno de cada cuatro anuncios que leen estas mujeres en las revistas invitan de alguna manera a la mujer a perder peso.

También se midió el coeficiente de impacto, es decir, la capacidad de difusión del mensaje en la población, se encontró que eran de especial relevancia los anuncios de cremas y pomadas adelgazantes, productos cuya característica principal es que son de actuación específica e inmediata. En el análisis se puso también de manifiesto como los argumentos para incitar al consumo de estos productos aluden en su mayoría a cuestiones estéticas mas que a cuestiones de salud, vende más la motivación por estética que por salud. Otro coeficiente que se midió fue el de utilización, o lo que es lo mismo, la cantidad de veces que una palabra aparece en los anuncios publicitarios, se encontró que las palabras mas utilizadas son: tipo, silueta, figura, delgado, línea, centímetro, kilos, adelgazar y calorías. La mayor difusión de esta publicidad se da principalmente en mujeres de 15 a 24 años.

Estos estudios son una muestra de cómo algunos sectores de la población son mas proclives a sufrir este tipo de trastornos que otros grupos, y de cómo la publicidad es otro instrumento mas de la sociedad para divulgar su ideal del cuerpo perfecto.

#### • LA TELEVISION

Anteriormente en el análisis de la Universidad de Navarra ya comentábamos que la televisión no aparecía como uno de los factores mas importantes de influencia para desarrollar anorexia o bulimia, sin embargo, hay otros estudios que si la reconocen como una fuente de información influyente sobre los jóvenes que muchas veces quieren sentirse identificados con las personas que aparecen en este medio, sobre este tema, Silverstein realizo un minucioso estudio sobre las características de las personas bien de sexo masculino o femenino que aparecían en televisión durante un mes. Este autor recogió 221 personas, de las cuales 82 eran mujeres, y 139 eran varones, posteriormente, un grupo de psicólogos expertos calificaba la figura de estas personas en una escala del 1 al 10 de acuerdo con su delgadez o su obesidad.

Los resultados que encontró fueron los siguientes, el 69% de las mujeres que aparecían en televisión eran consideradas como muy delgadas, esto ocurría en el 17% de los varones, en cuanto a los obesos, se encontraron en varones un 25%, mientras que de las mujeres solo el 5% tenían sobrepeso. Como se puede observar el número de obesos y el de delgados difiere significativamente, pero además, en las mujeres el efecto esta mucho mas acentuado. En su estudio se analizo también la edad de los personajes, se encontró con un 35% de mujeres menores de 26 años, cuando los varones menores de 26 años solo correspondían al 16%, unido a los datos anteriores la conclusión que se puede sacar es, que en cuanto a la mujer se refiere, los modelos que la televisión nos muestra son los de una mujer joven y delgada.

#### **PROGRAMA PROTEGELES**

Internet es el medio de comunicación mas eficaz de finales del siglo xx y será sin duda el medio estrella en el nuevo siglo, Internet llega cada vez a mas y mas hogares en el mundo y permite a sus usuarios encontrar cualquier tipo de información de cualquier parte del mundo, por supuesto, las ventajas que este nuevo medio nos trae son innumerables, sin embargo, este flujo libre de información por la red también tiene sus contras, la pedofilia por ejemplo ha encontrado una manera de intercambiar información sin mucho riesgo de ser detenidos, en el caso de la anorexia y la bulimia, el libre intercambio de información esta sirviendo para que muchas de estas enfermas puedan comunicarse trucos y técnicas entre ellas para perder peso, intercambien dietas, o consejos para que su entorno no llegue nunca a descubrir que padecen algún trastorno alimentario.

Se conoce de la existencia de varias webs donde se hace apología de la anorexia o la bulimia, en estas páginas

se describe a las enfermedades como estilos de vida, y reúnen a cientos y miles de adolescentes que se intercambian experiencias a través de los foros de estas páginas. En cada pagina podemos encontrarnos unas 700 u 800 chicas registradas, de ellas un 68% son adolescentes de 14 a 17 años, las menores de 14 años son un 10%, y un 22% son mayores de 18 años, la mayoría de todas ellas se encuentra en la fase de inicio de la enfermedad, se estima que solo un 7% estaría recibiendo algún tipo de tratamiento. El lugar preferido de la pagina es el foro, donde se intercambian trucos e información, en este lugar incluso nacen lideres, que suelen coincidir con las chicas que menos kilos pesan, cuando una de las chicas pesa alrededor de 40 kilos se convierte rápidamente en la líder, todas las demás le piden consejo. Se llegan a intercambiar incluso consejos para autolesionarse, porque piensan que el dolor hace que el organismo queme calorías.

Con el objetivo de luchar contra estas paginas Web pro-anorexia, surgió en 2004 la primera campaña contra la anorexia y la bulimia en Internet, promovida por la pagina protegeles.com, en esta asociación un grupo de expertos atiende las demandas de niñas, adolescentes y jóvenes que se encuentran alguna fase del desarrollo de alguno de estos trastornos de la conducta alimentaria, en junio de 2004, protegeles localizo y denunció mas de 250 paginas pro-anorexia, logrando que fueran clausuradas, aquí va un ejemplo de algunas de ellas:

<http://groups.msn.com/anamiadiosasyprincesas>

<http://groups.msn.com/estamostodasunidas>

<http://groups.msn.com/juntassomosmas>

<http://groups.msn.com/Cuandocomeresuninfierno>

<http://groups.msn.com/ESPEJODELATOR>

Esta es solo una muestra de las mas de 250 paginas con nombres parecidos que protegeles a logrado clausurar por atentar contra la salud publica, además se ha creado otra pagina de información para estas jóvenes, para informarles como pedir ayuda, donde deben acudir, donde pedir consejo, en definitiva para conseguir que salgan de la espiral que comprende el trastorno.

## **INTRODUCCION**

El mundo en el que vivimos esta repleto de contradicciones, mientras una parte del mundo presenta un lamentable aspecto de desnutrición por causa del hambre, en el mundo occidental, en el que disponemos de todo tipo de alimentos y nutrientes necesarios para una vida saludable, cada vez son mas las personas que sufren algún trastorno relacionado con la alimentación. Estas enfermedades son nuevas, y sus causas muy probablemente son los nuevos valores e ideales que trasmite la actual sociedad occidental a sus jóvenes, el ideal de belleza a cambiado radicalmente desde hace unas décadas, la extrema delgadez se empieza a considerar como una imagen positiva, y sus consecuencias ya las estamos sufriendo.

Los medios de comunicación son en gran parte responsables de la transmisión de estos valores, la televisión, el cine, la moda, premia constantemente a personas que por su apariencia deben estar por debajo de su peso normal. En el presente trabajo intento ahondar en este tema, hasta que punto y de que manera los medios de comunicación, incluido Internet, facilitan el desarrollo de enfermedades como la anorexia y la bulimia, en que consisten estas enfermedades, y en que esta convirtiendo la sociedad actual a sus jóvenes, y cada vez mas, a sus niños.

## **INDICE**



- LA ANOREXIA

- características de la enfermedad
- tipos de anorexia
- consecuencias físicas

- LA BULIMIA

- ◆ caracterizas de la enfermedad
- ◆ tipos de bulimia
- ◆ consecuencias físicas

- ◆ LA SOCIEDAD ACTUAL

- ◇ mensajes contradictorios
- ◇ el mercado del adelgazamiento
- ◇ cada vez mas jóvenes
- ◇ el rechazo al sobrepeso
- ◇ el mundo de la moda

- ◇ FACTORES QUE INFLUYEN

- investigación mas relevante
- los padres
- el cambio en los hábitos de las comidas
- ALGUNOS ESTUDIOS RELEVANTES

- sectores de riesgo
- publicidad pro-adelgazamiento
- televisión
- PROGRAMA PROTEGELES

FILOGENIA Y ONTOGENIA DE LA ALIMENTACION

ANOREXIA Y

BULIMIA

EN LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN