

SALUD | JÓVENES

adefabburgos@gmail.com

AYUDA. Este es el correo de la Asociación de Familiares de Anorexia y Bulimia de Burgos donde responden a todas las dudas.



La asociación sugiere a las familias que conozcan los síntomas y les pongan atención aunque, a veces, no son muy claros, según reconocen. / LUIS LÓPEZ ARAICO

## Una avalancha de trastornos de la conducta alimentaria pone en alerta a profesionales y familias

En el HUBU reconocen la «situación excepcional» y la asociación de ayuda, Adefab, ha multiplicado por diez sus consultas: «Las madres y los padres llegan desesperados»

ANGÉLICA GONZÁLEZ / BURGOS

Los casos de trastornos de la conducta alimentaria no dejan de crecer. Si justo después del confinamiento y cuando la actividad asistencial comenzó a recobrar una cierta normalidad, en el Hospital Universitario de Burgos (HUBU), que alberga la Unidad Regional de Trastornos de la Alimentación (URTA), se dio la voz de alerta sobre cómo se había incrementado la demanda, no solo de pacientes nuevos sino de agravamiento y recaídas de los que ya estaban en seguimiento, meses después el problema sigue aumentando y ya hay familias que están denunciando las dificultades de acceso a la atención

médica. Desde el servicio de Psiquiatría reconocen una «situación excepcional» por el incremento de la demanda y un «retraso en la atención a nivel global desde el primer contacto con los dispositivos sanitarios» y afirman que en la URTA las urgencias se atienden en tres días y las consultas preferentes, «en un mes como máximo».

Esta unidad es lo que se llama un dispositivo de tercer nivel, es decir, que el paciente primero tiene que acudir a su médico de Primaria, que es el encargado de valorar el nivel de gravedad que presenta y decidir la derivación o bien a la unidad de salud mental donde se inicia el tratamiento y según los criterios clínicos remiten o no a la pa-

ciente a la URTA, o bien al servicio de Urgencias, según explican desde Psiquiatría.

Y aquí es donde están surgiendo los problemas. Este periódico ha recibido varias quejas de distintas familias en el sentido de que casos que a la postre han sido muy graves han tenido que ir deambulando de un sitio a otro sin que nadie les diera una solución efectiva. Los padres de un adolescente que llevaba varios meses perdiendo un kilo a la semana han recibido en este mes de noviembre una primera cita para abril. Lógicamente, tuvieron que insistir en que su hijo necesitaba un ingreso inmediato y lo han conseguido después de tener que volverse varias veces desde el

servicio de Urgencias donde les decían que no podían hacer nada.

La URTA es una unidad regional que cuenta con seis camas para pacientes que llegan desde todos los puntos de la comunidad autónoma, lo que en estas circunstancias puede estar resultando escaso. Otra

**El aumento de la demanda ha provocado un «retraso global en la atención»**

de las familias afectadas explicaba, en este sentido, que se echa de menos un centro de día, es decir, un dispositivo intermedio entre las consultas con la psiquiatra y la psicóloga especializadas en estos trastornos y el ingreso en la URTA: «En otras partes hay un comedor terapéutico en el que las afectadas están supervisadas por profesionales, algo que creemos que aquí haría mucha falta».

En la asociación de ayuda, Adefab (Asociación de Familiares de Anorexia y Bulimia de Burgos) son muy conscientes de la angustia que se está pasando ahora mismo en muchas casas porque las peticiones de consultas se han multiplicado por más de diez, según explica la psicóloga María del Mar Herrero, miembro también del grupo de trabajo de conducta alimentaria del Colegio Oficial de Psicólogos de Castilla y León: «Antes de la pandemia había una o dos consultas por semana y ahora estamos en más de 15 y los sábados por la mañana procuramos incorporar alguna *on line* para no dejar a nadie fuera». Las patologías que más se están viendo son, en este orden, trastorno por atracón, anorexia y bulimia.

Este colegio profesional aprovechó la celebración el pasado 30 de noviembre del día internacional de la lucha contra estos trastornos para intentar despejar dudas alrededor de los mismos «los trastornos de la conducta alimentaria no tienen edad, peso ni sexo pero sí so-



**EL SEMÁFORO DE LAS SEÑALES DE ALARMA**

FUENTE: COLEGIO OFICIAL DE PSICOLOGÍA DE CASTILLA Y LEÓN

ESTAR CONSTANTEMENTE A

**DIETA**

OSCILACIONES EN EL

**PESO**

QUEJAS SOBRE

**FIGURA Y PESO**

**ALIMENTOS PROHIBIDOS**

EVITACIÓN DE

**COMIDAS SOCIALES**

CAMBIOS BRUSCOS DE

**HUMOR**

CAMBIOS EN LA

**FORMA DE VESTIR**

ENCONTRAR

**RESTOS DE COMIDA O ENVOLTORIOS**

CAMBIOS EN LA

**ALIMENTACIÓN**

AUMENTO DE LA

**ACTIVIDAD FÍSICA**

OBSESIÓN Y COMPROBACIONES CONSTANTES SOBRE

**PESO Y FIGURA**

OBSESIÓN POR LA

**ACTIVIDAD FÍSICA**

**AISLAMIENTO**

SOCIAL Y FAMILIAR

DISTORSIONES SOBRE LA

**IMAGEN CORPORAL**

**DEPRESIÓN O ANSIEDAD**

lución», se advertía en un cartel que publicaron- y para pedir que se busque siempre ayuda especializada. Sobre el primer aspecto, Herrero recaló que ya no son mujeres adolescentes con una pérdida de peso alarmante las únicas pacientes, sino que se trata de patologías que afectan a todo tipo de perfiles, incrementándose en los últimos años en los varones. Y en cuanto a la ayuda especializada, las familias con las que ha podido hablar este periódico lamentan que en Primaria no haya una mayor formación para detectar y derivar adecuadamente estos casos: «A mi hijo lo único que le dijo el médico es que dejara de hacer esas cosas porque nos estaba causando mucha preocupación, así que no nos quedó más remedio que buscar nosotros la información por nuestra cuenta y así llegamos a Adefab».

Nada es sencillo cuando aparece un trastorno de la conducta alimentaria en una familia. Las señales de alarma son difíciles de ver, reconoce María del Mar Herrero: «Las personas que sufren TCA intentan fingir que todo va bien y no quieren preocupar a su entorno. Muchas veces el trastorno está camuflado en querer cuidarse, por lo que puede resultar más complicado reconocerlo o verlo por parte de la familia». Este 'querer cuidarse' que, en principio es positivo, se ha transformado en muchos casos en auténtica obsesión por contar las calorías, por hacer ejercicio com-

pulsivamente e incluso por llevar a cabo competiciones con otras personas a ver quién es capaz de bajar antes de peso.

Así que, en palabras de Herrero, las madres y los padres de gente joven que ha iniciado este proceso patológico «llegan a la asociación desesperados y pidiendo ayuda para, a su vez, ayudar a su ser querido». Para ello, Adefab, que ya ha cumplido 25 años de existencia, ofrece consultas y organiza reuniones de familiares los primeros y terceros lunes de mes para apoyarles con programas de psicoeducación, gestión emocional y cómo manejar conductas difíciles. También cuenta con un grupo de difusión a través de la aplicación *whatsapp*, en el que se les informa de publicaciones de interés, vídeos, conferencias y cualquier material nuevo que aparece.

**FORMACIÓN EN PRIMARIA.** «Hace tiempo que estamos viendo que son necesarias dos líneas de trabajo: por un lado, en los centros educativos y por otro, en Atención Primaria, porque es cierto que hay médicos más sensibles a los TCA, pero a otros les falta formación. Tenemos pendiente una reunión con la Gerencia de Atención Primaria, que será, si puede ser a mediados de este mes», cuenta la psicóloga.

Herrero incluye a la Universidad de Burgos en el futuro protocolo al que le gustaría llegar con Sacyl porque se ha mostrado siempre extre-

**Piden una mayor formación en Atención Primaria para mejorar la derivación**

madamente volcada en la divulgación y formación sobre estos trastornos a través de su Facultad de Ciencias de la Salud. En cuanto a los colegios, el documento de trabajo está prácticamente finalizado: «Desde Adefab escribimos a la Consejería de Educación de la Junta, nos respondieron muy rápido y ya lo tenemos prácticamente hecho. En la guía han participado, además de nuestra asociación, la Unidad Regional de Trastornos de la Conducta Alimentaria, el Colegio Oficial de Psicólogos de Castilla y León y el Equipo de orientación educativa y multiprofesional para la equidad educativa de Castilla y León de la Junta».

Este nuevo material se sumará a la formación preventiva que Adefab lleva haciendo en los colegios nada menos que desde el año 2004 a través del programa municipal *La ciudad también enseña* aunque Herrero se duele de que son muy pocas horas las que se ofertan, por lo que muchas solicitudes de colegios se quedan fuera y hay otros que no lo han pedido nunca.