

ANOREXIA Y BULIMIA EN CHICOS DE 9 AÑOS

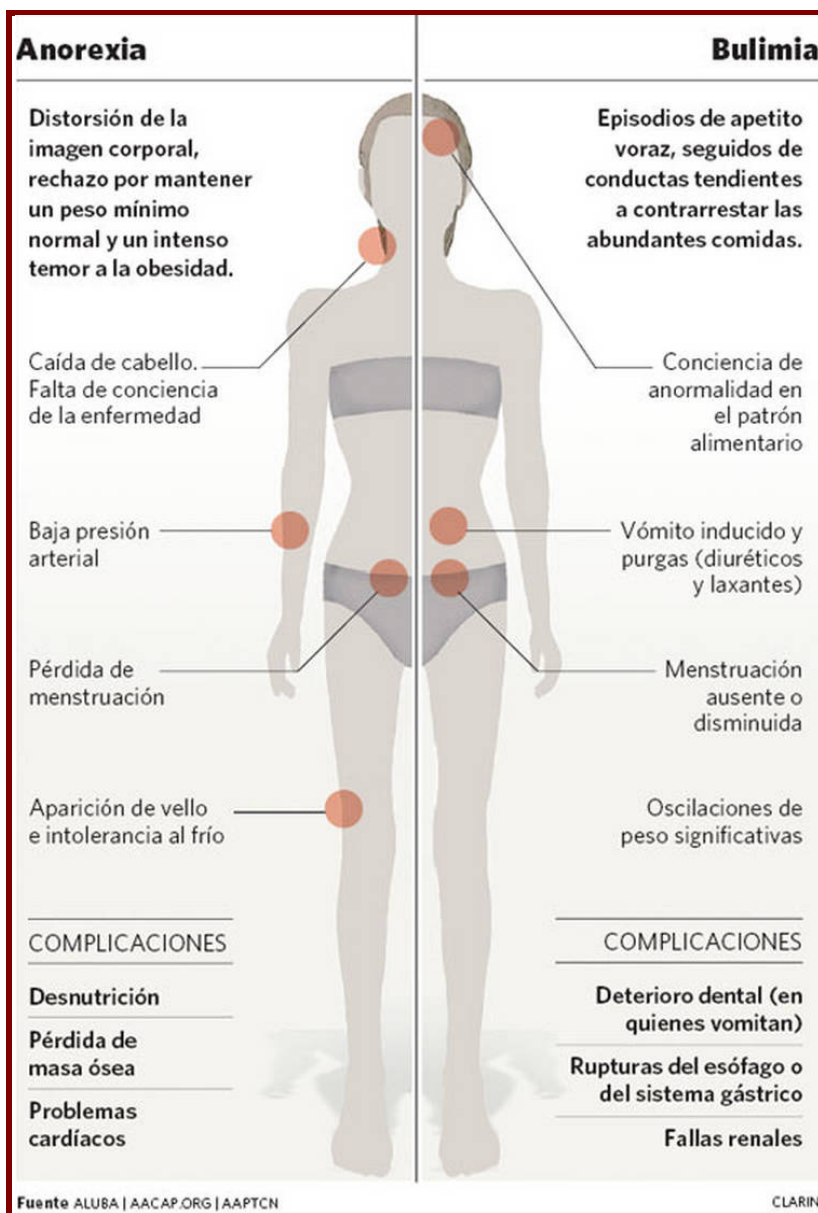
Antes sólo afectaban a adolescentes y adultos

Son parte de un fenómeno que preocupa a los expertos.

Lo atribuyen a que los patrones de consumo y modelos estéticos de estos años provocan que los niños se vuelvan cada vez más vulnerables.

Algunos chicos se niegan a comer completamente. Otros sólo se alimentan con hamburguesas y gaseosas, y le dicen no a las verduras. O también están los que se dan atracones compulsivos.

Estos comportamientos, que antes eran propios de adolescentes y de adultos, hoy se manifiestan en chicas y chicos que ya a los 9 años presentan síntomas de trastornos alimenticios, como la bulimia y la anorexia.



“Hay un corrimiento en las edades de los trastornos alimenticios hacia edades más tempranas”, dice Mario Elmo, a cargo del comité de pediatría ambulatoria de la Sociedad Argentina de Pediatría (SAP), que días atrás realizó un congreso e incluyó el problema en el programa. “Hay una preocupación en la comunidad médica –reconoció el doctor Elmo–, porque estos desórdenes de los chicos con la comida dan cuenta de una impronta social muy fuerte. Hay patrones de consumo y modelos estéticos que hacen que los niños se vuelvan más vulnerables”. Agregó: **“No se trata de trastornos psicopatológicos individuales. Los chicos expresan una problemática social”.**

En la Asociación de Lucha contra la Bulimia y Anorexia (ALUBA), están recibiendo más casos de nenes con problemas. Igual situación se da en las instituciones infantiles como el Hospital de Niños Ricardo Gutiérrez o en el Elizalde, de Capital. **“No todos son casos de bulimia y anorexia ya configurada como la que se puede diagnosticar en adolescentes y adultos, pero vemos más niños con trastornos en su relación con la comida”,** afirmó Mabel Ferraro, jefa de nutrición y diabetes del Hospital Elizalde.

En la explicación del fenómeno de los desórdenes en los chicos, hay varias razones. **“Antes de que se produzcan los cambios físicos que hacen que los niños pasen a ser adolescentes, hay un aumento del peso. Principalmente se nota en la pancita”,** señala Marcela Paz, pediatra del Hospital Italiano de Buenos Aires y disertante en el congreso de la SAP. **Generalmente, los chicos transcurren esos cambios sin conflicto con el aumento del peso. Pero ahora hay más niños que lo viven con disconformidad, y disgusto.**

“En esos casos suelen no querer comer, quieren hacer más ejercicio o también vomitan en un intento por bajar de peso”, comenta Paz. **A esto se le puede sumar un entorno que se encarga de “destacar” los rollitos. “Las generaciones de padres que tienen entre 25 y 45 años se criaron en un contexto que valora en exceso el cuerpo delgado, y es común que ahora hagan comentarios a los chicos como “estás rellena” o se burlen”,** según la doctora Ferraro.

El error de los padres es transmitir la idea de que “el éxito se consigue por la delgadez”.

Los cuadros de los trastornos alimenticios en chicos adquieren ciertas diferencias con los adolescentes y los adultos. **“No van a comprar laxantes como los grandes. Generalmente, son chicos que comen menos, que seleccionan qué van a comer, y que tienen cambios de carácter”** –detalla la pediatra Paz–.

Están más tristes y retraídos. Pueden estar deprimidos. Quizá les vaya bien en la escuela, pero pierden contacto con sus amigos y evitan situaciones donde intermedia la comida o donde tengan que mostrar sus cuerpos”.

Tampoco suelen decir "quiero estar más flaco", sino que sencillamente no quieren la comida.

Un componente común en los casos de los chicos afectados –advierte Marcelo Bregua, coordinador general de ALUBA y psicólogo clínico– es que *formen parte de familias poco comunicativas y afectuosas. "Por eso, en el tratamiento para atenderlos, recomendamos a los padres que les digan palabras agradables, que los alienten en las tareas que hacen, y que los abracen. Esto parece obvio, pero la realidad es que algunos padres ponen mucha distancia con sus hijos. Por ejemplo, tenemos casos de padres que vienen supuestamente a acompañar el tratamiento, pero se ponen a leer y no le prestan atención a los nenes".*

En la mayoría de los casos, *los especialistas señalan que el problema debe ser enfocado incluyendo a la familia. "Lo que hacemos es que los chicos formen parte de un grupo y jueguen, acompañados por pediatras y psiquiatras. También la familia participa a través de charlas con los profesionales y con otras familias. Si no evoluciona adecuadamente, el chico suspende las clases".*

En casos graves, se llega a la internación, pero lo fundamental es que se identifique qué está pasando en la familia".

Qué hacer para prevenir

Las familias cumplen un rol fundamental a la hora de prevenir trastornos alimentarios en la infancia, según Mabel Ferraro, jefa de nutrición y diabetes del Hospital Elizalde de Capital.

La prevención empieza desde el amamantamiento del bebé, y sigue con darle una alimentación saludable acompañada de actividad física adecuada para cada edad.

Se debe comer en familia, sin el televisor ni la computadora encendidos, con horarios fijos. Si los chicos almuerzan en la escuela, hay que averiguar qué comen y junto a qué personas.

Los adultos deben correrse del ideal de la delgadez como garantía de éxito. De lo contrario, presionarán a los chicos para tener un cuerpo perfecto, y los pondrán en riesgo de padecer trastornos.

Hay que estar atentos y consultar al médico cuando los chicos rechazan algunos alimentos y hacen comentarios como éste: "Estoy muy gordo y no quiero comer".

Crece la presión por el cuerpo delgadísimo

La vida de los niños de hoy se ha vuelto un vorágine bastante complicada. Los levantan por las mañanas, desayunan rápido y tienen que salir corriendo para la escuela. Les imponen múltiples actividades y exigencias que excluyen lamentablemente los momentos para el buen diálogo, la reflexión y el ocio en familia.

En ese contexto, no es casual que ahora en la Argentina se detecten casos de trastornos alimentarios como bulimia y anorexia en niñas y niños de 9 años. Porque la presión de las familias y del contexto cultural por tener y mostrar un cuerpo delgadísimo es cada vez mayor. Hace que los chicos quemen etapas. De esa forma se los obliga a crecer más rápido en muchos aspectos de sus vidas: que tomen gaseosas light o que se vistan con ropas de adolescentes. Incluso, hasta a los bebés ahora se los viste de negro. Se les hace escuchar el conteo de las calorías, y se les regala muñecos que son hiperflacos. A esto se suma que los chicos ven que sus padres se matan en el gimnasio. En las escuelas reciben burlas, insultos o discriminaciones por algunos rollitos en la panza. Y los medios de comunicación, en especial la televisión, también comunican a la delgadez como si fuera un camino al éxito.

¿Cómo salirse del mandato? Es necesario que se recupere el diálogo en familia, y que se deje de lado esta riesgosa presión sobre los cuerpos de los chicos.

Por Valeria Román

Publicado en Clarín de Buenos Aires el 26/11/10