

LA ANOREXIA ES UNA ENFERMEDAD DE ORIGEN CULTURAL

El Dr. Aquilino Polaino-Lorente, psiquiatra, destaca la necesidad de cambiar el modelo estético femenino.

El Dr. Aquilino Polaino-Lorente, psiquiatra, destaca la necesidad de cambiar el modelo estético femenino

La extensión de la anorexia nerviosa en los países occidentales se ha convertido en un serio problema de salud pública. Muestra de ello es el primer congreso mundial sobre esta enfermedad, celebrado en Bilbao durante la segunda semana de julio. Hemos hablado de la anorexia con el Dr. Aquilino Polaino-Lorente, catedrático de Psicopatología de la Universidad Complutense (Madrid), que posee una larga experiencia en el tratamiento de pacientes anoréxicos, para que explique las raíces de esta patología, cómo se combate y qué hacer para prevenirla.

- ¿Podría describir brevemente en qué consiste la anorexia?

- La anorexia es una enfermedad compleja. Por una parte, es muy sensible a los modelos culturales vigentes, y aparece a edades tempranas, cuando el sujeto es más vulnerable a la influencia de esos modelos. Por otra parte, los síntomas son múltiples. El más evidente es el trastorno de la conducta alimentaria; pero va unido con otro más profundo: un trastorno de la percepción del propio cuerpo, con manifestaciones psicóticas, como fobias contra determinadas zonas corporales. A esto se añade, casi siempre, un cuadro depresivo. Finalmente, se da un tercer cuadro: un trastorno obsesivo grave, que no suele referirse sólo a la comida, sino a otros aspectos de la vida, como el estudio: los pacientes anoréxicos son, por lo general, rígidos y perfeccionistas.

Para completar la descripción, hay que señalar que la anorexia es una enfermedad grave, con tendencia a hacerse crónica, muy destructiva de la personalidad y de la salud física. El tratamiento dura, por término medio, cuatro años, y suele requerir periodos de ingreso en hospital. Las recaídas no son raras. Y presenta un riesgo de muerte superior al de las depresiones, tomadas en conjunto.

- ¿Por qué se extiende la anorexia?

- Por el modelo estético corporal que impera en Occidente. Hace treinta años, cuando la publicidad y la moda no presentaban la delgadez como el tipo ideal, la anorexia era muy rara. Por otra parte, en África, esta enfermedad no existe.

La anorexia es una enfermedad de origen cultural. Aparece por la presión que experimentan tantas personas - sobre todo chicas jóvenes, que son las más vulnerables- para adecuarse al canon creado por la moda. Pero las adolescentes no son las únicas afectadas. Hasta hace poco, la proporción de varones entre los pacientes anoréxicos no era más del 2%. Hoy observamos un importante cambio epidemiológico: la anorexia aparece a edad más temprana -desde los 9 años- y los varones representan una proporción cada vez mayor, sobre todo en los pacientes más jóvenes. Esto es consecuencia de la mayor atención que se presta a la estética masculina.

- ¿Tanto influye la moda?

- Estoy convencido de que si la moda y la publicidad presentaran otro canon de belleza física, en poco tiempo los casos nuevos de anorexia bajarían a la mitad. Un estudio reciente, realizado en Cataluña, revela que existe una relación estadística entre el riesgo de anorexia en chicas jóvenes y los tipos de revistas femeninas que leen. Estamos ante un problema de salud pública, que exige atacar el origen de la enfermedad. ¿No se imponen cada vez más restricciones a la publicidad del tabaco, porque daña la salud? Por la misma razón, se debería también poner coto a la publicidad del modelo estético perjudicial que hoy domina.

- ¿Ese modelo es la causa de que la anorexia afecte sobre todo a las mujeres jóvenes?

- La moda del vestir es el factor más importante, pero forma parte de un fenómeno cultural más amplio, que influye en el modo como las adolescentes, en especial, se perciben a sí mismas. Pensemos un poco. ¿De qué puede presumir un chico de hoy? Diría que, primero, de sacar buenas notas; después, de ser deportista, y en tercer lugar, de ser simpático. ¿Y qué se pide a una chica? Primero, que sea guapa; segundo, que tenga buen

tipo; y si no tiene ni aquella ni esta cualidad, se la aprecia por su simpatía o tal vez por su inteligencia. Esto no es acorde con la naturaleza: una adolescente puede dar de sí mucho más que simple atractivo físico. Es sabido, por ejemplo, que las chicas, en la adolescencia, son capaces de mayor rendimiento académico que los varones de la misma edad. Y una chica brillante en los estudios, como suelen ser las anoréxicas, tiene motivos sobrados para estar razonablemente satisfecha de sí misma. Pero a las jóvenes no se les enseña a valorarse como merecen por esa u otras cualidades semejantes, y se les impele a adecuarse a un modelo físico artificial y dañino.

- En el congreso de Bilbao se ha insistido en que muchos casos de anorexia pasan ocultos. ¿Cómo se pueden detectar?

- Quien sufre anorexia no es capaz de reconocer que tiene una enfermedad hasta que el tratamiento está muy avanzado. Puede ver modelos anoréxicas en televisión, pero pensará que no es su caso, que su problema es de obesidad. Por eso es importante detectar el mal cuanto antes. Es una pena ver que muchas chicas anoréxicas llegan por primera vez a la consulta cuando ya han perdido mucho peso e incluso llevan varios meses sin menstruación. Cuando las funciones biológicas se han alterado hasta ese extremo, se ha perdido un tiempo precioso, y la curación resulta mucho más lenta y difícil.

Hay que conocer los indicadores de riesgo, que permiten identificar el problema cuando está en los comienzos. Primero, conviene saber que las personas más inteligentes que la media tienen mayor peligro, porque tienden más al perfeccionismo y son más vulnerables a las obsesiones. La existencia de antecedentes en la familia supone un 25% más de probabilidades de padecer anorexia. No está de más observar cómo son los íconos humanos que aparecen en los carteles que el chico o la chica cuelga de la pared de su cuarto o en las fotos con que adorna sus libros y carpetas de estudiante. Otra señal de peligro es compararse continuamente con compañeras o compañeros en tipo, peso y aspecto. Hay también conductas típicas que delatan, con gran seguridad, a quien empieza a padecer anorexia. Si los padres difícilmente logran saber cuándo y qué come su hija, si ven que a menudo alega malestar digestivo para no comer o comer poco, que elige minuciosamente los alimentos o que con sumo cuidado aparta en el plato ciertos ingredientes, deben llevarla al psiquiatra.

- ¿Cómo combatir la anorexia?

- Lo principal es prevenir, y esto exige, como ya he dicho, actuar contra la difusión de los cánones estéticos perjudiciales. Me parece acertada la idea de obligar a los fabricantes de ropa a que las tallas se correspondan con los pesos normales de la población, según edad, complexión y estatura. Se necesita también actuar en la escuela, para identificar a los jóvenes con riesgo de anorexia y hacerlos pasar por programas preventivos. E impartir educación alimentaria a todos los escolares sería muy útil.

Pero la familia es la que más puede hacer. Tiene que proporcionar una dieta normal, completa y equilibrada, y acostumar a los hijos, desde pequeños, a comer lo que les pongan, sin caprichos. Esta sencilla y sabia norma educativa, que los padres tradicionalmente han practicado, es una magnífica defensa contra la anorexia. En cambio, una familia de hábitos alimentarios caóticos, en la que cada uno come por su cuenta, y permite que los niños asalten el frigorífico a deshora y coman cuando y lo que se les antoje, favorece el riesgo de anorexia.

Acepresa, Servicio 111/99 (www.acepresa.com)