

VIGO

La anorexia afecta al 1% de las adolescentes y tiene gran impacto

El comedor terapéutico del hospital de día evita ingresos por este trastorno alimentario que afecta más a personas muy perfeccionistas o que son muy perseverantes

R. SUÁREZ. VIGO
rsuarez@atlantico.net

■ El Hospital de Día Infanto-Juvenil de Psiquiatría, que se encuentra en el Hospital Nicolás Peña, acaba de poner en marcha un comedor terapéutico pensado para personas con trastornos de conducta alimentaria pero que también beneficiará a otras patologías de salud mental que requieran cambios de rutinas o trabajar las habilidades sociales.

Se trata del tercer hospital de día psiquiátrico de Galicia que dispone de comedor terapéutico en sus instalaciones, junto con los de Lugo y Santiago. En el caso de Santiago el comedor terapéutico abrió en octubre del año pasado y los profesionales que trabajan allí han podido comprobar que permite agilizar altas y evitar ingresos facilitando así que el adolescente pueda continuar con su vida. Esto afirma la psicóloga clínica del Complejo Hospitalario de Santiago Olaia Carrera, que es también doctora en Psicología con una tesis relacionada precisamente con la anorexia.

Esta experta indica que la anorexia se produce por distintos factores en personas que una vez que bajan de peso no pueden remontar aunque quieran, que tienen que seguir adelgazando y se meten en un círculo vicioso difícil de romper. Considera que puede haber una "vulnerabilidad genética" porque si la mayoría de mujeres están so-



La psicóloga clínica y experta en anorexia Olaia Carrera.

metidas a presiones sociales e ideales de belleza similares, menos del 1% de las adolescentes desarrollan este trastorno que es poco frecuente pero que tiene mucho impacto a nivel personal, familiar y emocional. Se suele dar en personas perfeccionistas o con tendencia a la perseverancia que ante situaciones de estrés intentan recuperar el control de su vida mediante el control de la alimentación, con lo que entran en un círculo vicioso del que algunas personas no pue-

"EL CONFINAMIENTO PROVOCÓ ESTRÉS E INCERTIDUMBRE Y ESTOS PACIENTES SE MANEJAN MAL EN ESTAS SITUACIONES"

den salir. La edad de inicio habitual está entre los 13 y 14 años, pero puede producirse a los 20 o 25.

La psicóloga afirma que tanto familias como pediatras deben es-

tar alerta ante las señales de alarma, como un excesivo interés en alimentos saludables o cuando eliminan alimentos de su dieta habitual y esto va acompañado de una bajada de peso o un aumento del ejercicio físico. No existe un tratamiento farmacológico, sino que está recomendado el restablecimiento del estado físico, nutricional, la terapia psicológica y si es necesario la intervención psiquiátrica.

Con la pandemia aumentaron los casos, aunque la tendencia al aumento de casos era anterior a la irrupción del coronavirus. El confinamiento provocó estrés e incertidumbre y estos pacientes se manejan mal en estas situaciones. "En pandemia nos machacaron mucho con que teníamos que cuidarnos, comer sano y movernos. Las personas con esa vulnerabilidad se concentraron en ese objetivo y lo llevaron al extremo, hasta que se acabó convirtiendo en un descontrol", subraya la psicóloga.

Sobre los "enemigos externos", recordó que la anorexia nerviosa se describió como tal en 1870. Sin embargo, la explicación que se dio a ese círculo vicioso, al ayuno y la actividad física, fue cambiando a lo largo de los años. Reconoce que las redes sociales no ayudan cuando las pacientes están muy obsesionadas con el tema de las calorías y el aspecto físico. "Ahora todo está a golpe de clic, no es solo buscar información, sino que los algoritmos hace que les bombardeen con

EL COMEDOR AYUDA A ENFRENTARSE A LOS PROPIOS MIEDOS

Olaia Carrera explica que el hospital de día de Santiago está orientado a adolescentes y que sirva tanto para los que han requerido un ingreso hospitalario completo y necesitan hacer una transición que les prepare para la vuelta a casa, para hacer sus comidas en su vida diaria como las hacían en el hospital. Es un recurso intermedio que permite agilizar las altas hospitalarias, pero también ayuda a prevenir ingresos. "Si se coge a tiempo a un paciente que no es capaz de comer puede hacer el desayuno y la comida en el hospital de día, enfrentarse a sus miedos y cambiar los hábitos. Está muy bien porque el paciente puede seguir yendo al instituto o seguir en contacto con su entorno". Olaia Carrera asegura que permite ofrecer un tratamiento de calidad y que han podido comprobar que los beneficios son claros. La psicóloga considera que es un paso importante la creación de estos hospitales de día en todas las áreas sanitarias y que en tres de ellas estén funcionando y los comedores terapéuticos, aunque falta en las otras. ■

información que "para cualquier adolescente es perjudicial, no solo para ellas que son más sensibles".

Preguntada sobre las medidas de prevención, al ser un trastorno poco frecuente considera que en este caso es más útil la detección temprana y consultar cuanto antes al psicólogo. "Cuánto más tiempo pasen con la enfermedad y más peso hayan perdido más difícil es la recuperación. Una detección temprana facilita el tratamiento y mejora el pronóstico". ■

Más de 14.000 menores de 60 años tienen ya la cuarta covid

R. SUÁREZ. VIGO
rsuarez@atlantico.net

■ Más de 14.000 personas del área sanitaria de Vigo que tienen entre 12 y 59 años ya se han puesto la cuarta dosis de la vacuna frente al covid, una posibilidad que abrió el Ministerio de Sanidad a mediados de diciembre pasado y que en Vigo se lleva a cabo en la planta cero del Hospital Álvaro Cunqueiro.

Cualquier persona puede pedir una cita o acudir libremente a vacunarse frente al covid, tanto de esta dosis de refuerzo, como de

cualquier otra que les haya quedado pendiente. Uno de los requisitos es no haber tenido covid en los últimos cinco meses.

El hospital vigués vacuna todos los días, de lunes a sábado, en horario de mañana, en concreto de 8.30 de la mañana a 14.30 del mediodía. Ayer por la mañana funcionaba un punto de vacunación con unas veinte personas a la cola a las doce del mediodía. Sin embargo, los profesionales amplían los puntos de vacunación cuando tienen más candidatos para inmunizarse y de hecho reconocen que

el interés está aumentando en los últimos días, sobre todo entre el colectivo de profesores.

A mayores, el Cunqueiro tiene establecidos dos días a la semana para poder vacunarse por las tardes. Son los martes y los viernes, entre las 15.30 horas y las 21 horas de la noche, tanto en forma de "barra libre" (los que acuden espontáneamente) como con una cita concertada que les da prioridad.

España detectó los primeros casos de la variante XBB.1.1, conocida como Kraken, en Madrid y País Vasco. ■



Una usuaria vacunándose ayer en el Hospital Álvaro Cunqueiro.

VICENTE ALONSO