

## L'Hospital Universitari Santa Maria de Lleida detecta un augment del 30% dels pacients amb trastorns alimentaris en l'últim any

Entre les causes destaquen l'aïllament, la incertesa, l'angoixa i la frustració provocades per la pandèmia, sumades a la influència de les xarxes socials.

**El 90% de les afectades són dones amb una mitjana d'edat de 30 anys.**

La Unitat Funcional de Trastorns del Comportament Alimentari de l'Hospital Universitari Santa Maria de Lleida (HUSM) ha atès en el que portem d'any un total de 381 pacients, un 30% més que en tot el 2020, quan van ser 296. Les dades corroboren una tendència a l'alça que es va iniciar a partir de l'últim trimestre de l'any passat, quan es va aixecar el confinament provocat per la pandèmia de la COVID-19. Gina Badia, psicòloga i coordinadora d'aquesta Unitat, explica que l'anorèxia, la bulímia, els trastorns d'afartament i altres trastorns del comportament alimentari no especificats van anar debutant durant els primers mesos de la pandèmia i el seu diagnòstic es va accelerar a partir de setembre de 2020. "Amb el confinament hem viscut una situació sense precedents, que ha afectat molt especialment els grups d'edat de més risc, entre els 12 i els 21 anys. L'aïllament domiciliari, la pèrdua de contacte entre grups d'iguals, la incertesa, l'angoixa, la por i la frustració per la pèrdua de projectes acadèmics i personals, sumat a la influència de les xarxes socials, han fet augmentar aquests trastorns", explica Badia, basant-se en diversos estudis científics. "Durant el confinament es van fer molt visibles els missatges sobre la cura del cos, el control de pes, l'alimentació i l'obsessió per l'esport que van afectar molt directament les persones més vulnerables", afegeix.

Entre els factors de vulnerabilitat a l'hora de patir un trastorn del comportament alimentari destaquen la baixa autoestima, els trets de perfeccionisme i autoexigència, la dependència emocional i les dificultats de regulació emocional. "Aquest any hem tornat a veure anorèxies greus, amb pèrdues de pes molt ràpides", explica Badia. "La restricció alimentària acostuma a ser la porta d'entrada als trastorns del comportament alimentari, que tenen tendència a cronificar-se", afegeix.

Pel que fa al perfil dels pacients atesos al Santa Maria, el 86% són dones (al 2020 la Unitat va atendre 259 dones i 37 homes), amb una mitjana d'edat de 30 anys. Segons Badia, "és de vital importància detectar el trastorn en les seves primeres fases per evitar que s'agreugi". Entre les conductes de risc, destaquen la preocupació excessiva pel cos i el menjar, l'adopció de dietes extremes, l'exercici físic compulsiu, la intensa insatisfacció corporal i l'evitació de situacions d'exposició social. "Si detectem algun d'aquests senyals d'alerta, hem de demanar ajuda ràpid", afirma Badia.

Pel que fa al tractament, l'Hospital Universitari Santa Maria compta amb un equip multidisciplinari format per professionals de la psicologia, la psiquiatria i la infermeria, que s'ocupen del seguiment personalitzat de cada pacient. Entre les estratègies de prevenció dels trastorns del comportament alimentari, cal destacar l'alimentació equilibrada i saludable, l'activitat física moderada, els àpats regulars, el foment de l'autoestima i el manteniment de l'activitat social. "Tenint em compte que el debut en aquests tipus de trastorns se sol donar durant l'adolescència, seria convenient regular el contingut de les xarxes socials i buscar referents saludables", conclou.

Podeu consultar més informació sobre el Programa de Prevenció dels Trastorns Alimentaris a la web de l'Associació Contra l'Anorèxia i la Bulímia [www.acab.org](http://www.acab.org).

Amb motiu de la celebració del Dia Mundial de la Salut Mental, que s'ha commemorat aquest diumenge 10 d'octubre, el Servei de Rehabilitació Comunitària de Gestió de Serveis Sanitaris ha programat diverses activitats per donar visibilitat a les malalties mentals i, a la vegada, recaptar fons per la Marató de TV3, que aquest 2021 dedica la seva edició a aquestes patologies.

**Lleida, 11 d'octubre de 2021**