

IV Congreso de alimentación, nutrición y dietética. Desafíos en comunicación, marketing y educación alimentaria.



ACADEMIA
ESPAÑOLA DE
NUTRICIÓN
Y DIETÉTICA



CONSEJO GENERAL
DE COLEGIOS OFICIALES DE
Dietistas-Nutricionistas



CODINULAR
Colegio Profesional de
Dietistas - Nutricionistas de La Rioja

PRESENCIAL



www.renhyd.org

RESUMEN DE PONENCIA

26 de noviembre de 2022

MESA REDONDA_6 | Temática libre

PONENCIA_3



Retos del abordaje nutricional en los TCA

María Sanabdón^{1,*}, Xandra Romero², Carla Farré³, Griselda Herrero⁴,
Consuelo Tarrasó⁵, Noelia Ivandić⁶



¹Dietista-Nutricionista, Especialista acreditada en Trastornos de la conducta alimentaria, Miembro del GE-NuTCA, Educadora en Obesidad Infantil, LyS psicología Nutricional, Instituto Sanae, Centros privados de atención interdisciplinar al TCA, Pamplona, España. ²Dietista-Nutricionista, Especializada en Trastornos de la conducta alimentaria, Miembro del GE-NuTCA, Bilbao, España. ³Dietista-Nutricionista, Especializada en Trastornos de la conducta alimentaria, Miembro del GE-NuTCA, Clínica Khepra, Consulta nutricional privada dedicada al acompañamiento en TCA en coordinación con equipo multidisciplinar, Barcelona, España. ⁴Dietista-Nutricionista, Especializada en Trastornos de la conducta alimentaria, Miembro del GE-NuTCA, Norte Salud Psiconutrición, Universidad Pablo de Olavide de Sevilla, Universidad Isabel I, Sevilla, España. ⁵Dietista-Nutricionista, Especializada en Trastornos de la conducta alimentaria, Miembro del GE-NuTCA, Clínica CTA, Valencia, España. ⁶Dietista-Nutricionista, Especialista acreditada en Trastornos de la conducta alimentaria, Miembro del GE-NuTCA, Arcasa apetito, Atención nutricional en colaboración con distintos grupos multidisciplinarios de tratamiento del TCA, Barcelona, España.

*maria@centrolys.es

En las últimas décadas, los trastornos del comportamiento alimentario (TCA) han adquirido una gran relevancia socio-sanitaria por su origen multifactorial, gravedad, complejidad y dificultad para establecer un diagnóstico y tratamiento específicos.

Se caracterizan por presentar una alteración patológica de las actitudes y comportamientos en relación al peso, la ima-

gen corporal y la alimentación, entre otros¹. Debido a estas alteraciones, se pueden desencadenar múltiples complicaciones psiquiátricas y físicas, de manera que suponen un impacto en términos de calidad de vida e incluso mortalidad, siendo las causas más frecuentes el suicidio o la desnutrición².

Desde el inicio de la pandemia de la COVID-19, se ha registrado a nivel mundial un incremento vertiginoso de casos,

convirtiéndose cada vez más en un problema de salud pública³.

El Manual Diagnóstico y Estadístico de las Enfermedades Mentales de la Asociación Americana de Psiquiatría (DSM-5) publica la clasificación de los trastornos de conducta alimentaria. En España los TCA tienen una tasa de prevalencia del 4,1-4,5% entre los 12 y los 21 años, destacando: la anorexia en torno al 0,3%, la bulimia en el 0,8% y el trastorno de la conducta alimentaria no especificado alrededor del 3,1% de la población femenina de esa edad². A nivel mundial, el trastorno por atracón (TA) se estima que afecta al 1,5% de las mujeres y al 0,3% de los hombres.

Normalmente la edad de aparición de los TCA se sitúa entre la adolescencia y edad adulta. Sin embargo, recientemente se ha observado un aumento en el rango de edades, desde más tempranas⁴ hasta la perimenopausia⁵. Por otra parte, aunque históricamente ha afectado más a las mujeres, recientemente se ha observado un incremento en hombres^{6,7}.

Debido al reto sociosanitario que constituyen los TCA, resulta imprescindible tener conocimiento tanto de los principales factores de riesgo, las señales de alarma, así como realizar una minuciosa evaluación que facilite la detección precoz, un adecuado diagnóstico y un tratamiento temprano con un equipo interdisciplinar.

El dietista-nutricionista (DN) tiene una posición privilegiada como influencia en las creencias y los comportamientos de las personas relacionados con la alimentación, la salud y los modelos estéticos desde cualquiera de sus ámbitos laborales (consulta general, nutrición comunitaria y de salud pública, ámbito escolar y deportivo).

Además, todos los dietistas-nutricionistas tienen un papel importante en la identificación temprana y la detección de personas de alto riesgo utilizando herramientas basadas en evidencia, así como una adecuada evaluación nutricional. Sin embargo, cuando se realiza una evaluación de un individuo con un trastorno alimentario (o sospecha de un trastorno alimentario), se requieren preguntas adicionales y la adaptación de la evaluación⁸.

En este sentido, la necesidad de una evaluación nutricional completa es vital para poder determinar el contexto terapéutico que requiera cada paciente: Consultas externas/ambulatorias, Hospital de Día u Hospitalización completa.

Los DN se enfrentan a diario con el manejo de pacientes que sufren o podrían sufrir algún tipo de TCA, sin embargo, en la actualidad, se carece de pautas basadas en evidencia sobre nutrición y práctica dietética en el manejo de los TCA, a pesar de que numerosas guías como la APA (Asociación Americana de Psiquiatría) y el NICE (*National Institute for Health and Care Excellence*; Instituto Nacional de Salud y Excelencia Clínica de Reino Unido) recomiendan la rehabilitación nutricional de los pacientes con TCA como parte fundamental del tratamiento interdisciplinar.

A pesar de ello, existe una falta de orientación detallada para los dietistas-nutricionistas con respecto a lo que deben abarcar en estos aspectos. Tener estándares de práctica claramente definidos para los dietistas-nutricionistas garantizará una atención efectiva, segura y oportuna para las personas con un trastorno alimentario, además de enfoques de tratamiento consistentes⁸.

El grupo de especialización en Nutrición en TCA (Ge-NuTCA) en el seno de la Academia Española de Dietética y Nutrición cuenta entre sus objetivos el de proveer de contenidos y metodologías/protocolos de trabajo para una mejor calidad de atención al paciente afectado de TCA.

Entre sus actividades más recientes, se incluye la infografía "Algo le pasa: Una guía para detectar señales de alarma de un TCA", cuyo objetivo es presentar las señales de alarma más comunes entre las personas que sufren un trastorno de la conducta alimentaria, facilitando la identificación temprana de la enfermedad y la instauración de un tratamiento efectivo para evitar la progresión de la misma y sus posibles complicaciones.

En la infografía se distinguen las señales de alarma más representativas en distintas áreas: salud, peso e imagen corporal, conducta alimentaria, ejercicio físico, psicológica/mental, relaciones personales.

conflicto de intereses

Las autoras expresan que no existen conflictos de interés al redactar el manuscrito.

referencias

- (1) American Psychological Association (APA). APA Dictionary of Psychology. [Internet]. [Consultado el 25 de Octubre de 2022]. Disponible en: <https://dictionary.apa.org/eating-disorders>.
- (2) Associació contra l'anorèxia i la bulímia (ACAB). Els trastorns de la conducta alimentaria. Què són els TCA?. [Internet]. [Consultado el 25 de Octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.acab.org/els-trastorns-de-la-conductaalimentaria/que-son-els-tca/>.
- (3) Fundación ANAR. Informe anual teléfono/chat ANAR en tiempos de COVID-19 año 2020. [Internet]. [Consultado el 25 de Octubre de 2022]. Disponible en: https://www.anar.org/wp-content/uploads/2021/12/Informe-ANAR-COVID_Definitivo.pdf.
- (4) Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPAP). Comunicado del Grupo de Trabajo Multidisciplinar sobre Salud Mental en la Infancia y Adolescencia con fecha de abril 2022. [Internet]. [Consultado el 25 de Octubre de 2022]. Disponible en: https://www.aepap.org/sites/default/files/noticia/archivos-adjuntos/np_salud_mental_infancia_y_adolescencia.pdf
- (5) Baker JH, Runfola CD. Eating disorders in midlife women: A perimenopausal eating disorder?. *Maturitas*. 2016; 85: 112-6. <https://doi.org/10.1016/j.maturitas.2015.12.017>.
- (6) Organización Mundial de la Salud (OMS). Salud mental del

adolescente. Datos y cifras. [Notas descriptivas]. [Internet]. [Consultado el 25 de Octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/adolescent-mental-health>.

(7) Wu J, Liu J, Li S, Ma H, Wang Y. Trends in the prevalence and disability-adjusted life years of eating disorders from 1990 to

2017: results from the Global Burden of Disease Study 2017. *Epidemiology and psychiatric sciences*. 2020; 29.

(8) Heruc G, Hurst K, Casey A, Fleming K, Freeman J, Fursland A, et al. ANZAED eating disorder treatment principles and general clinical practice and training standards. *J Eat Disord*. 2020; 8(1): 1-9. <https://doi.org/10.1186/s40337-020-00341-0>.

V Congreso de alimentación, nutrición y dietética.

Desafíos en comunicación, marketing y educación alimentaria.

