

Iniciativas para pacientes con TCA relacionadas con la aceptación de la imagen corporal

Un grupo de adolescentes, pacientes del Hospital de Día de Salud Mental Infantojuvenil del Hospital Universitari Sagrat Cor con Trastorno de la Conducta Alimentaria (TCA), han participado en una terapia relacionada con la aceptación de la imagen corporal. Gemma Tejero, psicóloga del centro, ha promovido entre los jóvenes una actividad consistente en una salida a Humana para donar la ropa de la que deben desprenderse por diversos motivos terapéuticos. Humana es una fundación que promueve la protección del medio ambiente a través de la recuperación de ropa de desecho.

Algunos pacientes conservan en sus armarios ropa de cuando tenían un peso diferente a su peso saludable. Estas prendas las utilizan como un patrón de referencia de sus medidas o las mantienen pensando en volver a ellas. Otros pacientes usan la ropa para taparse y esconder su cuerpo. Por lo que desprenderse de esta ropa es ir soltando el trastorno alimentario y sus imposiciones. Además, donar la ropa es hacer una buena acción, algo que repercute positivamente en su autoestima.

Después de esta actividad, el Hospital de Día ha organizado una salida a comprar ropa. El trastorno alimentario de estos jóvenes pacientes impone ciertas normas como usar o no ciertas prendas, colores o tallas que les hacen parecer más delgados. Para erradicar estas normas, los pacientes se han retado a superar el miedo y desoír la voz del trastorno comprando aquella ropa que realmente les gusta.

Aunque este trastorno es más complejo que un problema con el cuerpo y la comida, son diversos los estudios que apuntan a que el ideal de belleza publicitaria, con modelos de extrema delgadez, tiene una correlación directa con los trastornos de conducta alimentaria. “La presión social entorno a la delgadez fomenta una imagen negativa del propio cuerpo. Especialmente, los adolescentes se ven sometidos a la presión de cumplir con el ideal de belleza actual. Con el consiguiente inicio de conductas patológicas o de dietas restrictivas sin control médico y los riesgos que conlleva para la salud mental y física”, especifica Gemma Tejero. Iniciar una dieta restrictiva es un factor de riesgo para desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria.

Un total de 24 jóvenes, de entre 14 y 18 años, han participado en esta nueva terapia que ha supuesto un paso más para superar el trastorno de la conducta alimentaria.