

# Aumentan casos de trastornos alimenticios en menores de 10 años

► No han dejado de jugar con muñecas, pero ya hacen dietas, ejercicios y vomitan lo que comen.

► El fenómeno es global y en algunas consultas en Chile los casos ya llegan al 20% del total de las atenciones por esta causa.

**J.M. Jaque/L.Ramírez**

Krisla tenía cuatro años cuando Ivonne y Daniel, sus padres, buscaron por primera vez en una consulta médica la explicación de que su hija botara el yogur por el lavamano. "Siempre supimos que era mala para comer, pero nunca nos preocupamos", cuenta Daniel. Su talla y peso eran evidentemente más bajos que el de las otras niñas de su edad, pero lo atribuían a que había nacido prematura. Se dieron cuenta de que estaban equivocados cuando además del lácteo yéndose por el drenaje aparecieron restos de pan detrás de los muebles y vasos de leche bajo de la cama.

La pista más contundente llegó de la propia boca de Krisla. Tenía seis años y la familia estaba de vacaciones. Como ya era costumbre cuando pasaba la hora de almuerzo, en la mesa sólo quedaba el plato de Krisla. Cámara en mano, a Daniel se le

ocurrió una pregunta algo ingenua: "¿Por qué no te gusta comer, hija?". La respuesta quedó registrada en la cinta: "No quiero verme gorda".

"Quedamos mal. Era la típica respuesta de una niña con anorexia", dice Daniel. Ese es el diagnóstico que entregó el psicólogo. Krisla (10) tenía el trastorno de conducta alimentaria (TAC) (rechazo a ingerir alimentos, distorsión de la imagen corporal y pérdida de kilos) que hoy afecta a cada vez más a niñas bajo los 10 años. Lo revelan las cifras y las consultas: en octubre pasado el diario *The Sun* publicó una encuesta realizada en niñas que sufren este tipo de trastornos en Inglaterra: 53% decía que sus problemas comenzaron antes de los 10 años. Mientras que en España y México los expertos han alertado por el aumento de niñas con menos de nueve años hospitalizadas por esta causa. En Chi-

le también las consultas anotaban aumento: "Hemos visto cómo progresivamente se han ido elevando los casos de anorexia en niñas premenárquicas", dice Elías Arab, siquiatra infanto juvenil del Hospital Clínico de la U. de Chile, quien agrega que en su trabajo este tipo de casos corresponden al 20% del total de consultas por este problema. Es que hoy el tema está en voga. Y existe mayor conciencia de padres y médicos para ver y diagnosticar un trastorno de alimentación, complementa Patricia Cordella, siquiatra de la Sociedad de Psiquiatría y Neurología de la Infancia y la Adolescencia (Sopnia).

Justamente para apoyar ese mayor grado de conciencia colaboró Dana, una niña británica que protagoniza el documental *8 años y soy anoréxica*, que exhibió en 2009 Discovery Home & Health. Dana estaba tan obsesionada con su

peso, que llegó a comer apenas 150 calorías (algo así como tres manzanas), saltaba una hora y corría otra media hora para perder peso. Lo logró, al punto que debió ser internada en un centro de rehabilitación de Londres. “A mí consulta han llegado casos de niñas con 10 kilos menos de su peso mínimo normal”, cuenta Arab. “Eso no sólo afecta su desarrollo físico, sino que el cognitivo, emocional y social, y puede vincularse más adelante a trastornos de personalidad e intentos de suicidio”, dice. La meta que le pusieron a Dana era subir un kilo por semana, consumir 2 mil 500 calorías por tres meses y salir adelante de la terapia psicológica. Y lo hizo. Como Krisla.

### Más que comida

Un estudio de la pediatra de la UC Pascuala Urrejola sitúa en 13,75 años la edad promedio en Chile para la anorexia nerviosa. ¿Por qué ahora se abre el abanico a niñas tan chicas? El estudio “Conducta alimentaria en adolescentes del sexo femenino”, de la U. de Talca, entrega una pista: antes de los 10 años ya hay niñas haciendo dieta. “A los cinco o seis años los niños reconocen en la delgadez un valor y que incluso al elegir amigos los prefieren delgados. Por eso, los niños obesos están sujeto a permanente *bullying* de sus compañeros y, a veces, de hermanos y padres”, dice Cordella.

Pero hay otros gatillantes: no todas las niñas caen en esto, sino quienes acusan vulnerabilidad síquica. “El sistema que debe regular las emociones no está funcionando bien y buscará soluciones a la mano para poder salir del malestar de la experiencia de vivir”, agrega Cordella. De hecho, en su reciente libro *Anorexia, bulimia y Obesidad*, la jefa de la Unidad de Trastorno de Alimentación de la Red

Salud UC desmitifica que la anorexia sea una enfermedad de “las que quieren ser lindas”, sino de “las que sufren y no tienen palabras para decirlo”. Dato: entre el 50% y el 75% de quienes presentan la enfermedad tienen síntomas depresivos.

¿Qué provoca esa vulnerabilidad? Un embarazo con una madre muy estresada, un parto complicado, un temperamento difícil, un primer tiempo con angustias, dificultades en el vínculo con la madre, mamá con depresión pos parto. Más: una investigación de 2009 realizada por psicólogos de la U. del Desarrollo constató que la relación con el padre también cobra protagonismo. Cuando ellas distorsionan su imagen corporal, sus padres no son capaces de darles contención de notar que vomitan a escondidas, que miden cada una de las calorías ni que bajan dietas extremas de internet.

Los especialistas concuerdan que se requiere un diagnóstico temprano para lograr un tratamiento efectivo. De lo contrario, la enfermedad se vuelve crónica y conductas como la restricción de alimentos o el vómito se van acomodando en la personalidad de tal forma que se incorporan como hábitos.

Krisla tuvo suerte en ser diagnosticada a tiempo. Y sus padres jugaron un rol protagónico. El camino al baño dejó de ser en solitario si había sospecha de vómito. Nunca más comió sola en su pieza. Y el tema se habla abiertamente. Hoy está solo uno o dos kilos abajo. Su polera roja ceñida no acusa delgadez. Y mientras sus padres hablan de ella, sonríen porque su problema ya no es la comida sino unos ejercicios de matemáticas que nada le gustan y que intenta resolver sobre la mesa del comedor. ●

## EL CASO DE DANA



La historia de Dana (en la foto) fue mostrada en el documental de Discovery Home & Health. El documental revela la obsesión de esta niña británica de 8 años por hacer ejercicios diarios y no consumir más de 200 calorías diarias.

### LA FRASE

**“Dejé de comer dulces y chatarra, sólo comía verduras y leía todas las etiquetas para saber las calorías.”**

#### Dana

niña de 8 años con anorexia.

### LA CIFRA

# 53

por ciento de niñas británicas con anorexia afirmaron que sus problemas comenzaron antes de los 10 años, según The Sun.

# Tendencias

►► Krisla hoy está solo un par de kilos bajo su peso. Es una niña completamente normal. FOTO: JUAN FARIAS

