

ANTONIO GONZÁLEZ
MADRID

Al principio empiezas a quitarte comidas y a adelgazar poco a poco; luego te sigues viendo bien y al final se te va de las manos. Se te pone una nebulosa en la cabeza y aunque vas perdiendo de medio en medio kilo te sigues viendo estupendamente. Por último llega un momento en que ya no ves nada y sólo tienes la obsesión por no comer y, si te pasas, pues vomitar". A primera vista nadie diría que Susana, que tiene ahora 38 años, ha pasado un calvario desde que, con sólo 21 años, empezara a padecer anorexia nerviosa. Hoy, 17 años después, y pese a haber conseguido una mejora ostensible, sigue luchando contra una enfermedad que, junto con otros trastornos de la conducta alimentaria como la bulimia, afectan en España a entre 88.000 y 132.000 mujeres de entre 12 y 21 años, según estimaciones del Ministerio de Sanidad.

Susana es una de las pacientes que acude, tres veces por semana, al comedor terapéutico puesto en marcha por el Hospital Clínico Universitario de Madrid. Este tipo de dispositivo ha empezado a implantarse con buenos resultados en los hospitales españoles que tienen unidades especializadas en el abordaje de la anorexia y la bulimia. Su finalidad es dotar a estas pacientes de armas suficientes para que enfrentarse a la comida sea menos traumático. "Se trata de rehabilitar las conductas alimentarias de las pacientes, que tienen unas creencias irracionales acerca de la comida y no saben elegir los alimentos ni comer de una forma ni en un tiempo adecuados", explica la psiquiatra María Díaz Marsá, responsable de la Unidad de Trastornos de la Conducta Alimentaria del hospital.

Díaz Marsá destaca que este tipo de dispositivo tiene un resultado muy positivo para las pacientes (estas enfermedades afectan a las féminas en una proporción de nueve a uno frente a los varones). "Aprenden que una alimentación equilibrada no tiene que ser igual a engordar", explica la psiquiatra, que pone de relieve la importancia de que coman en "un sitio neutro" fuera del ámbito familiar, donde suele haber más tensión. Además, el hecho de comer junto a otros pacientes sin trastornos alimentarios y de estar vigiladas durante los almuerzos, así como tener que permanecer en reposo durante una hora tras la ingesta, reduce su nivel de ansiedad. Además, de esta forma se evitan las "conductas de purga", esto



13.30 HORAS
Pacientes con anorexia inician su almuerzo en el comedor terapéutico del Clínico.
REVES SEDANO

Susana: «Llega un momento en el que sólo tienes la obsesión de no comer»

Carmen: «Yo me autolesiono con los atracones, y esto me hace mucho daño»

Gabriela: «Quiero estar delgada y siempre he estado vomitando»

es, que traten de provocarse el vómito, un comportamiento clásico de estas pacientes.

Una de las claves del éxito del dispositivo es que a las pacientes se les asegura que "el objetivo no es que engorden", algo con lo que la mayoría no pueden transigir. "Les aseguramos que el objetivo no es engordar; nadie quiere que estén gordas, sino sólo que recuperen peso, en el caso de las que están desnutridas, y de estabilizar peso, en el caso de las que tienen un índice de masa corporal (IMC, el resultado de dividir el peso por la altura al cuadrado) normal", agrega Díaz. Pero el trabajo con estas pacientes es largo; el tratamiento medio se prolonga durante unos cinco años, y eso sin garantías de curación.

Lo sabe bien Susana, que lleva un mes yendo al comedor pero antes estuvo mes y medio ingresada en el hospital, donde llegó con 33 kilos de peso. "Es un proceso muy largo -relata-, llevo 17 años con el problema. Ingresé voluntariamente y por presión familiar. Para salir y que no sea tan traumático existe esta opción, que te permite no estar tú sola para hacer frente a la comida. Aún así, me cuesta todavía mucho enfrentarme a la comida". Y eso que Susana cuenta con un factor clave a su favor: el apoyo de su pareja, su hija y sus padres, algo que no todas tienen.

"No sirvo para nada"

Es el caso de Gabriela, de 19 años y diagnosticada de bulimia nerviosa. Aunque ahora sus padres comprenden la situación, al principio no sabían cómo ayudar a su hija: "Me siento como una persona inútil y que no sirvo para nada. Se me ha exigido siempre ser una niña perfecta y yo lo he intentado hasta que un día me dio por empezar a vomitar porque estaba engordando y yo me veía la peor persona del mundo. Así empezó mi cambio de carácter. Mis padres

LA LACRA DE LA ANOREXIA Y LA BULIMIA

«Adelgazas poco a poco y al final se te va de las manos»

Tres pacientes que acuden a un comedor terapéutico hospitalario cuentan su lucha diaria para tratar de superar la enfermedad