

Día Internacional de la Lucha contra los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA)

“Los Dietistas-Nutricionistas somos una parte indispensable a la hora de tratar los TCA”

- **El CODINMA recuerda la importancia de contar con equipos multidisciplinares para el tratamiento de las patologías relacionadas con los trastornos de la conducta alimentaria.**
- **La educación nutricional es fundamental para abordar los TCA.**
- **Cualquier persona puede desarrollar algún tipo de trastorno de la conducta alimentaria, aunque se da más en mujeres.**

Madrid 30 de noviembre de 2020- El 30 de noviembre es el Día Internacional de la Lucha contra los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA), y coincidiendo con esta fecha, el [Colegio Profesional de Dietistas-Nutricionistas de la Comunidad de Madrid \(CODINMA\)](#) recuerda que los Dietistas-Nutricionistas “somos una parte indispensable a la hora de tratar los TCA” y además indica que los pacientes afectados por algún tipo de TCA deben ser tratados por un equipo multidisciplinar formado por personas de Atención Primaria, psicólogos, psiquiatras y Dietistas-Nutricionistas, entre otros. “De este modo, entre todos, será posible detectar y abordar este problema de manera más eficaz”, añaden.

En esta línea, la educación nutricional es fundamental a la hora de realizar el abordaje de los trastornos de la conducta alimentaria (TCA), aseguran desde el CODINMA. Los TCA son un conjunto de alteraciones graves relacionadas con la ingesta de comida – como restricción prolongada de comida, atracones, obsesión por el peso y la imagen corporal o pérdida de peso- cuyo origen se encuentra en múltiples factores y cuya prevalencia en España es de 4,1% a 6,4% en mujeres entre 12 y 21 años, y de 0,3% para los hombres, según datos de la Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia (SEMG).

El CODINMA recuerda los diferentes tipos de TCA que existen, y que son: la anorexia, que puede ser o bien la restricción severa de alimentos o la ingesta solo de pequeñas cantidades; la bulimia, que consiste en alternar períodos de atracones con otros en los que se provocan vómitos forzados o se usan laxantes y diuréticos, y por último los atracones de comida, en los que no se tiene control sobre los alimentos que se ingieren.

Ante los trastornos de la conducta alimentaria hay que permanecer alerta, manifiestan desde el Colegio Profesional de Dietistas-Nutricionistas de la Comunidad de Madrid, ya que “aunque se dan más en mujeres, cualquiera puede desarrollar un TCA”. Algunos de los síntomas asociados a los trastornos de la

conducta alimentaria son pérdida de peso excesiva, uso inadecuado de laxantes y diuréticos o pérdida de grasa corporal y masa muscular.

En este sentido, Luján Soler, Decana del CODINMA, añade que *“la educación nutricional es fundamental y nunca es tarde para empezar. Lo más importante para un Dietista-Nutricionista es apostar por inculcar una alimentación sana, equilibrada y variada, en la que primen los alimentos naturales que pueden adquirirse en el mercado y adaptada a cada persona (necesidades, gustos, etc)”*.

El papel del Dietista-Nutricionista

Los TCA son, ante todo, un problema de salud mental relacionado con la ingesta de comida. Por este motivo, aunque su abordaje debe hacerse desde una perspectiva psicológica y/o psiquiátrica, la participación del Dietista-Nutricionista en su tratamiento es indispensable.

Precisamente debido al aumento de personas que ejercen cada día su actividad en portales web o RRSS y asumen tareas del Dietista-Nutricionista poniendo en grave riesgo la salud de la población, como es el caso de aquellos que padecen algún trastorno de la conducta alimentaria, el CODINMA insiste en que se acuda siempre a un profesional sanitario con titulación universitaria (diplomado o graduado en Nutrición Humana y Dietética).

Para reivindicar la labor del Dietista-Nutricionista y poner en valor la función que desempeña, el CODINMA ha puesto en marcha la campaña #YosoyDNtitulado para luchar y denunciar los casos de intrusismo.

Sobre el CODINMA

El [Colegio Profesional de Dietistas-Nutricionistas de la Comunidad de Madrid](#) conforma un lugar de encuentro entre profesionales y ciudadanos, que representa y defiende los intereses de sus cerca de 800 colegiados, así como representa a la profesión del Dietista-Nutricionista, contribuyendo a la promoción del derecho a la salud y a una asistencia sanitaria de mayor calidad.

Para más información

Bárbara Navarro/ Marta Carrillo

bnavarro@torresycarrera.com/mcarrillo@torresycarrera.com

629 27 90 54/ 679482818