

Programa de prevención de la anorexia y la bulimia

M^a José Petit Pérez y José de la Corte Navas.
Psicólogos de la Delegación de Educación e Infancia del Ayuntamiento de Getafe.

Jenaro Astray Mochales
Jefe del Servicio de Salud Pública del Área 10 de la Comunidad de Madrid

El programa de Detección Precoz y Prevención de los Trastornos de la Alimentación (anorexia/bulimia) con adolescentes 12-15 años, escolarizados en los IES de Getafe (Madrid), se enmarca dentro del Programa Preventivo y de Salud con Adolescentes que se puso en marcha en 1991

El programa comenzó su andadura con la constitución de un equipo de trabajo interdisciplinar, compuesto por técnicos de las distintas administraciones: Ayuntamiento de Getafe, Salud Pública del Área X de la Comunidad de Madrid, Insalud y MEC y coordinado por el Servicio Educativo Comunitario Municipal.

La iniciativa se enmarca en un modelo de salud, biopsicosocial, según el cual existe una etiología multifactorial, una interacción de aspectos tanto físicos como mentales, sociales y ambientales de las personas en un contexto socio ambiental determinado, que son promotores de estilos de vida saludables. Este modelo defiende que la salud, y por consiguiente la enfermedad, está íntimamente relacionado con lo que las personas hacen, es decir, con su comportamiento, en el medio en el que normalmente se desenvuelven y con los recursos con los que cuentan.

En este sentido, se pueden potenciar los “estilos de vida saludables”, mediante la educación y adquisición de habilidades para el desarrollo de comportamientos adaptados en la interacción con el grupo, no patógenos, y esto sin limitar la idea de comportamiento a aspectos individuales, ya que las situaciones ocurren como producto de la interacción de grupos humanos.

Se trabaja con los IES como frente de entrada y lugar de implantación del programa, porque en estos centros se encuentran los chicos y chicas de nuestra intervención, al igual que los agentes educativos más importantes (profesores y padres) así como los grupos de socialización más cercanos (compañeros-grupo de iguales)

La prevención de la anorexia/bulimia en el ámbito escolar supone la implicación activa de la comunidad educativa

Objetivos del programa

Los objetivos generales del programa son prevenir los trastornos de la alimentación y la detección precoz de éstos, con el fin de disminuir la probabilidad de que el trastorno se desarrolle y cronifique.

Para la consecución de estos objetivos generales se establecen los siguientes objetivos específicos: sensibilizar, implicar e informar a la comunidad educativa de los objetivos del proyecto; detectar al alumnado con factores de riesgo, a través de cuestionarios específicos para tal fin; y proporcionar información y formación a los distintos agentes educativos sobre los indicadores de riesgo y primeros síntomas.

Procedimiento

El Programa de Detección Precoz y Prevención de los Trastornos de la Alimentación se complementa con el Programa Preventivo y de Salud con Adolescentes, y se ha desarrollado durante cuatro cursos consecutivos. Consta de dos fases análisis y diagnóstico situacional en los cursos de primero, segundo y tercero de la ESO y diseño y ejecución de intervenciones–trabajo tutorial

Las acciones realizadas han sido:

1. Contacto con los departamentos de Orientación y los tutores de los IES para explicar, motivar y establecer criterios de participación en el proyecto.
2. Coordinación con Insalud, Salud Mental y Hospital de Getafe para establecer derivaciones.
3. Obtención de datos a través de los cuestionarios específicos.
4. Tabulación y depuración de datos.
6. Entrevistas individualizadas con los alumnos y alumnas que presentan factores de riesgo.
7. Derivación de casos con diagnóstico de Anorexia/Bulimia al Hospital de Getafe.
8. Un seminario de formación sobre criterios de riesgo y estrategias de observación para tutores y profesores en colaboración con el CAP (Centro de Atención al Profesorado) de Getafe.
9. Un curso para pediatras de la zona.

Evaluación del programa

Tanto los tutores como los departamentos de Orientación consideran muy importante este tipo de trabajo y están animados a seguir desarrollándolo. Ratifican que la información/formación y orientación facilita y les da seguridad en el trato con este tipo de problemática.

La prevención de la anorexia/bulimia en el ámbito escolar supone la implicación activa de la comunidad educativa (profesores, alumnos y padres). Es necesario vincular el trabajo preventivo con el proyecto curricular de los centros.

El profesorado desempeña un papel fundamental en tanto que detectores de indicadores de riesgo, por lo que es fundamental un trabajo continuado con ellos y el diseño de materiales específicos que faciliten su labor. También los iguales son detectores de sujetos de riesgo.

La intervención en la escuela debe contemplar, además del trabajo con los adolescentes, el trabajo en edades tempranas. Sería interesante establecer en Primaria medidas para la implantación de hábitos alimentarios saludables.

La mayor parte de los padres con los que se ha trabajado ponderan positivamente este tipo de programas y consideran que han incrementado sus habilidades personales con respecto a la relación positiva con sus hijos.

Los alumnos también consideran positivos los talleres y expresan cierta motivación ante los temas tratados. Los compañeros y/o amigos del grupo desempeña un papel fundamental en la autovaloración.

Conclusiones

Este proyecto es una de las primeras experiencias comunitarias de prevención de la anorexia y la bulimia en esta franja de edad. Se ha demostrado que es posible la prevención y detección precoz de estos trastornos contemplando un trabajo con los adolescentes desde su globalidad.

Resulta imprescindible la coordinación estrecha con los recursos comunitarios, con los pediatras, médicos de familia, asociaciones de padres, monitores de escuelas deportivas, monitores de comedores escolares..., con el fin de aunar criterios. Es también importante la coordinación con los medios de comunicación para hacer un tratamiento adecuado de las noticias.

Algunos de los factores de riesgo (insatisfacción corporal, desconfianza interpersonal, baja autoestima...) se dan en la adolescencia y como etapa evolutiva genera en los chicos y chicas conflictos que irán superando. Aunque el trastorno preocupa y es necesario ofrecer una respuesta desde los distintos recursos comunitarios, una vez controlado no es tan alarmante como se presenta en los medios de comunicación.

Implicación de tutores y orientadores

Hay que remarcar especialmente la importancia que para la realización de programas de este tipo y, por tanto, para la detección y prevención de trastornos del comportamiento alimentario (TCA) tiene la implicación de los tutores y orientadores. Sin ella, son inviables este tipo de acciones. Además de los profesores y tutores, se constatan como agentes de detección fiables y necesarios los compañeros, por lo que creemos muy importante establecer campañas de divulgación e información en los propios centros.