agència catalana del consum

Generalitat de Catalunya

TAULA DE DIÀLEG PER A LA PREVENCIÓ DELS TRASTORNS DEL COMPORTAMENT ALIMENTARI

Reunió plenària

Barcelona, 11 de desembre de 2012

agència catalana del consum

Generalitat de Catalunya

Els trastorns de la conducta alimentària:

Dades epidemiològiques i gravetat

(Informe Associació contra l'Anorèxia i la Bulímia)

20 anys ACAB

Associació contra l'anorèxia i la Bulímia

agència catalana del consum

Generalitat de Catalunya

Els trastorns del comportament alimentari:dades epidemiològiques i gravetat

20 anys ACAB

Els trastorns de la conducta alimentària

- Els trastorns del comportament alimentari són trastorns psicològics que impliquen greus anomalies en la ingesta.

- Els símptomes més evidents són desordres en el comportament alimentari però l'origen d'aquests trastorns estan associats a una alteració psicològica:
  - Baixa autoestima
  - Distorsió corporal
  - Insatisfacció corporal i personal
  - Idees distorsionades entorn el cos i el menjar
  - Símptomes depressius
  - ...

Trastorns del Comportament Alimentari: Epidemiologia

Prevalença (dones 12-21 anys)

Anorèxia nerviosa:	0,14 - 0,69%
Bulímia nerviosa:	0,55 - 1,24 %
T.C.A.N.E.:	2,76 - 4,86%
TOTAL:	**4,1 - 6,4%**

Morandé et al. 1994; Pérez Gaspar et al. 1997
Rodríguez Cano et al. 2005; Rojo et al. 2003; Ruiz et al. 1998

Prevalença (homes 12-18 anys)

Anorèxia nerviosa:	0,00%
Bulímia nerviosa:	0 - 0,36 %
T.C.A.N.E.:	0,54 - 0,77%
TOTAL:	**0,77 - 0,9%**

Morandé et al. 1994; Rodríguez-Cano et al. 2005; Rojo et al. 2003

Dades epidemiològiques i evolució : com afecten i a qui afecten aquests trastorns

- Els trastorns de la conducta alimentària són un problema greu de salut pública.
- Els trastorns de la conducta alimentària (TCA) afecten a més de 28.0000 nois i noies (de 12 a 24 anys) a Catalunya, representant la 3a malaltia crònica entre aquesta col·lectiu.
- Cada any a Catalunya s'atenen al voltant de 1.500 casos nous (AN, BN, quadres incomplerts) a les unitats públiques especialitzades de tractament.
- Afecten més a les dones que als homes: per cada 9 noies trobem un noi que presenta un trastorn d'aquest tipus.
- Un 11% de nois i noies a Catalunya està presentant conductes de risc.

Gravetat dels trastorns del comportament alimentari

A banda de la seva elevada freqüència, els TCA es caracteritzen per:

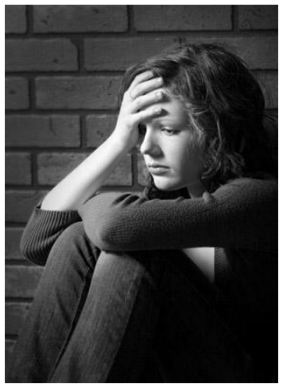
- Freqüent gravetat dels seus símptomes: en el cas de l'anorèxia nerviosa un 6% de mortalitat
- Elevada resistència al tractament
- L'alt risc de recaigudes
- La comorbilitat amb altres trastorns psiquiàtrics i de personalitat
- Nivells molt baixos d'autoestima i visió molt negativa del seu cos.

Gravetat dels trastorns del comportament alimentari: Conseqüències socials i personals

- Les **conseqüències** per a la persona afectada i el seu entorn són de tipus **físic** i **psicològic**, i també **social**: aïllament, exclusió, estigmatització, incomprensió, desestructuració de les relacions especialment amb la seva família.

- **Alts costos personals** (interrupció de la vida laboral o acadèmica del malalt i en ocasions d'algun dels seus familiars per poder-ne tenir cura) i la conseqüent pèrdua de la qualitat de vida,

- **Alts costos sanitaris** atès que els tractaments requereixen una atenció intensa, especialitzada i multidisciplinar, i períodes d'hospitalització en casos d'especial gravetat dels símptomes. La Unió Europea xifra els costos d'atenció sanitària anual dels TCA en 800 milions d'euros



Evolució i tendència dels TCA:

- Hi ha indicis clars que els trastorns del comportament alimentari han augmentat considerablement entre la població adulta, però no es disposen de dades de prevalença entre aquesta població.

- Estem assistint també a un important increment de la població immigrant i les dades sanitàries obtingudes en relació assenyalen que s'ha quadriplicat l'atenció clínica en aquests col.lectius

- El creixement dels trastorns del comportament alimentari té a veure amb l'augment dels índexs d'obesitat a Catalunya. L'obesitat del 30% de les persones que la pateixen és conseqüència d'un trastorn del comportament alimentari denominat trastorn per afartaments.

- Alt risc de contagi de conductes nocives a través de les xarxes.

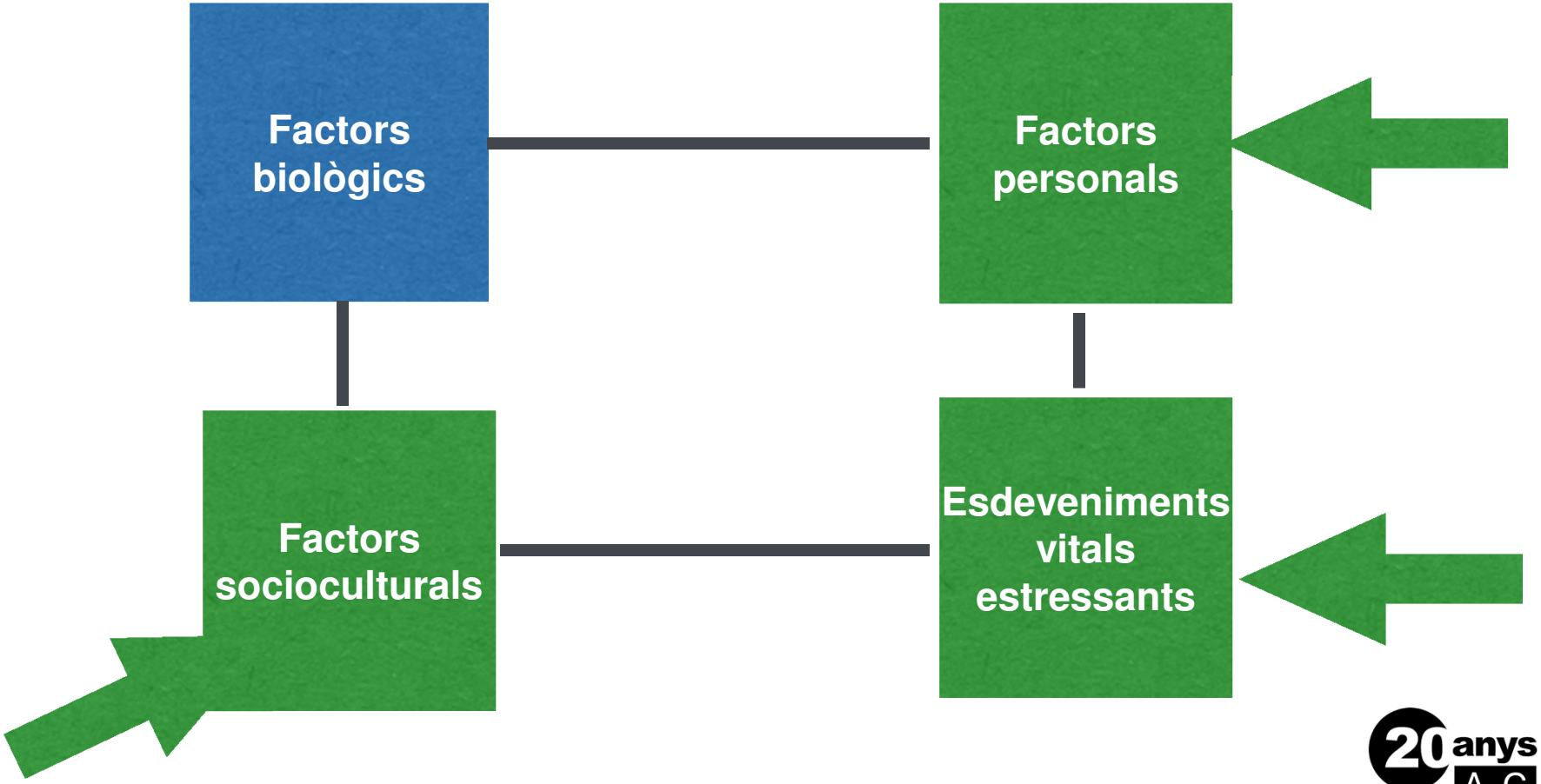
Evolució i tendència dels TCA:

- Les famílies de persones malaltes poden esdevenir un factor de bon pronòstic per a la superació d'un trastorn del comportament alimentari. Els pares i les mares manifesten la necessitat de rebre informació objectiva, concreta i entenedora sobre la malaltia i els tractaments així com rebre pautes clares i entenedores sobre com tractar la persona afectada a casa.

- Les famílies de d'infants i joves poden esdevenir agents claus i models saludables per a prevenir els trastorns del comportament alimentari.

Factors de risc:

Els trastorns de la conducta alimentària són malalties **multicausals**



La porta d'entrada dels trastorns del comportament alimentari

- El factor precipitant més decisiu de cara a patir un TCA és la insatisfacció corporal. Actualment un 70% dels adolescents declara no sentir-se a gust amb el seu propi cos. La insatisfacció pot aparèixer en edats molt precoces.
- La porta d'entrada al trastorn és el seguiment d'una dieta restrictiva sense control mèdic per part de persones amb aquest alt grau d'insatisfacció i preocupació pel cos.

Insatisfacció corporal +

baixa autoestima + dieta = TCA

agència catalana del consum

Generalitat de Catalunya

Prevenció dels TCA i dels problemes relacionats amb l'alimentació i el pes (PRAP)

Estratègies preventives que han demostrat millors resultats en població general

David Sánchez Carracedo

UAB
Universitat Autònoma de Barcelona

Justificació prevenció TCA i PRAP

- Increment prevalença
- Conseqüències per a la salut
- Eficàcia moderada dels tractaments
- Tendència a la cronicitat

Agras (2001) *Psychiatr Clin North Am;* Brownell (2010) *Behav Res Ther;* Chamay-Weber et al. (2005) *J Adolesc Health;* Fairburn et al. (2000) *Arch Gen Psychiatry;* Hill (2007) *Obes Rev;* Knowler et al. (2009) *The Lancet;* López-Guimerrà et al. (2012) *Eur Eat Disord Rev;* Newman et al. (1996) *J Consult Clin Psychol;* Pi-Sunyer (2002) *Obes Res;* Treasure et al. (2010) *The Lancet*

Prevenció eficaç: característiques

1. Informació (necessària, no suficient)
2. Adquisició d'habilitats específiques
3. Oportunitat practicar habilitats apreses
4. Context socioambiental facilitador

Bandura (2001); Levine i Smolak (2006)

Avenços en la prevenció TCA i PRAP

- Programes administrats en centres educatius
- Limitacions metodològiques importants
- Menys 1/3 programes resultats positius a llarg termini
- Principalment, canvis en coneixement. Menys canvis en actituds i comportaments

Holt, Ricciardelli (2008) *Body Image;* Fingeret et al. (2006) *Eat Disord;* López-Guimerà, Sánchez-Carracedo, Fauquet (2012) *Mexican J Eat Disord;* Stice, Shaw (2004) *Psychol Bull;* Stice, Shaw, Marti (2007) *Ann Rev Clin Psychol;* Yager, O'Dea (2008) *Health Promot Int*

Avenços en la prevenció TCA i PRAP

- Millors resultats:
  - Adreçats a població amb cert risc
  - Caràcter interactiu front psicoeducatius
  - Intensius front programes curts
  - Reducció interiorització ideal bellesa, insatisfacció corporal i estil de vida saludable
- Continguts i aproximació teòrica variada
- Rellevància format i tipus població

Holt, Ricciardelli (2008) *Body Image;* Fingeret et al. (2006) *Eat Disord;* López-Guimerà, Sánchez-Carracedo, Fauquet (2012) *Mexican J Eat Disord;* Stice, Shaw (2004) *Psychol Bull;* Stice, Shaw, Marti (2007) *Ann Rev Clin Psychol;* Yager, O'Dea (2008) *Health Promot Int*

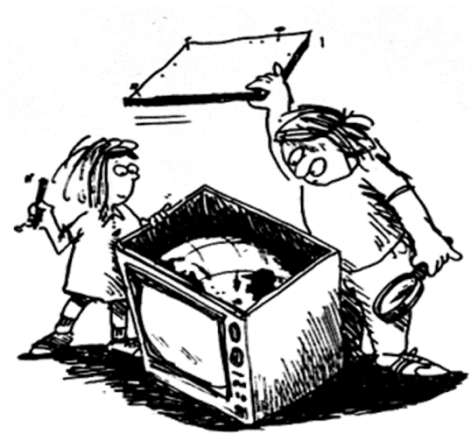
Avenços en la prevenció TCA i PRAP

- Dissonància cognitiva:
  - Animar als participants a criticar l'ideal de bellesa mitjançant exercicis verbals, escrits i conductuals
  - Generar dissonància cognitiva entre actitud d'acceptació de l'ideal interioritzat i l'actitud de crítica i rebuig del mateix

Stice, Shaw, Becker, Rhode (2008) *Prev Sci*

Avenços en la prevenció TCA i PRAP

- Alfabetització en mitjans de comunicació (*media literacy*)
  - Missatges e imatges transmeses pels mitjans són un factor de risc per interiorització del ideal de bellesa, insatisfacció corporal i comportaments no saludables de control del pes
  - Desenvolupar habilitats de pensament crític en relació als missatges i imatges que es reben dels mitjans



López-Guimerà, Levine, Sánchez-Carracedo, Fauquet (2010) *Media Psychol;* Consell de l'Audiovisual de Catalunya (2006); Center for Media Literacy (2008)

Reptes de futur

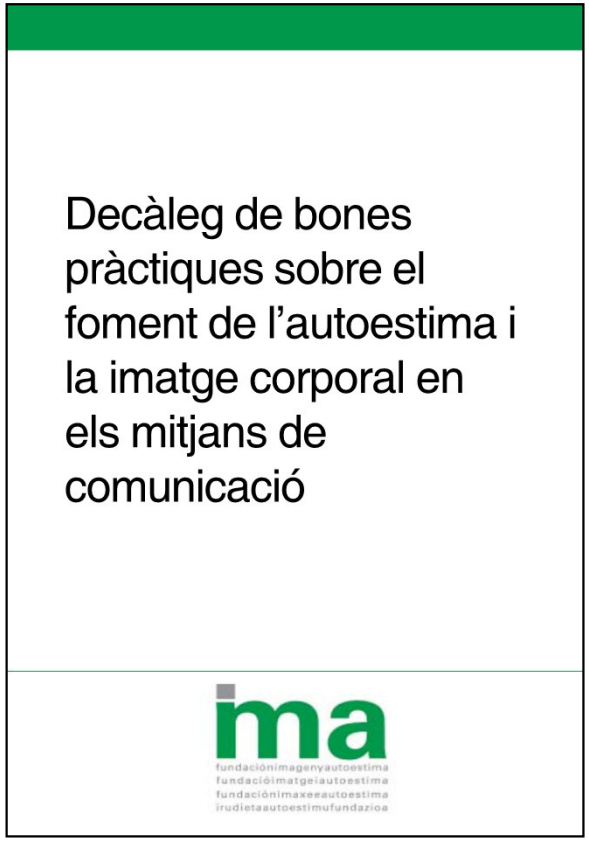
- Progressos fets en un camp de prevenció

1. Establir vincles entre comportaments de risc i salut
2. Desenvolupar mesures
3. Identificar determinants
4. Avaluar efectes intervencions preventives
5. Aplicar i difondre les intervencions a nivell social

Sallis, Owen, Fotheringham (2000) *Ann Behav Med*

Reptes de futur

Reptes de futur: exemples



Fundació Imatge i Autoestima (2012)

Reptes de futur: exemples

20 March 2012 Last updated at 16:35 GMT

2.5K Share

Israel passes law banning use of underweight models

The Israeli government has passed a law banning the use of underweight models in advertising and on the catwalk.

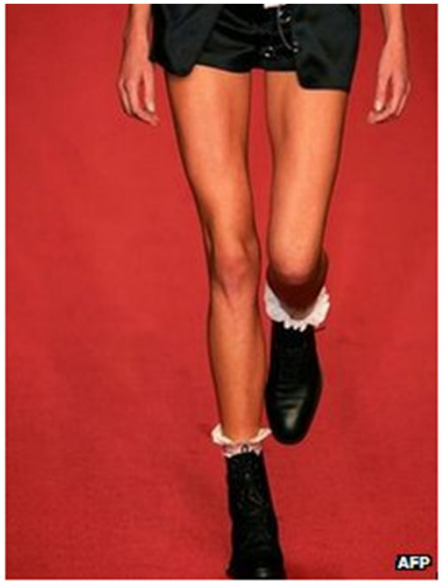
The new law requires models to provide medical proof of their weight, and for adverts to state if an image has been altered to make a model appear thinner.

Supporters of the bill believe images of extreme thinness are to blame for eating disorders in young girls.

Critics say the legislation should have focused on health not weight, as some models are naturally very thin.

Models in Israel are now required to have a body mass index (BMI) - a calculation based on a ratio of weight to height - of no less than 18.5.

They will need to have an up-to-date doctor's report certifying their weight when they go for jobs. Publications will have to specify if the image of a model has been manipulated to make them appear thinner.

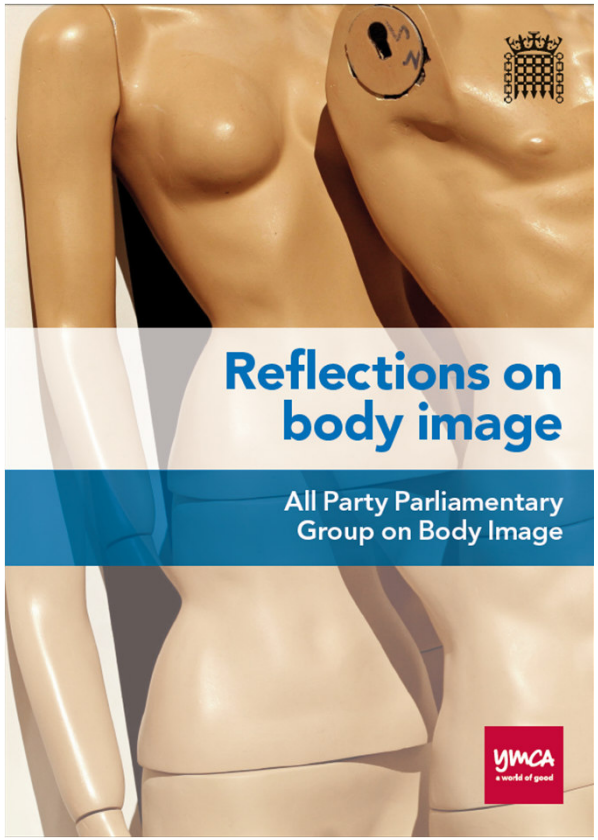


The global fashion industry is accused of idealising extreme thinness

Reptes de futur: exemples

Gauvin, Steiger (2012) *Am J Public Health*

Reptes de futur: exemples



All Party Parliamentary Group on Body Image (2012); Gauvin, Steiger (2012) *Am J Public Health*

Condicions per dur a terme polítiques de canvi social i de salut pública

- Fonamentació en proves
- Consideracions pràctiques
  - Participació diferents sectors implicats
  - Valoració costos / beneficis
- Voluntat política (*advocacy*)

Mello, Studdert, Brennan (2006) *N Engl J Med;* Austin (2012) *BMC Public Health*

agència catalana del consum

Generalitat de Catalunya

TAULA DE DIÀLEG PER A LA PREVENCIÓ DELS TRASTORNS DEL COMPORTAMENT ALIMENTARI

Reunió plenària

Barcelona, 11 de desembre de 2012

agència catalana del consum

Generalitat de Catalunya

Comissió 1 Imatge Corporal i Moda

Prioritats de treball

"Sí a les talles saludables"

Comissió 1 Imatge Corporal i Moda

Prioritats de treball 2013:

1. Introducció, per part de la Indústria Tèxtil i de la Moda, d' **informació addicional sobre l'equivalència en centímetres de les talles en l'etiquetatge de les peces de roba**.

Comissió 1 Imatge Corporal i Moda

Prioritats de treball 2013:

2. Regulació en l'àmbit de la publicitat i de la moda per la **no utilització d'imatges de dones amb un pes clarament inferior a uns límits saludables** (inferior a un IMC de 18,5) i fomentar nous models corporals més acords amb la realitat. En el cas dels menors d'edat, adoptar els referents internacionals sobre el que es considera un límit de pes no saludable.

Comissió 1 Imatge Corporal i Moda

Prioritats de treball 2013:

3. Regulació i control adequats de la publicitat de productes destinats a la pèrdua de pes per tal d'evitar que es presentin davant la societat i els consumidors:

— Com a productes miraculosos.
— Amb propietats nutritives que no tenen.
— Com a imprescindibles en la dieta de les persones.
— Evitar el foment entre els joves i adolescents de dietes restrictives sense control mèdic.
— Prohibir la publicitat de productes destinats a la pèrdua de pes en horari protegit.
— Evitar la publicitat que fomenti l'ideal d'extrema primesa i/o el seguiment de dietes restrictives sense supervisió mèdica.

Comissió 1 Imatge Corporal i Moda

Prioritats de treball 2013:

4. La introducció de l'abordatge del respecte a la diversitat corporal , el desenvolupament normal i els canvis corporals que es produeixen en l'adolescència en el currículum d'educació primària i secundària.

agència catalana del consum

Generalitat de Catalunya

TAULA DE DIÀLEG PER A LA PREVENCIÓ DELS TRASTORNS DEL COMPORTAMENT ALIMENTARI

Reunió plenària

Barcelona, 11 de desembre de 2012

agència catalana del consum

Generalitat de Catalunya

Comissió 2 Protecció a la infància i Seguretat a Internet

Prioritats de treball

“Webs pro ana i pro mia: tolerància 0”

Comissió 2 Protecció a la infància i Seguretat a Internet
Prioritats de treball 2013:

1. Impulsar un marc legislatiu que persegueixi i sancioni l'apologia de trastorns del comportament alimentari com l'anorèxia i la bulímia nervioses a Internet.

Comissió 2 Protecció a la infància i Seguretat a Internet
Prioritats de treball 2013:

2. Reforçar les unitats especialitzades de les Forces i Cossos de Seguretat de l'Estat que s'ocupen dels delictes informàtics, amb formació especialitzada en matèria de trastorns del comportament alimentari per una part dels seus efectius. Facilitar el citat reforç a les comunitats autònomes amb unitats especials similars de policia autonòmica.

Comissió 2 Protecció a la infància i Seguretat a Internet
Prioritats de treball 2013:

3. Impulsar pautes i alfabetització per a la navegació segura dirigida a Famílies i Escola i implicar i buscar la col.laboració amb les Federacions de Mares i Pares de Catalunya per tal de difondre els acords en matèria de Seguretat a Internet (apologia dels TCA a la xarxa)

Comissió 2 Protecció a la infància i Seguretat a Internet

La Taula de Diàleg ja ha impulsat durant el 2012:

Informe que defineix i delimita els tipus/ conductes risc de l'AN i la BN que es propaguen a través dels espais web que fan apologia dels trastorns del comportament alimentari per tal que els cossos policials puguin perseguir continguts aquests.

agència catalana del consum

Generalitat de Catalunya

TAULA DE DIÀLEG PER A LA PREVENCIÓ DELS TRASTORNS DEL COMPORTAMENT ALIMENTARI

Reunió plenària

Barcelona, 11 de desembre de 2012

agència catalana del consum

Generalitat de Catalunya

Comissió 3 Alimentació i hàbits saludables

Prioritats de treball

"Almenys un àpat a taula, formalment, al dia en família"

Comissió 3 Alimentació i hàbits saludables

Prioritats de treball 2013:

1. Coordinar les accions de les fundacions, organismes i entitats que treballen actualment en el camp de la promoció d'estils de vida i hàbits saludables per tal d'unificar esforços i missatges

Comissió 3 Alimentació i hàbits saludables

Prioritats de treball 2013:

2. Impulsar polítiques i plans efectius de prevenció i promoció de la salut en l'actual sistema educatiu i en els mitjans de comunicació social.

Comissió 3 Alimentació i hàbits saludables

Prioritats de treball 2013:

3. Informar i formar a les Famílies i a l'Escola per a promoure el respecte a la diversitat corporal i una bona autoestima entre els infants i joves.
   Educar en un model d'exercici i esport lúdic i no estigmatitzant.

Comissió 3 Alimentació i hàbits saludables

Prioritats de treball 2013:

4. Treball amb referents positius pels joves per a la promoció d'hàbits i estils de vida saludables.

agència catalana del consum

Generalitat de Catalunya

TAULA DE DIÀLEG PER A LA PREVENCIÓ DELS TRASTORNS DEL COMPORTAMENT ALIMENTARI

Reunió plenària

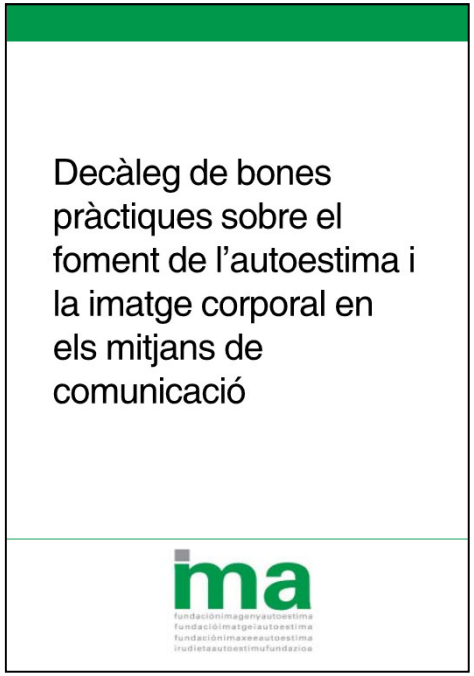
Barcelona, 11 de desembre de 2012

Prioritats de treball 2013:
Comissió 4 **Factors socioculturals i mitjans de comunicació i social**

"Ets més que una xifra en una bàscula"

Prioritats de treball 2013:
Comissió 4 Mitjans de comunicació

1. Garantir la presència de models més realistes i que fomentin la salut i la diversitat corporal en els mitjans audiovisuals i la publicitat, amb especial atenció en horari infantil de televisió. Estimular l'adopció de mesures com el "*Decàleg de bones pràctiques*" elaborat conjuntament per la Acadèmia de les Televisions i la Fundació Imatge i Autoestima.



Prioritats de treball 2013:

Comissió 4 Mitjans de comunicació

2. Sumar-nos a la campanya “Setmana lliure de comentaris sobre el pes” (*Fat talk free week*) que es porta a terme a l'àmbit internacional.

Prioritats de treball 2013:

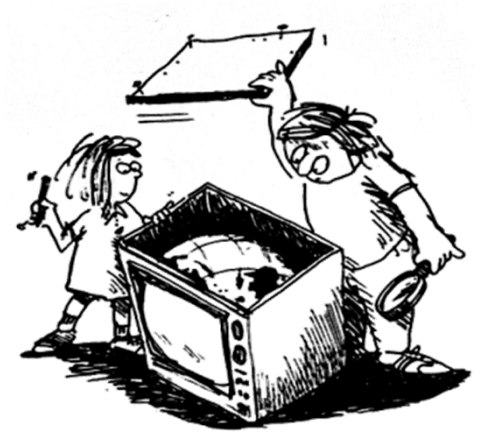
Comissió 4 Mitjans de comunicació

3. Portar a terme una campanya on es mostrin dones conegudes i anònimes amb diferents talles corporals que hagin destacat a la seva vida per característiques no relacionades amb el seu aspecte físic.

Prioritats de treball 2013:

Comissió 4 Mitjans de comunicació

4. Promocionar l'alfabetització en mitjans de comunicació als centres educatius, especialment en la franja d'edat de major risc de patir un trastorn de la conducta alimentària (secundària)



agència catalana del consum

Generalitat de Catalunya

ENTITATS REPRESENTADES EN LA TAULA DE DIÀLEG PER A LA PREVENCIÓ DELS TRASTONS DEL COMPORTAMENT ALIMENTARI

UAB Universitat Autònoma de Barcelona

texfor CONFEDERACIÓN DE LA INDUSTRIA TEXTIL

Programa salut i escola

cesicat

MANGO

Generalitat de Catalunya

FUNDACIÓ FCBARCELONA

fita. fundación instituto de trastornos alimentarios

academiatv DE LAS CIENCIAS Y LAS ARTES DE TELEVISIÓN

CLÍNIC BARCELONA Hospital Universitari

ima fundaciónimagenyautoestima fundacióimatgeiautoestima fundaciónimaxeeautoestima irudietaautoestimufundazioa

ACAB Associació contra l'Anorèxia i la Bulímia

Ajuntament de Barcelona

HOSPITAL DE LA SANTA CREU I SANT PAU UNIVERSITAT AUTÒNOMA DE BARCELONA

MOLTES GRÀCIES.