

Título completo: El trastorno por atracón: Una enfermedad actual.

Autores: Paola Barriguete, Andrea Ortíz, Ana Teresa de la Piedra y Mariana Montejano.

Profesor (es) Asesor (es): Centeocihuatl Virto

Escuela: Colegio Marymount

Área en que participa: Ciencias Sociales y Humanidades

Proyecto escolar

Antecedentes:

Uno de los principales problemas de salud en la actualidad y en los próximos 20 años es el problema de sobrepeso y obesidad. En la *Encuesta Nacional de Salud 2006* se encontró un incremento importante de estos problemas llegando a números preocupantes: más del 75% de la población entre 45 y 55 años sufre de sobrepeso y obesidad.

Entre el 30 y el 50% de la gente que sufre sobrepeso y obesidad presentan problemas emocionales y en particular alteración de su conducta alimentaria específicamente un tipo de trastorno llamado trastorno por atracón, descrito en 1959 por un americano llamado Albert J. Stunkard. Hasta mediados de los años 90 apareció este trastorno dentro de la clasificación de las enfermedades psiquiátricas, lo cual nos habla de que se trata de un trastorno no sólo poco conocido por la población en general sino muy reciente en la psiquiatría, y aun más en la medicina.

A pesar de esto, el atracón es una enfermedad que va en aumento y Salud Pública no va a poder controlarlo ni costearlo en un futuro próximo. Es un problema que ha llegado a nivel mundial y en México se puede observar cómo se ha incrementado durante las últimas dos décadas, aumentando el riesgo de presentarse en jóvenes y desarrollarse a lo largo de los años como una enfermedad crónica con resultados negativos tales como obesidad y sobrepeso, o hasta abrir una puerta a trastornos alimentarios.

Objetivos:

-Conocer en qué consiste el trastorno por atracón y sus efectos físicos y emocionales.

--Buscar si existen instrumentos psicológicos, o sea cuestionarios en los que se puede saber si una persona padece o que riesgos tiene de padecer este trastorno. Estos instrumentos pueden ser extranjeros o mexicanos.

-Realizar un cartel para la prevención del trastorno por atracón.

-Hacer una pequeña campaña de publicidad para la prevención del trastorno por atracón para los jóvenes de mi escuela.

Marco teórico:

El atracón, es la ingesta incontrolada de alimentos, generalmente en menos de dos horas llegando a consumir hasta 20.000 calorías. La gente que sufre de atracones siente una pérdida de control porque para de comer hasta sentirse desagradablemente lleno y generalmente lo hace a escondidas. Fue descrito por primera vez en 1959 por un americano llamado Albert J. Stunkard, pero hasta mediados de los años 90 este trastorno apareció dentro de la clasificación de las enfermedades psiquiátricas. Hay también una modalidad del síndrome del atracón descrito también por Stunkard, el síndrome del comedor compulsivo nocturno, que podría tratarse de una modalidad nocturna asociada al insomnio y restricción de comida durante el día, lo cual es difícil de explicar porque las personas difícilmente hablarían de él.

La *Encuesta Nacional de Salud 2006* denotó el riesgo de presentar trastornos alimenticios, incluyendo el atracón, durante la adolescencia, calculado por medio de preguntas específicas que dan tres opciones, ya sean a veces=1 frecuentemente=2 muy frecuentemente=3, y al sumar los puntos si da mayor a 10, estás en riesgo y debes cuidarte.

Metodología y desarrollo:

1. Revisión bibliográfica
2. Aplicación de la encuesta

La encuesta se aplicó a los alumnos (hombres y mujeres) del Colegio Marymount de entre 15 y 19 años. El cuestionario constó de 4 reactivos sencillos en donde las opciones de respuesta que se manejaron fueron: nunca, casi nunca, algunas veces (un punto), frecuentemente (dos puntos) y muy frecuentemente (3 puntos). Al sumar 10 puntos en las preguntas, esa persona es propensa a sufrir un trastorno alimenticio. Obviamente una de las preguntas se enfoca a los atracones, y al responder frecuentemente y muy frecuentemente se sospecha que se trate de un trastorno por atracón ya que esta pregunta fue validada en población con esta enfermedad.

Resultados:

Al hacer la encuesta se pudo observar que las mujeres se preocupan más por su físico y son más propensas a sufrir o tener el riesgo de sufrir un trastorno alimentario comparado con los hombres. Respecto del trastorno por atracón, hay una mayor cantidad de mujeres que de hombres con riesgo de padecerlo. Estos jóvenes al estar teniendo una ingesta incontrolada no están separando apetito de sentimiento y esto tiene repercusiones a lo largo de su vida.

A partir de los resultados se pueden dividir en tres grupos: el que no tiene riesgo, poco riesgo y mucho riesgo. De ahí se diseñó una campaña para ayudar a los jóvenes a modificar su tipo de conducta y de esta manera desarrollar un programa de prevención-acción que beneficie a los jóvenes del colegio. También que permita al Marymount tener el liderazgo en educación y salud. Pudiendo compartir esta experiencia con otras escuelas que les interese este tema y tengan población adolescente.

Conclusiones:

Por medio de una encuesta se pudo observar que un porcentaje de los adolescentes de 15-19 años en el Colegio Marymount podrían padecer del trastorno por atracón ya que presentan una ingesta incontrolada de alimentos frecuente y muy frecuentemente. La campaña realizada servirá para prevenir futuros riesgos y enseñará a los jóvenes a diferenciar su lado emocional del físico.

Bibliografía:

- Stunkard, A. *The pain of obesity*. Bull Publishing Company. California. 1976. 232 pp.
- Stunkard, A. *Handbook of Obesity Treatment*. The Guilford Press. New York. 2002. 624 pp.
- Barriguete, A. et Aguilar, C(eds). *Obesidad y riesgo cardiometabólico*. Enlaces Médicos. (Agosto, 2006)
- Armando Barriguete Meléndez- Médico Psiquiatra Psicoanalista
- María Teresa Rivera de la Piedra- Nutrióloga
- *Encuesta Nacional de Salud 2006* (la original y la adaptación a adolescentes)