

## **XIX- CONGRESO de INVESTIGACIÓN- CUAM**

**Título:** Light = a anorexia.

**Autores:** Irene Galindo Perea, Harumi Luna, Laura Saturno.

**Área:** Sociales y Humanidades.

**Escuela:** Cuam, Morelos.

**Asesor:** Lic. Nora de la Vega.

### **OBJETIVO:**

Demostrar la importancia que está teniendo el consumo de alimentos "light" en la alimentación diaria de los adolescentes y como esto puede influir en el desarrollo - o provocar principios- de la anorexia

### **HIPOTESIS:**

Los alimentos "light" son causa significativa en el desarrollo - o provocar principios- de la anorexia entre los adolescentes.

### **Metodología: estudio de campo**

Se aplicará un cuestionario a una muestra de una población entre 14 y 18 años , 50 mujeres y 50 hombres, de nivel socioeconómico medio-alto.

Se analizarán los datos en forma estadística para ver si se acepta o rechaza la hipótesis

**MARCO TEORICO:**La bulimia y la anorexia son una nueva epidemia que está amenazando la salud e, incluso, la vida de los adolescentes.

La importancia que se concede al aspecto físico en la cultura occidental influye a muchas personas que se sienten descontentas con su imagen.

Antes de hablar de los síntomas de estos trastornos, me gustaría que reflexionemos acerca de nuestra cultura y de una etapa de la vida

bastante complicada, la adolescencia. Parece que tanto la anorexia como la bulimia son especialmente frecuentes desde los años 80, en la cultura de los países desarrollados y en la segunda década de la vida.

Aquí está la respuesta de la pregunta de porque es tan importante la imagen. Los medios de comunicación tienen mucho que ver con todo esto: constantemente nos muestran mensajes acerca de lo que constituye ser una persona atractiva y de éxito, especialmente dirigidos a las chicas. La belleza física aparece siempre asociada al éxito social y profesional. Todos conocemos los nombres de las top-models, pero a casi nadie le suenan los nombres de mujeres con logros personales tan importantes como descubrir tratamientos eficaces para una enfermedad o defender los derechos humanos. Las librerías, los programas de televisión, las películas nos ofrecen abundantes modelos de cuerpo ideal que no son de ningún modo ideales: primero porque muchas veces los modelos son montajes de varias fotos retocadas y no existen en la realidad; y segundo, porque es subestimar a las personas el condenarlas al éxito o al fracaso por uno solo de sus múltiples atributos, el aspecto, que además es una de las características más determinadas genéticamente y por lo tanto menos controlable (talla y peso).

## **Anorexia: definición**

### **Anorexia nerviosa**

---

La anorexia nerviosa es un trastorno alimenticio que amenaza la vida y está caracterizada por la privación de comer y por la pérdida excesiva de peso. El trastorno se diagnostica cuando una persona tiene un IMC menor a 15,5%. La pérdida de peso extrema en las personas con anorexia nerviosa puede conducir a problemas de salud e incluso a la muerte.

El término anorexia significa literalmente "pérdida del apetito", sin embargo, esta definición es engañosa ya que las personas con anorexia nerviosa con frecuencia tienen hambre pero, de todos modos, rechazan la comida. Las personas con anorexia nerviosa tienen intensos temores a engordar y se ven a sí mismos gordos incluso cuando están muy delgados. Estos individuos pueden tratar de corregir esta imperfección limitando la ingestión de comida de manera estricta y haciendo excesivo ejercicio con la finalidad de perder peso.

## Principales causas de la anorexia

### Consecuencias

---

La causa exacta de la anorexia nerviosa no es conocida pero las investigaciones sugieren que una combinación de ciertos rasgos de la personalidad, patrones emocionales y de pensamientos, así como factores biológicos y ambientales.

Las personas con anorexia nerviosa, con frecuencia, usan la comida como una manera de ganar un sentido de control cuando otras áreas de sus vidas están bajo mucho estrés o cuando se sienten abrumados. Los sentimientos de incompetencia, baja auto estima, ansiedad, rabia o soledad también podrían contribuir al desarrollo de este desorden. Adicionalmente, las personas con desórdenes alimenticios podrían tener relaciones problemáticas o tener una historia de haber sufrido burlas respecto a su tamaño o peso. La presión de los amigos y una sociedad que identifica la esbeltez y la apariencia física con la belleza también puede tener un impacto en el desarrollo de la anorexia nerviosa.

Los desórdenes alimentarios también podrían tener causas físicas. Los cambios en las hormonas que controlan la manera como el cuerpo y la mente mantienen el humor, el apetito, los pensamientos y la memoria, también podrían fomentarlos. El hecho de que la anorexia nerviosa tienda a correr en las familias también sugiere que la susceptibilidad a este desorden podría ser heredada.

**RESULTADOS:**En proceso.

**Conclusion:** Podremos ver como la publicidad influye significativamente en los hábitos alimenticios. Por otro lado analizar si lo "light", tiene relación con los principios de la anorexia.

**Bibliografía-** Diferentes paginas de internet: wikkipedia