

El pasado 23 de octubre tuvo lugar el curso “Prevención de los Trastornos del comportamiento Alimentario (TCA): avances, recursos e iniciativas destacadas”.

David Sánchez Carracedo, director del curso y miembro de la “Mesa de Diálogo para la prevención de los TCA” de la Generalitat de Catalunya, hizo énfasis en la necesidad de combinar el desarrollo de programas preventivos dirigidos a jóvenes escolarizados, con políticas públicas que intenten transformar de forma directa el ambiente sociocultural en el que vivimos, lleno de mensajes e imágenes que promocionan una sobrevaloración del ideal de belleza y animan al control de la figura y el peso corporal. Presentó las principales contribuciones realizadas por la “Mesa de Diálogo”, entre las que destaca la elaboración de un “Decálogo de buenas prácticas para el fomento de la autoestima y la imagen corporal en los medios de comunicación social y la publicidad”, suscrito por la Academia de TV, el Colegio de Periodistas de Catalunya y las principales agencias y entidades vinculadas al mundo de la publicidad del estado español. De forma específica, en el curso se presentaron las conclusiones de la Mesa de Diálogo con respecto a las pautas de navegación segura en Internet y las iniciativas legislativas que está considerando el gobierno catalán para combatir la apología de los TCA en la red.

Nicky Hutchinson y Chris Calland, asesoras del gobierno británico sobre imagen corporal en niños y premio 2011 del parlamento británico por su trabajo en la educación de la imagen corporal saludable, informaron que la edad promedio a la que las chicas británicas inician dietas para controlar su peso ha descendido a los 10 años, o que un tercio de las niñas de 5 años ya informan estar preocupadas por su apariencia. Presentaron sus programas para promocionar la imagen corporal positiva en educación primaria y en preescolares, insistiendo en la idea de comenzar a trabajar en estos temas en edades tempranas con todos los agentes implicados.

Pedro Manuel Ruíz Lázaro, del HCU-Universidad de Zaragoza, habló de cómo implicar a las familias en la prevención de los TCA y del módulo para trabajar con familias que han desarrollado en el programa de prevención de los TCA “ZARIMA”, de aplicación en varias ciudades importantes del territorio norte español.

Liam Preston, director de YMCA Inglaterra, presentó la campaña BeReal, que él mismo dirige y que se está aplicando recientemente en Inglaterra en respuesta a un informe de reflexiones sobre imagen corporal que elaboró un grupo del Parlamento Británico en 2015. BeReal ha elaborado estrategias y diseñado recursos para potenciar la salud, la confianza corporal y la presencia de diversidad de tallas reales en los medios de comunicación. La campaña, financiada por YMCA y la compañía de productos de cuidado corporal DOVE, entre otras acciones, ha diseñado una “caja de herramientas” para trabajar la imagen corporal positiva en las escuelas, incluyendo programas de formación que se están aplicando en la actualidad en más de 600 centros educativos británicos. Además, se informó del trabajo que están realizando con el mundo empresarial, con el objetivo de conseguir su complicidad para promocionar una imagen corporal más diversa y saludable en la publicidad de sus productos.

También se presentaron algunas de las iniciativas más destacadas en este campo. En concreto: los talleres que de forma habitual viene realizando en centros de secundaria la Asociación Contra la Anorexia y la Bulimia (ACAB); los programas de la Agencia de Salud Pública de Barcelona (ASPB), como el programa CANVIS; el programa “En el Aula estamos contigo” de la Fundación Instituto de Trastornos Alimentarios (FITA); los programas “En movimiento” para la prevención de la obesidad, de reconocido interés sanitario, que se iniciaron en el Hospital de la Vall d’Hebron y tienen ahora su continuidad en la Fundación ABB, y que por primera vez incorporan el trabajo con el manejo de las emociones y la autoestima en este problema; y la novela “Qué sientes cuando no sientes nada”, iniciativa compartida por la Fundación ABB, el escritor de literatura juvenil Víctor Panicello y la participación de un grupo de pacientes del Centro ABB, novela que tiene el propósito de sensibilizar sobre los trastornos alimentarios y que ha sido reconocida como lectura de interés para adolescentes por diferentes organismos públicos.

Entre las conclusiones del curso se encuentran los principales retos que se le presentan a este campo:

- (1) la necesidad de coordinar las acciones de diferentes organismos, con el objetivo ideal de integrar de forma transversal dentro del currículum formativo, desde primaria a secundaria, todos los aspectos relacionados con la promoción de una imagen corporal positiva, la educación en hábitos saludables, la educación emocional y el desarrollo de una capacidad de análisis crítico de los mensajes e imágenes transmitidos por los medios y redes sociales.
- (2) Adaptar las estrategias preventivas a los cambios sociales vinculados al uso de nuevas tecnologías, asegurando la protección de la infancia, procurando cambios en el marco legislativo y tratando de ganar la complicidad de nuevos agentes como los *youtubers* o *influencers*.
- (3) Ser creativos para conseguir la implicación de las familias desde diferentes ámbitos, incluyendo el de la atención primaria en las áreas de pediatría.
- (4) Apostar por una prevención integrada de la obesidad y los TCA, evitando mensajes contradictorios y cambiando el foco del control del peso corporal a la mejora de los hábitos de salud y el fomento de la autoestima.
- (5) Insistir en el desarrollo de políticas públicas orientadas a la prevención de los TCA, procurando llegar a las empresas e industrias implicadas, para asegurar una mayor presencia en la publicidad de sus productos de mensajes saludables y de imágenes que reflejen la diversidad de tallas corporales que hay en la sociedad.