



## NOTA DE PREMSA

Barcelona, 30 de novembre de 2020

### ***Un 34% de les adolescents d'entre 12 i 16 anys han fet dieta per aprimar-se***

- L'Associació contra l'anorèxia i la bulímia presenta, amb motiu del Dia Mundial de la lluita contra els TCA, una enquesta a 2328 adolescents d'entre 12 i 16 anys d'escoles de tot Catalunya.
- L'enquesta analitzava el comportament i hàbits relacionats amb la vida saludable dels adolescents.

### **Un 34% de les adolescents d'entre 12 i 16 anys han fet dieta per aprimar-se sense control mèdic; en el cas dels nois és d'un 22%.**

Aquestes dades posen de manifest el perill de les dietes sense control, ja que suposen un desencadenant d'un trastorn de la conducta alimentària com l'anorèxia o una bulímia.

La dada encara és més alarmant si observem que més del 50% ho ha acompanyat de conductes de risc: vòmits, saltar-se àpats o menjar menys. Conductes molt perilloses determinants per patir un TCA.

### **Un 32% de les adolescents vol aprimar-se**

La informació anterior cobra més significat quan observem que un 32% de les adolescents enquestades voldria aprimar-se. "Una dada molt elevada si tenim en compte que parlem d'edats molt vulnerables, en les que el risc de desenvolupar una anorèxia o una bulímia és molt elevat", explica Sara Bujalance, directora de l'associació contra l'anorèxia i la bulímia.

#### **Per a més informació:**

Mar Alegret  
malegret@acab.org · www.acab.org  
93 454 91 09 · 680 262 921





## NOTA DE PREMSA

### **El 76% dels adolescents afirma haver rebut burles pel seu físic.**

Una dada molt preocupant que aboca aquesta enquesta és que el 42% dels adolescents entrevistats han patit burles i concretament un 76% han estat pel seu físic. Cal recordar els comentaris negatius sobre el físic de l'infant o adolescent, tant per part de la seva família com per part dels companys i companyes són també un factor de risc a l'hora de desenvolupar una anorèxia o bulímia nervioses" comenta Sara Bujalance.

### **Un 28% creu que un company/a pot estar patint un TCA**

Davant la pregunta de si creuen que un company/a pot estar patint un problema d'alimentació, la resposta ha estat alarmant: **un 28% creu que sí**. Cal recordar que davant la sospita d'un possible cas a casa o l'aula és important parlar amb el noi o noia i demanar ajuda professional.

### **Els adolescents fan mínim un àpat diari en família**

L'enquesta ha posat de manifest una dada positiva; la majoria de joves fa un àpat en família acompanyats del pare o la mare o tots dos un cop al dia i sol coincidir amb el sopar (79%) "Aquesta dada és molt important, ja que un àpat en família redueix un 35% la possibilitat de patir un TCA. "Quan es parla d'un àpat en família cal concretar que ha de ser acompanyat d'un adult de referència" puntualitza Sara Bujalance.

La part negativa d'aquesta dada és que un 44% dels enquestats afirmen que fan servir un aparell tecnològic: televisió, mòbil, tauleta durant algun àpat del dia. A l'hora de seure a taula val la pena apagar la televisió i deixar mòbils i tauletes lluny, perquè poden interferir en la conversa i relació dels membres de la família. Es tracta d'aprofitar el moment realment en família, comenta Sara Bujalance.

### **Per a més informació:**

Mar Alegret  
malegret@acab.org · www.acab.org  
93 454 91 09 · 680 262 921





Associació contra  
l'Anorèxia i la Bulímia

## NOTA DE PREMSA

### **A cada classe es detecta de promig un cas de TCA**

L'Associació contra l'anorèxia i la bulímia va visitar els centres de Catalunya durant el curs escolar 2019-2020 amb el programa, *Quan no t'agrades, emmalalteixes!*

Es tracta de tallers dirigits a l'alumnat de primària, secundària i batxillerat/cicles formatius que tenen com a objectiu prevenir els trastorns de la conducta alimentària i treballar l'autoestima així com detectar de forma primerenca possibles casos.

Els cursos i tallers són "una oportunitat perquè els nostres professionals puguin detectar possibles casos de TCA i actuar a temps" afirma Sara Bujalance.

### **Per a més informació:**

Mar Alegret  
malegret@acab.org · [www.acab.org](http://www.acab.org)  
93 454 91 09 · 680 262 921



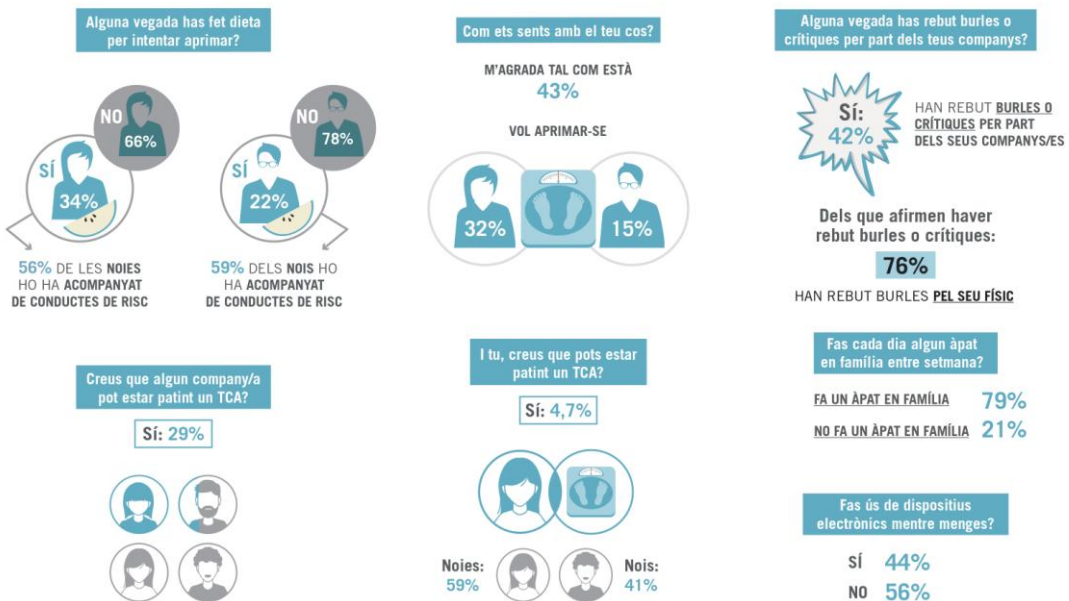
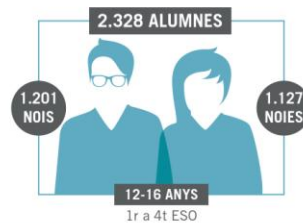
**NOTA DE PREMSA**

**Fitxa tècnica de l'enquesta:**

Total població enquestada: 2328 alumnes  
 Cursos: de 1r ESO a 4t ESO  
 Centres: centres de Catalunya  
 Tipologia centres: Centres educatius públics, privats i concertats.  
 Calendari: setembre 2019 i març del 2020

**RESULTATS ENQUESTA  
CURS ESCOLAR 2019-2020**

Tipologia centres: educatius públics, privats i concertats.  
 Calendari: setembre 2019 i març del 2020.



**Què és l'ACAB?**

**L'Associació Contra l'Anorèxia i la Bulímia és una entitat sense afany de lucre que treballa per ajudar les persones i famílies que han de fer front a aquestes patologies. Va néixer el 1992 a l'Hospital Clínic de Barcelona.**

**Per a més informació:**

Mar Alegret  
 malegret@acab.org · www.acab.org  
 93 454 91 09 · 680 262 921

