



Associació contra  
l'Anorèxia i la Bulímia

## NOTA DE PREMSA

Barcelona, 29 de novembre de 2021

30 novembre | Día mundial de la lucha contra los trastornos de la conducta alimentaria (TCA)

### ***La pandemia aumenta la insatisfacción corporal entre los adolescentes***

- La Asociación contra la anorexia y la bulimia ha realizado una encuesta a 5135 adolescentes de entre 12 y 16 años de escuelas de todo Cataluña durante el curso 2020 y 2021.
- La encuesta los pregunta sobre cómo se sienten con su cuerpo, si están satisfechos o no, si querrían cambiar algo, etc.
- La encuesta confirma la influencia que la pandemia ha tenido en el aumento de casos de TCA.
- La salud mental de los adolescentes ha empeorado a causa de la pandemia.

### **La pandemia incrementa la insatisfacción corporal entre los adolescentes y aumenta los casos de TCA**

Esta es la principal conclusión que se extrae de la encuesta realizada durante el curso 2020-21, el primero después del confinamiento y todavía con unas medidas de restricción social elevadas tanto en las escuelas como la población general.

La exposición prolongada en las redes sociales y el aislamiento social en edades muy vulnerables ha provocado un aumento de la insatisfacción corporal y este ha sido un factor desencadenante en el aumento de casos de TCA en la adolescencia.

#### **Per a més informació:**

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





## NOTA DE PREMSA

### **Un 47% de las adolescentes quiere adelgazarse**

Ante la pregunta cómo te sientes con tu cuerpo, un 47% de las adolescentes ha respondido que se quiere adelgazar. Este dato es muy alarmante, si tenemos en cuenta que hablamos de una etapa, la adolescencia, muy vulnerable donde el deseo para adelgazar puede favorecer el desarrollo de un TCA

### **Un 41% de las adolescentes han hecho dieta para adelgazarse sin control médico**

Este dato pone de manifiesto el peligro de las dietas sin control, puesto que suponen un desencadenante de un trastorno de la conducta alimentaria como la anorexia o una bulimia.

### **El 86% de los adolescentes afirma haber recibido burlas por su físico.**

Otro dato muy preocupante que arroja esta encuesta es que el 42% de los adolescentes entrevistados han sufrido burlas y concretamente un 86% han sido por su físico. Hay que recordar los comentarios negativos sobre el físico del niño o adolescente, tanto por parte de su familia como por parte de los compañeros y compañeras son también un factor de riesgo en la hora de desarrollar una anorexia o bulimia nerviosas" comenta Sara Bujalance, directora.

### **Un 8,7% cree que puede estar sufriendo un TCA**

Ante la pregunta de si creen que pueden estar sufriendo un TCA, un 8,7% ha afirmado que sí. Este dato pone de manifiesto nuevamente cómo la pandemia ha influido negativamente en el aumento de casos de TCA, puesto que en el curso 2019-20 la cifra era de 4,7%.

#### **Per a més informació:**

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





## NOTA DE PREMSA

### **Un 32% cree que un compañero/a puede estar sufriendo un problema de alimentación.**

Hay que recordar que ante la sospecha de un posible caso a casa o el aula es importante hablar con el chico o chica y pedir ayuda profesional.

### **Un 90% de los/las adolescentes hace mínimo una comida diaria en familia, pero no ha sido suficiente para prevenir casos de TCA**

A pesar de que una comida al día en familia es un factor de protección muy importante, quizás no ha sido suficiente teniendo en cuenta el aumento de casos de TCA a raíz de la pandemia. También tenemos que tener en cuenta que la comida en el día tendría que cumplir algunos requisitos para ser realmente protector como, por ejemplo, darse sin la presencia de dispositivos electrónicos, dado que estos pueden ser interferencias relevantes en el buen desarrollo de la comida en familia, reduciendo o alterando la comunicación y vínculo entre los miembros de la familia.

### **Pla de Prevenció de los TCA**

Ante este escenario de complicación de la salud mental y aumento de casos de TCA entre la población más joven a causa de la pandemia, la Asociación contra la anorexia y la bulimia pide a las Administraciones un compromiso en firme para luchar contra los TCA a través de un Plan de Prevención de los TCA.

Desde la asociación pedimos a las autoridades responder a las necesidades de niños y jóvenes con relación a su salud mental, que ha empeorado de manera muy evidente a causa de la pandemia.

### **Dotar en las escuelas de un protocolo de actuación ante la sospecha de un TCA en el centro educativo**

Uno de los puntos que recoge el Plan de prevención del TCA es dotar a las escuelas de un protocolo de actuación ante la sospecha de un TCA en el centro educativo que incluya el apoyo de los Equipos de Asesoramiento Psicopedagógico (EAP).

#### **Per a més informació:**

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





## NOTA DE PREMSA

En esta línea, la Asociación contra la anorexia y la bulimia y el Departamento de Educación ya han empezado a trabajar conjuntamente para formar a los profesionales a la hora de identificar y prevenir los TCA. Esta iniciativa, que es pionera, pone de manifiesto la voluntad de la Administración para abordar esta grave problemática en los centros escolares.

La formación ha empezado este año con las aulas hospitalarias y los orientadores y orientadoras de centros de secundaria, puesto que el grosor de alumnado con riesgo se encuentra en esta franja de edad. A partir de enero del 2022 continuará con los Equipos de Asesoramiento Psicopedagógico (EAP) y los nuevos orientadores y orientadoras.

### **Cómo tiene que actuar el equipo pedagógico**

La formación permitirá a los centros educativos tener una persona con formación en TCA para poder actuar ante la sospecha de un caso en el centro educativo. Se quiere proporcionar herramientas a los profesionales porque puedan identificar las señales de alerta de un posible caso de TCA.

### **Cómo se tiene que actuar ante el alumnado**

Otro de los puntos fuertes de la formación es el abordaje con el alumnado; sobre que hay que hacer ante un posible caso de TCA. Se les da pautas de cómo dirigirse al alumno, si tienen una sospecha de TCA, y como trabajarlo en el aula.

### **Ficha técnica de la encuesta:**

Total población encuestada: 5135 alumnos

Cursos: de 1.º ESO a 4.º ESO

Centros: centros de Cataluña

Tipología centros: públicos, privados y concertados.

Calendario: septiembre 2020 junio 2021

### **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

**¿Qué es la ACAB?**

La Asociación Contra la Anorexia y la Bulimia es una entidad sin afán de lucro que trabaja para ayudar las personas y familias que tienen que hacer frente a estas patologías. Nació el 1992 en el Hospital Clínico de Barcelona.

### Per a més informació:

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

