

**II CONGRESO INTEGRADO**  
de la Alianza Intersectorial de  
Adolescencia y Juventud de  
Iberoamérica, Italia y Caribe.

# Un espacio donde compartir experiencias para el desarrollo positivo de las adolescencias

23 de octubre, 2019 - Rondas de Diálogo. Universidad Libre - Sede Norte  
24 al 26 de octubre de 2019 - Congreso - Hotel Dann Carlton  
Barranquilla Colombia

Con el apoyo de



## *“Dieta-Cultura en el Pensamiento adolescente”*

Dra. Zuleika Morillo



# Agenda

1. **Justificacion.**
2. **Reflección sustentada: “The beginning of Eating Disorders”Dieta,Cultura ,pensamiento.**
3. **Discusion Interactiva.**
4. **Conclusion y reflexion final.**



*No conflicto de intereses*



1.

# Justificacion

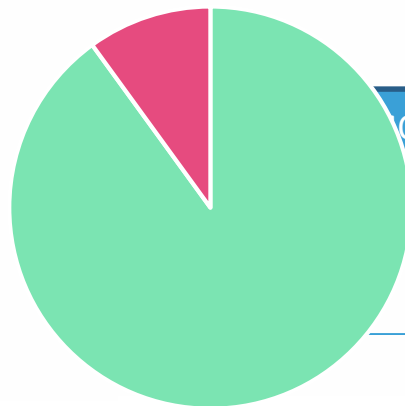




# Planteamiento del problema

**3** ER LUGAR

ENFERMEDADES  
CRÓNICAS EN  
ADOLESCENTES  
95% 12-25 años



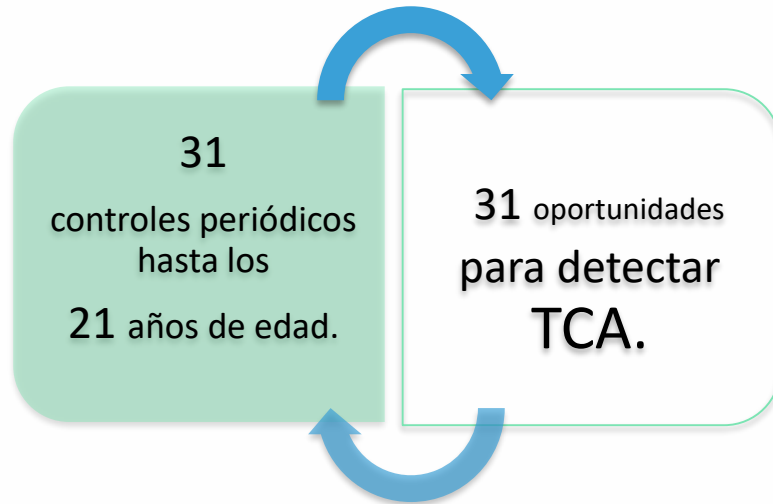
MORTALIDAD 6-12%

BULIMIA: 2-3% de mujeres.  
ANOREXIA: 0.5% de mujeres.



90%  
feminino

# Atención primaria de salud



7

TALLA, PESO, IMC, EV. PSICOSOCIAL

**MEJOR  
PRONÓSTICO**

**Deteccion  
temprana**



**Atencion  
integrada**





# Justificación

**FALLO EN  
RECONOCER LOS TCA**

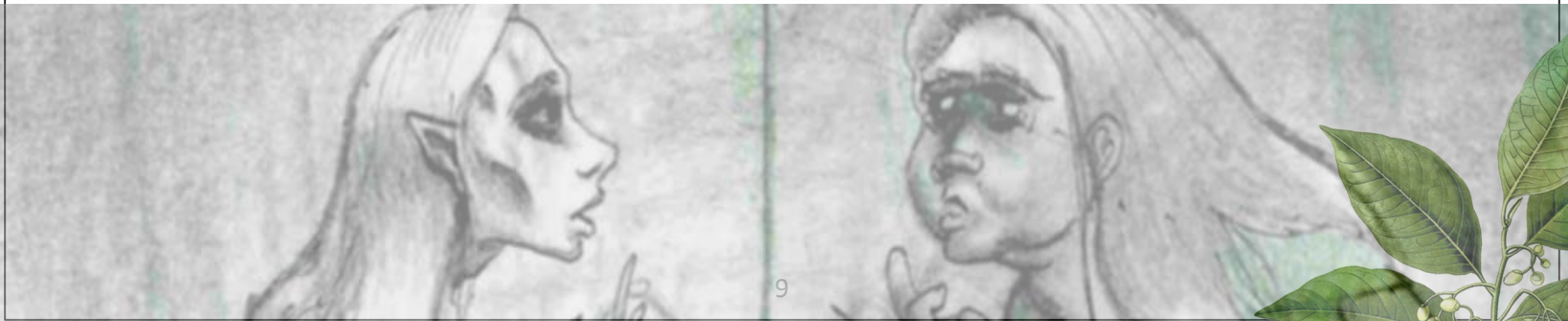


**PACIENTES PASAN  
DESAPERCIBIDOS**



**ACUDEN A  
CONSULTA  
CRONIFICADOS**

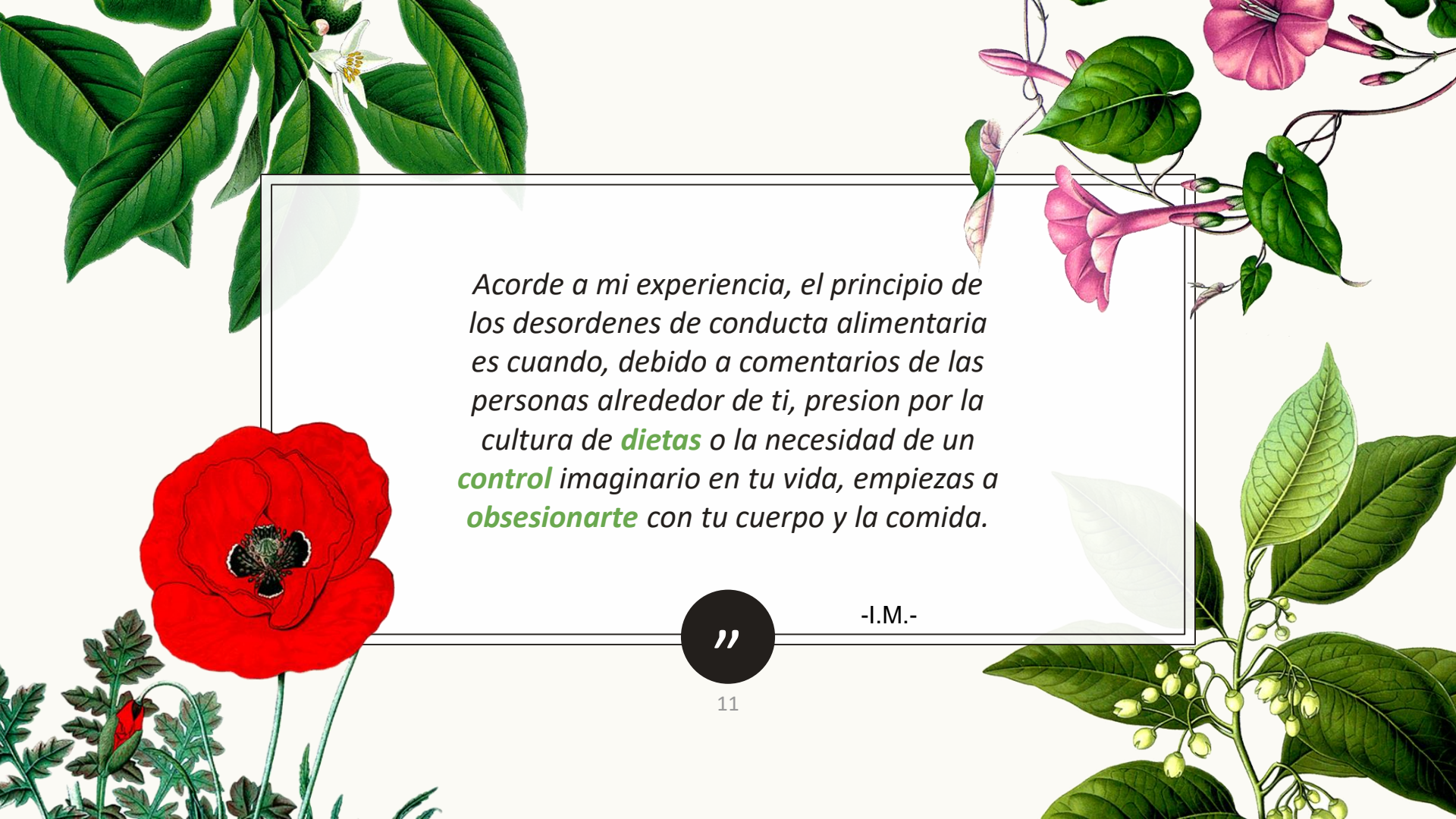
**MANEJO NO ES EL ÓPTIMO**



9

A detailed botanical illustration background featuring various plants. In the top left, there are pink and purple flowers with green leaves. In the top right, there are white flowers with green leaves. In the bottom left, there is a large yellow flower with a red center and green leaves. In the bottom right, there is a yellow lemon with green leaves and a small white flower. The central text is enclosed in a white rectangular box with a thin black border.

**Reflección sustentada:  
“The beginning of  
Eating Disorders”  
Dieta y Cultura.**

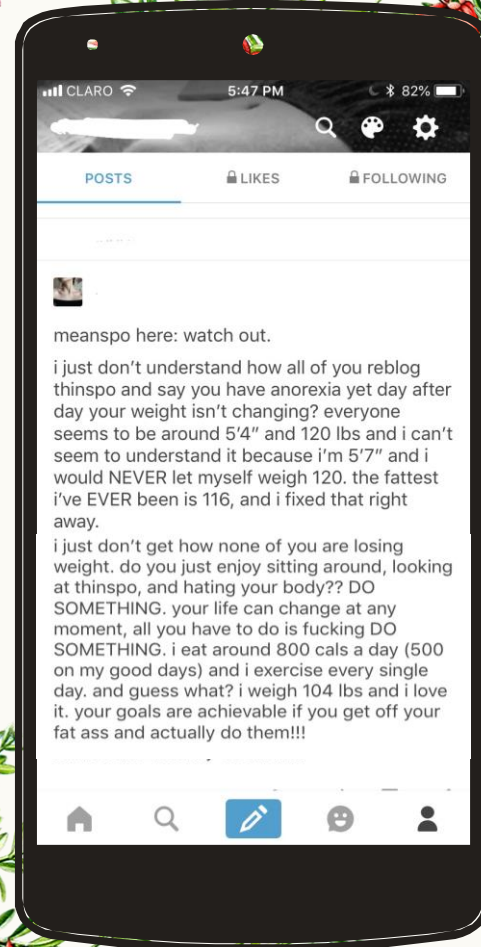


*Acorde a mi experiencia, el principio de los desordenes de conducta alimentaria es cuando, debido a comentarios de las personas alrededor de ti, presion por la cultura de **dietas** o la necesidad de un **control** imaginario en tu vida, empiezas a **obsesionarte** con tu cuerpo y la comida.*

”

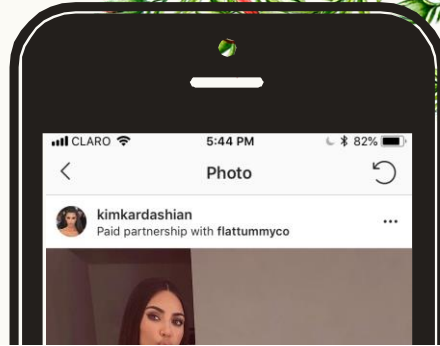
-I.M.-

# Meanspo



Textos con el propósito de acosar verbalmente a la persona que lo lea, para que no coma y se haga daño.

Mostrando que tener el abdomen plano es lo mejor y trae felicidad.



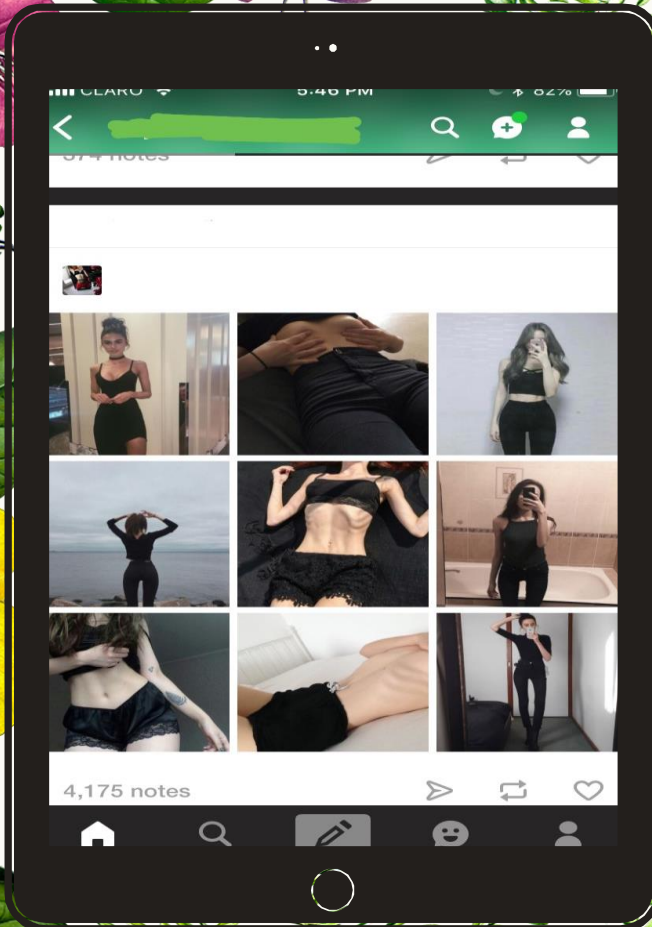
Influenciadores de las redes sociales que promocionan bebidas para adelgazar.

right direction that I need. These meal replacement shakes are so good and they're helping me get my tummy back to flat. I'm already feeling amazing and



# Thinspiration

*Fotos de personas muy delgadas que sirven de inspiración para adelgazar, y no comer.*



“Asume el control..”



**Paginas/Aplicaciones  
promocionando asumir el control  
de tu objetos, en especial la comida.**

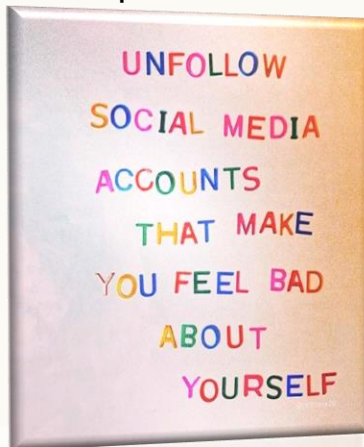
EMPIEZA GRATIS



Ejercita de manera intuitiva, no porque comiste.



Parar de seguir paginas sociales que te hacen sentir mal y empieza a seguir otras que si.

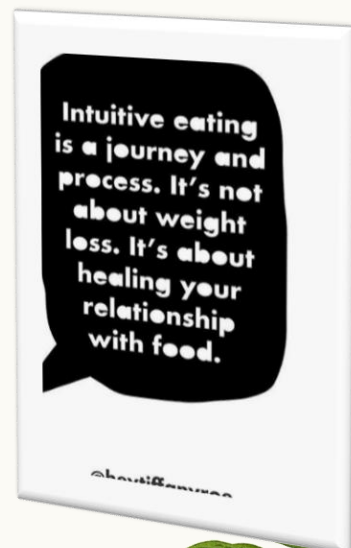


## YO RECOMIENDO...

Apoya y únete al movimiento de anti-dietas.



Practica comer intuitivamente.





# PENSAMIENTO ADOLESCENTE.

RENOVATUS BY CPE



**Renovatus** by CPE



# ¿Cómo surgen los disparadores Pensamiento

- Son condiciones complejas que emergen de la combinación de conductas presentes por largo tiempo, factores biológicos, emocionales, psicológicos, interpersonales y sociales.
- La gente con trastornos alimenticios utiliza la comida y el control de la comida como un intento para compensar los sentimientos y emociones que de otra manera son vistos como insoportables.



# PSICOLÓGICOS QUE CONTRIBUYEN

- **Baja autoestima**
- **Sentimientos de insuficiencia o falta de control de su vida**
- **Depresión, ansiedad, enojo y soledad**



# FACTORES INTERPERSONALES QUE PUEDEN CONTRIBUIR A

- Relaciones personales y familiares problemáticas
- Dificultad para expresar sentimientos y emociones
- Haber sido fastidiado o ridiculizado basado en su talla o peso
- Historia de abuso físico o sexual



### **Factores sociales que pueden contribuir a los trastornos alimenticios:**

- ⊙ Presiones culturales que glorifican la “delgadez” y le dan un valor a obtener un “cuerpo perfecto”.
- ⊙ Definiciones muy concretas de belleza.
- ⊙ Normas culturales que valorizan a la gente en base a su apariencia física.

### **Factores biológicos que pueden contribuir a los trastornos alimenticios:**

- ⊙ Los científicos todavía se encuentran investigando las posibles causas bioquímicas y biológicas de los trastornos alimenticios.
- ⊙ Se ha encontrado neurotransmisores que controlan el hambre, el apetito y la digestión se encuentran desbalanceados.
- ⊙ Los trastornos de la conducta alimenticios usualmente se presentan en familias.





**IMAGEN  
CORPORAL**



# Imagen corporal

La imagen corporal es:

- ⦿ Cómo te ves cuando te miras en el espejo o cuando creas una imagen de ti misma(o) en tu mente. Lo que opinas acerca de tu propia apariencia (incluyendo tus recuerdos, suposiciones y generalizaciones).
- ⦿ Cómo te sientes en relación a tu cuerpo incluyendo tu estatura, figura y peso.
- ⦿ Cómo sientes y controlas tu cuerpo a medida que te mueves; cómo te sientes dentro de tu cuerpo, no sólo acerca de tu cuerpo.

# Tipos de imagen corporal

## Imagen positiva

- Una percepción clara, verdadera de tu figura.
- Celebras y aprecias la figura natural de tu cuerpo y comprendes que la apariencia física de una persona no determina su personalidad o sus valores.
- Te sientes orgullosa(o) y aprecias tu cuerpo como único.
- Te sientes cómoda(o) y segura(o) con tu cuerpo.

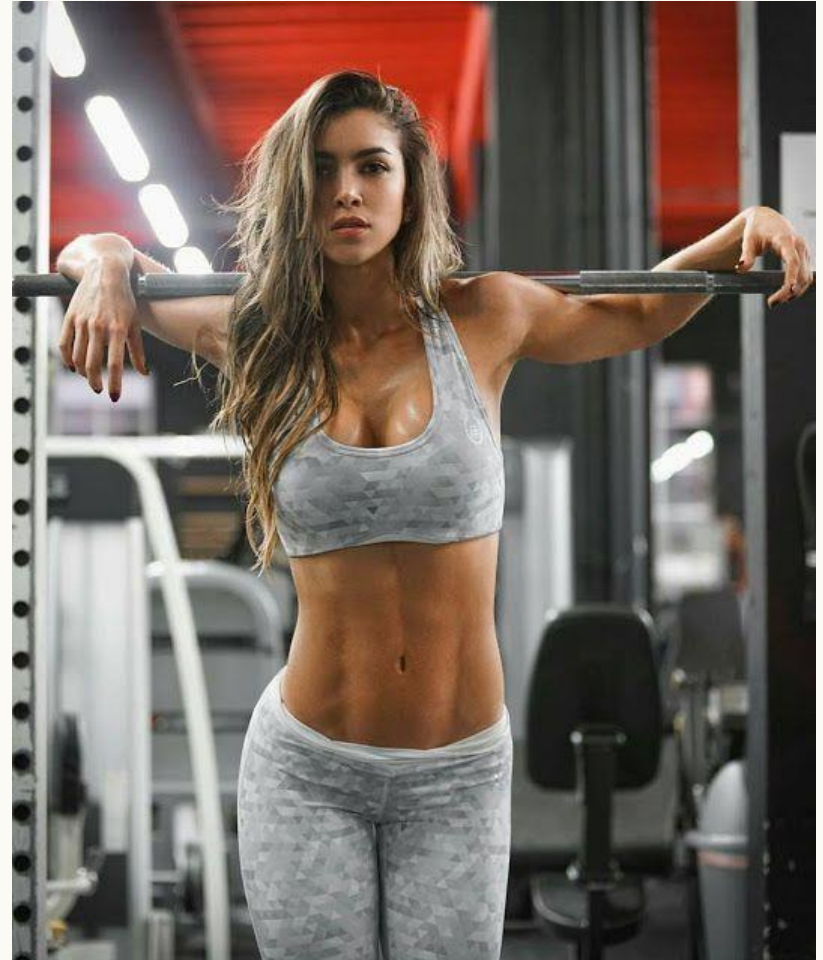
## Imagen negativa

- Una imagen distorsionada de tu figura corporal.
- Estás convencida(o) que sólo otras personas son atractivas y que tu figura o talla simbolizan fracaso.
- Te sientes avergonzada(o) pensando siempre en tu cuerpo y tienes sentimientos de ansiedad en relación a la imagen de tu cuerpo.
- Te sientes incómoda(o) y extraña(o) en tu propio cuerpo.



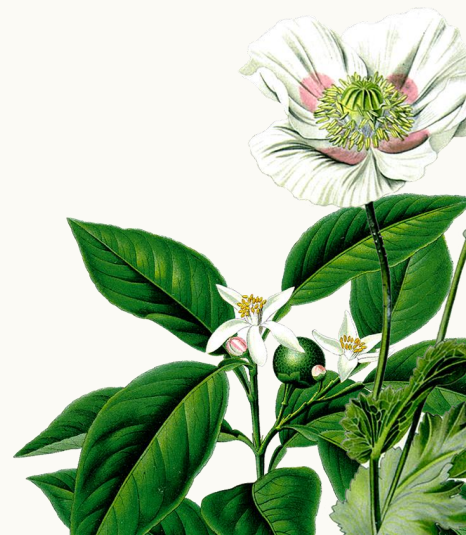
# OPTICA DE LAS PRESIONES MEDIOAMBIENTALES - IDEAL DEL ÉXITO

- La mujer físicamente delgada
- Los ideales vinculados a la feminidad que dominan lo imaginario social son responsables, en parte, del malestar femenino en nuestra cultura en tanto coadyuvan a la subordinación social, legal, económica y familiar de las mujeres, imponiendo unos modelos de identidad que operan como el lecho de producto: para amoldarse a ellos cada una ha de recortar algo de si misma, ya sea que se trate de deseos, necesidades, aspiraciones o potencialidades personales.
- La renuncia, represión y alienación que generan esos ideales se pagan, al precio de una u otra patología.





# Conclusiones





# Claves para la prevención

1. **Motiva al Adolescentes, para que adquiera hábitos alimenticios saludables.**
2. **Analiza los mensajes de los medios de comunicación.**
3. **Fomenta una imagen corporal saludable.**
4. **Fomenta la autoestima.**
5. **Comparte información sobre los peligros de las dietas y de la ingesta por factores emocionales.**

**Además, recuerda la importancia de predicar con el ejemplo.** Toma decisiones conscientes sobre tu estilo de vida y sientete orgulloso de tu cuerpo.





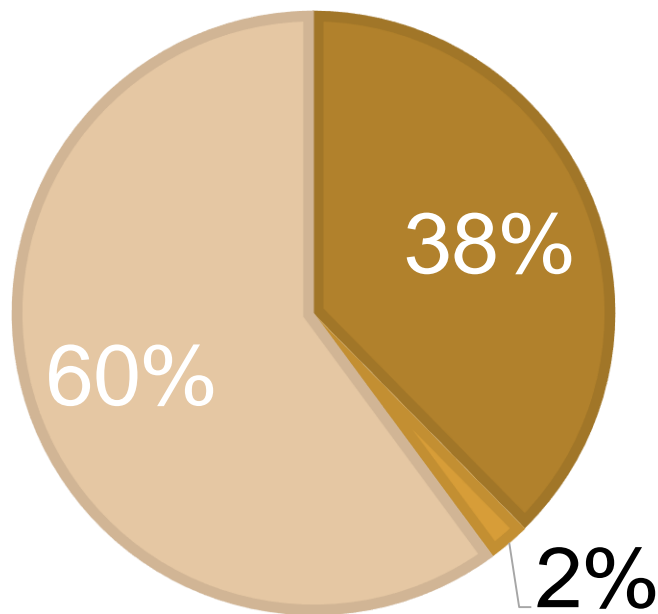
# Inicio de la ayuda

- **Si sospecha que un adolescente padece un trastorno de la alimentación, es importante que intervenga y le ayude a fin de que lo puedan diagnosticar y tratar correctamente.**
- **Los Adolescentes que presentan este tipo de trastornos suelen reaccionar a la defensiva y se suelen enfiadar cuando se le habla sobre el tema por primera vez. El miedo a estar gordo o a tener sobrepeso es el problema central de toda persona afectada por un trastorno de la alimentación.**





- **Intentar ayudar a alguien que cree que no necesita ayuda puede ser muy difícil.**
- **Es fundamental que, por mucho que el joven se resista, usted se encargue de proporcionarle la ayuda profesional que necesita. Reclute a amigos y parientes a quienes sabe que su hijo aprecia y en quienes confía para que colaboren en el proceso.**
- **Es posible que se muestre más receptivo y más abierto al diálogo si usted se centra en lo que le preocupa y utiliza frases en primera persona (yo) en vez de en segunda persona (tú).**
- **Evite frases como "tienes un trastorno de la alimentación" o "estás demasiado delgado", que solo pueden provocar enfado y negación. En lugar de eso, pruebe con frases del tipo: "Me preocupa que hayas perdido tanto peso en tan poco tiempo".**





- Participantes cuyo nivel aumentó después de la actividad
- Participantes cuyo nivel disminuyó después de la actividad

Gráfica 11. Impacto observado en el nivel de conocimiento sobre Trastornos de la conducta alimentaria en los profesionales de atención primaria de salud, luego de una actividad de sensibilización.

- 
- Los profesionales de atención primaria de salud de la Zona Metropolitana se sitúan en su mayoría en un **nivel Insuficiente**.
  - Ningún participante pudo alcanzar el más alto nivel de Óptimo y necesario.
  - Se **comprobó la hipótesis** planteada.
  - Luego de una **intervención académica**:
  - ✓ **Impacto moderado** en el nivel de conocimiento entre los profesionales de atención primaria de salud.
- 



# ¡¡IMPORTANTE RECORDAR!

Independientemente del plan de tratamiento, recuerda que una intervención temprana puede acelerar la recuperación.



# RENOVATUS BY CPE

## Santo Domingo, Rep. Dominicana

Programa dirigido a la recuperación de los trastornos de la conducta alimentaria. Renovatus es una herramienta que puede servir como prevención y tratamiento de los trastornos de la conducta alimentaria.

Dra. Zuleika Morillo de Nieto

Dra. Aridia Vásquez de Santana

Lic. Jorge Lynch

Lic. Clarissa Dominguez

Lic. Yanill Brito

<http://cpenmanuel.com/es/renovatus>

IG: @RENOVATUSBYCPE

Facebook: Renovatus by cpe





**GRACIAS !**

[paidoszu@hotmail.com](mailto:paidoszu@hotmail.com)