

Los efectos de la pandemia COVID-19 en los trastornos de la conducta alimentaria

FRANCESCA DI BERNARDO

La pandemia Covid-19 ha ocasionado un efecto sin precedentes en la salud mental y física de las personas.

Los trastornos de la conducta alimentaria tienen una prevalencia y una prevalencia de riesgo muy elevada.

Durante la pandemia las personas que sufren de TCA han tenido que enfrentarse a su condición de una manera inesperada, debido a que el cambio en la dinámica diaria y en el estilo de vida influye en gran medida en los comportamientos patológicos.

Un estudio piloto (Fernández-Aranda Fet al., 2020) de la Unidad de Trastornos de la Conducta alimentaria del Departamento de Psiquiatría, en el Hospital Universitario de Bellvitge (Barcelona) ha evidenciado los factores que han influido mayormente en las personas que sufren de TCA.

El cambio en las rutinas (en particular durante el periodo de confinamiento), el aislamiento y la incertidumbre general determinada por la pandemia ha determinado un aumento en los niveles de ansiedad, depresión y estrés. Estos factores, junto con las dificultades en la regulación emocional que muy a menudo caracterizan las personas que sufren de TCA, han causado un empeoramiento en la sintomatología y el dispararse de nuevos casos (en este caso la Pandemia ha actuado como factor precipitante).

La Pandemia también ha determinado un aumento del estrés percibido en el contexto familiar, con un incremento en las dificultades de las personas que sufren de TCA dentro de casa.

Las dificultades en los contextos sanitarios han ocasionado un cambio en la ayuda ofrecida a los pacientes con TCA (con consecuente implicación en sus condiciones clínicas): los ingresos han sido reducidos debido a la reducción en los aforos, por algunos periodos se ha pasado a la terapia online y, en general, ha habido una disminución en los servicios.

Sin embargo, este periodo tan complejo ha también facilitado el avance a nivel clínico y científico para poder encontrar nuevas vías para poder curar los TCA a pesar de las condiciones. Recordamos en este sentido el programa de hospitalización en casa del Hospital Infantil Universitario Niño Jesús de Madrid, que puede suponer un mayor beneficio para los pacientes y un menor coste sanitario.

Por eso podríamos decir que “En medio de la dificultad reside la oportunidad” (Einstein), y es para hacer frente a las tormentas que pasan en nuestro entorno que hay que ingeniarse para encontrar nuevas soluciones que luego podrán ser empleadas incluso en otros contextos y situaciones.