*Dimensión C pregunta 17*

*Trastornos de la alimentación de origen psicológico. Sobre todo en los países desarrollados, en los que los alimentos son abundantes, existen varios trastornos de la alimentación de origen psicológico que afectan sobre todo a las niñas y mujeres jóvenes.*

*Factores protectores de la alimentación:*

*La adolescencia es un momento ideal para*

*poner en marcha programas de prevención*

*primaria y secundaria contra la obesidad,*

*ya que es la edad en que las personas*

*adquieren mayor independencia en cuanto*

*a sus hábitos alimentarios y también*

*cuando comienzan a aparecer muchos*

*casos de sobrealimentación crónica. (Jenkins; 73:129)*

*Como reflexión y sugerencia en el marco de la Atención Primaria de la Salud respecto de la alimentación vegetariana que incorporó como hábito Marlene, se infiere que en el mediano largo plazo, se puede presentar deficiencia de Cianocobalamina (Vitamina B 12).*

*El hombre debe incorporar B12 de la dieta o de productos farmacéuticos y su carencia puede deberse a dietas vegetarianas extremas, desnutrición, estrés, malos hábitos alimenticios o estados fisiológicos (embarazo, ancianidad), entre otros. El déficit en esta vitamina (micro nutriente esencial para la prevención de diversas patologías) desencadena manifestaciones sintomáticas diversas como fatiga, náuseas, amenorrea, pérdida de peso, neuritis, deficiencias neurológicas en recién nacidos, entre otras. Es por ello que como factor protector de la salud, se sugiere incorporar la vitamina B12. Los alimentos funcionales constituyen un segmento en continuo crecimiento en el mercado de los alimentos fermentados donde las bacterias lácticas juegan un papel muy importante, debido al efecto benéfico (probiótico) que algunas de ellas ejercen en la salud del consumidor.*

*Repositorio del CONICET:*

[*https://www.conicet.gov.ar/new\_scp/detalle.php?keywords=&id=05438&inst=yes&congresos=yes&detalles=yes&congr\_id=393642*](https://www.conicet.gov.ar/new_scp/detalle.php?keywords=&id=05438&inst=yes&congresos=yes&detalles=yes&congr_id=393642)

*La prevención y detección temprana en trastornos del desarrollo y de la alimentación, con una nutrición adecuada a las necesidades, creencias y deseos del paciente es menester para contribuir y permitir que las personas incrementen el control sobre su salud para mejorarla y su opción prepatogénica es la prevención primaria, que impide la aparición de los factores de riesgo.*

*La carta de Ottawa define a la promoción de la salud como “el proceso de capacitación de la colectividad para actuar en la mejora de su calidad de vida y salud, incluyendo una mayor participación en el control de ese proceso” (Brasil, 2002:19) y según el articulo de revisión de la REVISTALASALLISTA DE INVESTIGACIÓN - VOL. 2 No. 2*

*“El desarrollo psicosocial de Eric Erikson”. La relación social significativa es la formación de grupo de iguales, por el cual el adolescente busca la sintonía e identificación afectiva, cognitiva y comportamental con aquellos con los cuales puede establecer relaciones autodefinitorias; superar la confusión de roles; establecer relaciones de confianza, estabilidad y fidelidad; consolidar las formas ideológicas o las doctrinas totalitarias y enfrentar la realidad de la industrialización y globalización. Es por ello que en este estadío del ciclo vital, más allá de los deseos de llevar una vida y una alimentación más saludable de la que ofrece el mercado (exosistema), de la que nuestros padres llevan a la mesa o las instituciones educativas presentan como menú (microsistema), estos deseos y creencias a priori pueden constituir un factor de riesgo. El hecho de divergir a dietas estrictamente vegetarianas, muchas veces basadas en creencias irracionales, sean religiosas, culturales, morales o impuestas por la publicidad y el marketing tendencioso( macrosistema), la población bombardeada por toda clase de opiniones infundadas y contradictorias que impide distinguir la realidad de la fantasía, generan mitos sobre la alimentación que son contraproducentes dado que la credulidad en materia de alimentación a la hora de elegir que alimentos, reemplazarlos, sustituirlos o eliminarlos de la dieta, puede generar un déficit nutricional o un exceso de de ellos. Estas creencias o mitos se autoconfirman en las relaciones de confianza, donde el adolescente busca la sintonía e identificación afectiva, cognitiva y comportamental con aquellos con los cuales puede establecer relaciones autodefinitorias que derivan en la adopción de creencias en las virtudes sobrenaturales que, sin razón alguna, se le atribuyen a ciertos alimentos.*

*En una encuesta realizada en 1987 en Estados Unidos, se calculó que casi 1%*

*de los niños menores de 18 años tenía algún tipo de deterioro físico. (Los daños psicológicos y neurológicos se consideraron aparte.) Las más frecuentes eran ortopédicas (0,35%), de las que dos terceras partes afectaban a los miembros inferiores. A continuación se situaban las deficiencias del habla y la audición (0,18% y 0,16%). Las encuestas escandinavas citadas por Lipkin (1991) combinan las discapacidades infantiles con las enfermedades crónicas, por lo que el porcentaje de niños afectados oscila, en general, entre 6% y 12% (según las de finiciones que se utilicen). Gortmaker y Sappenfield (1984) incluyeron en susencuestas las discapacidades psicológicas y neurológicas junto a las físicas que bien pueden tener correlacion con el deficit de cianocobalamina (vitamina B12), por lo que las prevalencias obtenidas fueron mucho más altas. Su lista está encabezada por los trastornos por déficit de atención (15%), seguidos de las discapacidades del aprendizaje (7,5%), las del habla y el lenguaje (7%), el retraso mental (2%) y el asma moderado o grave (1%) [Jenkins, C. David*

*Mejoremos la salud a todas las edades. Un manual para el cambio de comportamiento.*

*Washington]*

*Como mensaje, sin ofender las creencias de la persona, se le sugiere supervisión de un especialista en nutricion, la practica semanal de deportes y actividades físicas y dedicarle tiempo al ocio y a las tareas creativas.*