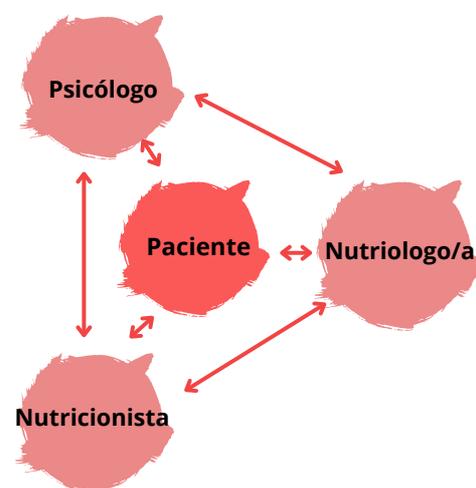


## MANEJO DE TRASTORNOS ALIMENTARIOS Y OBESIDAD: ¿QUIENES ESTÁN INVOLUCRADOS?

Documento producido en el arco de la colaboración entre  
**BNP Paribas Cardif y CHU Rouen-Normandie**  
Para cualquier consulta, contactar: [nutriactis@chu-rouen.fr](mailto:nutriactis@chu-rouen.fr)

Existen **diferentes actores involucrados** en la evaluación y/o manejo de los trastornos alimentarios (TCA) y la obesidad. El objetivo de su manejo es **reducir la severidad de la patología y sus comorbilidades/complicaciones asociadas** hasta la remisión del trastorno.

Idealmente, los TCA y la obesidad son manejados por un equipo **multidisciplinario**. Lo que se espera es combinar e involucrar la especialización de diferentes profesionales para abarcar la mayor cantidad posible de factores involucrados en el cuidado de un paciente. Generalmente este equipo incluye **nutriólogos/as, nutricionistas y psicólogos/as**.



→ ¿Cuál es el rol de los diferentes profesionales de la salud involucrados en el manejo de los TCA y obesidad en Francia e internacionalmente? ¿cómo ocurre este manejo?

### Los actores

Actores	Trayectoria escolar	Rol
<b>Nutriólogo (médico)</b> 	El título de nutriólogo (un médico especializado en nutrición) se obtiene luego de completar los 6 años de medicina, más los años de especialización en nutriología.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Realiza un diagnóstico certero y una evaluación de la gravedad de la condición.</li><li>• Identifica la historia médica y familiar del paciente.</li><li>• Evalúa el estado nutricional y los hábitos alimentarios.</li><li>• Además realiza una evaluación de factores de riesgo, complicaciones y comorbilidades*.</li><li>• Define el tratamiento a seguir y, coordina y dirige al paciente a otros profesionales de la salud (psiquiatra, gastroenterólogo, endocrinólogo, etc.).</li></ul>

\*Enfermedades, trastornos u otras condiciones que acompañan a una enfermedad, trastorno o condición.

<p><b>Nutricionista</b></p> 	<p>Un nutricionista estudia 2 años de formación profesional (Francia)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evalúa el estado nutricional del paciente</li> <li>• Establece una dieta precisa en alimentación y hábitos alimentarios, además de llevar su registro</li> <li>• Ayuda al paciente en la información y conocimiento que requiere de modo de acompañarlo en su desarrollo de obtener hábitos saludables y balanceados de alimentación, de acuerdo a su trastorno, estilo de vida y preferencias alimenticias.</li> <li>• Observa y adapta la dieta del paciente en sus hábitos diarios, utilizando factores tanto cuantitativos como cualitativos.</li> </ul>
<p><b>Psicólogo</b></p> 	<p>Un Psicólogo estudia 5 años de formación profesional</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ayuda en el mejoramiento de las condiciones de salud mental, como ansiedad, estrés, depresión, manejo de emociones y comportamientos asociados.</li> <li>• Ayuda en el manejo y aceptación de la imagen corporal.</li> <li>• Trabaja aspectos asociados a la adherencia terapéutica con un equipo multidisciplinario</li> <li>• Evalúa y ayuda al paciente con pensamientos que podrían resultar disfuncionales para si mismo y el éxito del programa de tratamiento (pensamientos extremos o poco realistas que pueden llevar a interpretaciones poco precisas o irreales de si mismo/a o el entorno), por ejemplo: pensamientos de todo o nada (o blanco y negro), sobre-generalizaciones, minimización de aspectos positivos, atribuciones rígidas y lineales de causalidad, etc.</li> <li>• Ayuda en aspectos relacionados con la conectividad social del paciente y sus redes de apoyo.</li> </ul>

<p><b>Paciente</b></p> 	<p>Es el actor principal de su propio plan de cuidado, sin él/ella nada es posible. Sin su compromiso, el programa de cuidado y salud no puede ser óptimo</p> <p>→ <b>Su tiempo y dedicación son cruciales para la efectividad del tratamiento</b></p>
--	--

Para ser lo más eficaces posibles, el manejo de los TCA y la obesidad debe ser multidisciplinario. Usualmente, la coordinación del equipo es liderada por un nutriólogo especialista en el manejo de estas patologías. Así, se intenta asegurar la vinculación entre los diferentes actores involucrados y los diferentes tratamientos.

## Medicina naturopática y entrenadores deportivos: ¿ejercen un rol en el manejo de los TCA y la obesidad?

La medicina naturopática es **un tratamiento no convencional perteneciente** a la medicina alternativa. Su objetivo en el bienestar general y el tratamiento de trastornos utilizando medios que consideran naturales. Está reconocido por la OMS y es considerado en algunos países como India, como una de las primeras fuentes de tratamiento y cuidado.



En otros países como en Francia, no está reconocido, dado que contrariamente a la medicina tradicional, **no está validado científicamente** y su estudio no lleva a la obtención del un título profesional reconocido por el estado. Por lo tanto, un naturópata no puede diagnosticar ni realizar el manejo profesional de una patología.

El trayecto académico de la **naturopatía** y de los **entrenadores deportivos no incluyen un entrenamiento que los provea de las habilidades necesarias** para el diagnóstico o el manejo de los TCA y la obesidad. Un estudio encontró que el 70% de 50 naturópatas y el 80% de entrenadores deportivos no identificaron correctamente un trastorno alimentario de bulimia.



Más aún, si una persona está en riesgo de desarrollar un TCA o ya posee uno, la guía de un naturópata o un coach deportivo puede llevar al **desarrollo o el mantenimiento de un TCA**. Los consejos de estos interventores usualmente incluyen formas de dieta y comportamientos alimentarios, que generalmente incluyen la **restricción alimentaria y descartar ciertas comidas**, que pueden incrementar la preocupación acerca de la comida en niveles que no son saludables, incrementando así el riesgo de TCA, de obesidad y/o de ortorexia (la obsesión compulsiva por comer sano).

→ **Todas estas restricciones alimentarias pueden incrementar la ansiedad, la cual es un factor de riesgo significativo para el desarrollo de TCA/obesidad/ortorexia**

Un estudio mostró que 50% de las recomendaciones realizadas por 38 entrenadores deportivos en el consumo de macronutrientes (grasa, carbohidratos, proteínas) a través de diferentes plataformas (YouTube, Twitter, web page, etc.) **no eran consistentes con las recomendaciones de alimentación**.

60% de los entrenadores deportivos

consumo de proteínas > recomendado

63% de los entrenadores deportivos

consumo de carbohidratos ≠ recomendado

33% de los coaches

consumo de grasa ≠ recomendado

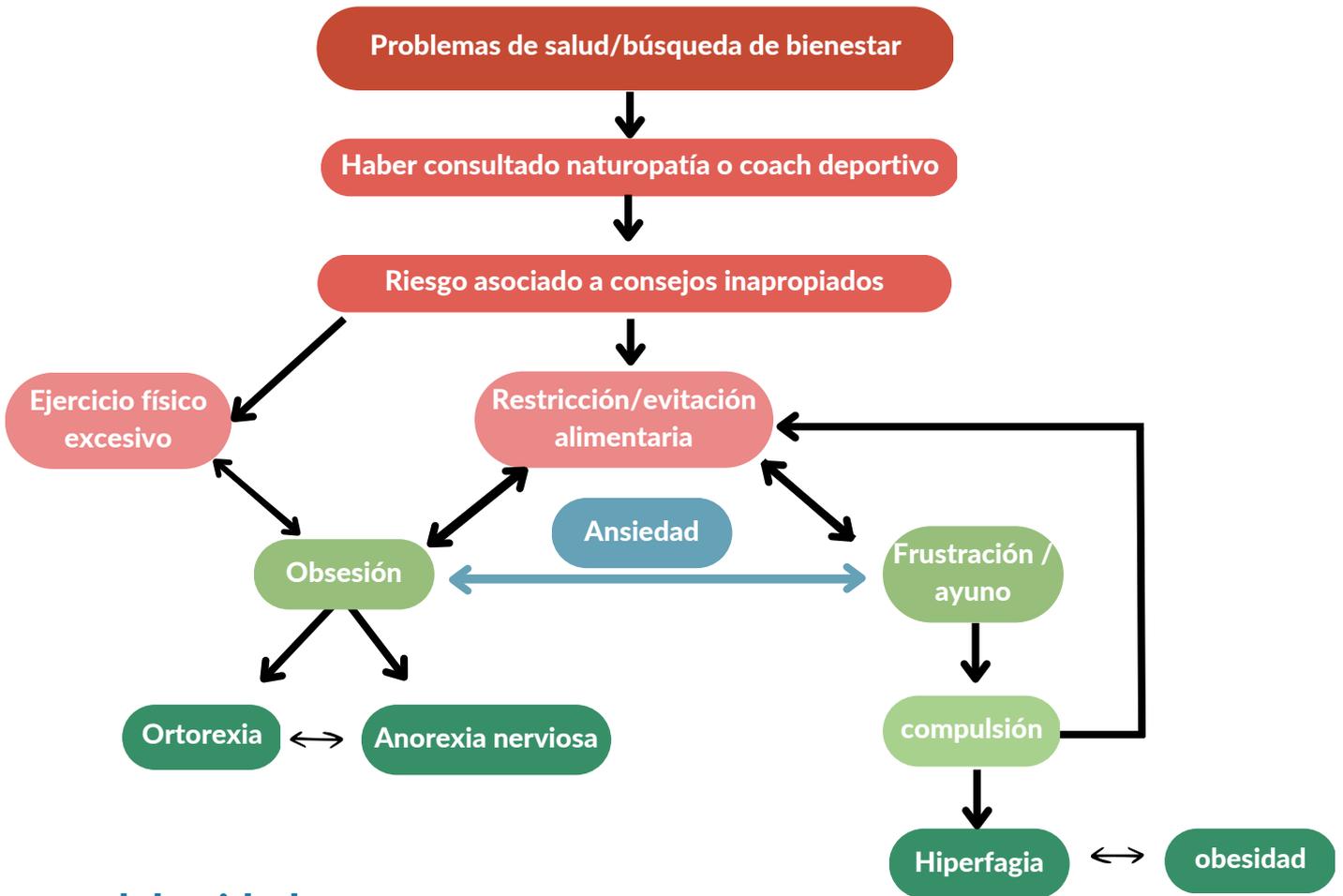
**El Consejo inadecuado** de un entrenador deportivo puede llevar al desarrollo de TCA. De hecho, una actividad física excesiva puede desencadenar el desarrollo de TCA, ya sea en su forma restrictiva, bulímica o compulsiva.



Adicionalmente, muchos entrenadores deportivos recomiendan el uso de **suplementos alimenticios** (vitamina C, hierro, Omega3, etc.) aún cuando la persona no posea registros de alguna deficiencia nutricional o haya incluso sido evaluado acerca de su situación clínica, lo que podría conllevar riesgos para la salud.

Es importante notar que estos estudios fueron conducidos en poblaciones específicas de profesionales, por lo que sus resultados no son extrapolables a todos los profesionales. Existen profesionales naturópatas y entrenadores deportivos que ayudan en la educación de las personas y que cuando ven que se requiere un servicio más especializado, derivan a los profesionales de la salud. Ciertamente, algunos de ellos también cuentan con un entrenamiento adicional complementario sobre TCA.

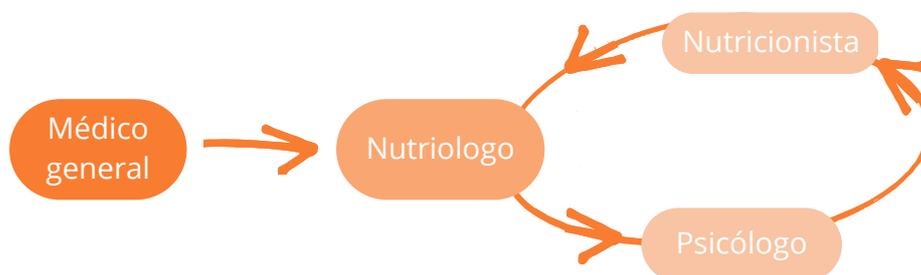
## Riesgo potencial del uso de medicina alternativa



## El curso del cuidado

Cuando un individuo se encuentra con dificultades con su dieta o peso, el **médico general es el primer punto de contacto**. Dependiendo de la situación en términos clínicos, el o la paciente pueden ser evaluados para determinar la presencia de TCA y, de acuerdo a los resultados, referir al paciente a un nutriólogo para la confirmación diagnóstica y la coordinación con el **equipo multidisciplinario**.

Usualmente, el tratamiento es realizado de manera ambulatoria, aunque en casos complejos y severos puede requerirse hospitalización.



## ¿A nivel internacional?

Diferente a lo que ocurre en otros países, en Francia (y Chile) existe un médico especialista en nutrición: el nutriólogo. En muchos países la obesidad y TCA son tratados por médicos especialistas (psiquiatra, endocrinólogo, etc.) y equipos multidisciplinarios que corrientemente incluyen un nutricionista y un psicólogo.

El médico general, también puede estar involucrado en la evaluación y coordinación del equipo y tratamientos.

Quien inicia el tratamiento puede variar entre países, las comorbilidades, sintomatología y severidad.



## Conclusión

El manejo de los TCA y obesidad es multidisciplinario y requiere de la intervención de **diferentes actores**: nutriólogo, nutricionista, psicólogo y, por supuesto, el paciente, quien es el centro del tratamiento. Contrario a lo que ocurre en otros países, en Francia los naturópatas y entrenadores deportivos no poseen las habilidades para un diagnóstico preciso y eficaz de los TCA u obesidad. Un manejo inapropiado puede llevar al desarrollo o mantención de los TCA y la obesidad y la ortorexia.



Si tu estás teniendo dificultades con tu comportamiento alimentario o tu peso, te recomendamos consultar con un médico general, quien podrá orientarte de acuerdo a tu condición particular.

## Referencias

Academie of eating diorders,Treatment options,<https://www.aedweb.org/resources/about-eating-disorders/treatment-options>

ADLF – HAS (service des recommandations professionnelles),Recommandations pour la pratique clinique :La consultation diététique réalisée par un diététicien,janvier 2006,[https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/consultation\\_dietetique\\_recos.pdf](https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/consultation_dietetique_recos.pdf)

C. Laudisio, K. Eck, A. Levine, L. Howard,Sports Nutrition Knowledge and Disordered Eating Attitudes of College Coaches and Athletic Trainers,journal of the Academy of Nutrition and Dietetics,Volume 122, Issue 10,2022,<https://doi.org/10.1016/j.jand.2022.08.111>.

E. Kuru, Y. Safak, İ. Özdemir, R.G. Tulacı, K. Özdel, N.G. Özkula, S. Örsel,Cognitive distortions in patients with social anxiety disorder: Comparison of a clinical group and healthy controls, The European Journal of Psychiatry,Volume 32, Issue 2,2018,Pages 97-104,ISSN 0213-6163,<https://doi.org/10.1016/j.ejpsy.2017.08.004>.

F. Ramponi, L. Schneider, L. Vernay-Lehmann, I. Carrard,Discours nutritionnel des coaches de fitness francophones via les médias,Nutrition Clinique et Métabolisme,Volume 30, Issue 2,2016,Page 119,ISSN 0985-0562,<https://doi.org/10.1016/j.nupar.2016.04.034>.

Hanganu-Bresch C. ,Orthorexia: eating right in the context of healthism, Med Humanit, 2020 Sep;46(3):311-322. doi: 10.1136/medhum-2019-011681. Epub 2019 Jul 29. PMID: 31358564.

HAS,Anorexie mentale : prise en charge, Juin 2010,[https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2013-03/reco2clics\\_-\\_anorexie\\_mentale.pdf](https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2013-03/reco2clics_-_anorexie_mentale.pdf)

HAS,Recommandations de bonne pratique clinique: Boulimie et hyperphagie boulimique:Repérage et éléments généraux de prise en charge,Jun 2019,[https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2019-09/boulimie\\_et\\_hyperphagie\\_boulimique\\_-\\_recommandations.pdf](https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2019-09/boulimie_et_hyperphagie_boulimique_-_recommandations.pdf)

Health direct,Eating disorders,oct 2022,<https://www.healthdirect.gov.au/eating-disorders>

Info santé,Troubles du comportement alimentaire,25 sept 2019,<https://www.infosante.be/guides/troubles-du-comportement-alimentaire-tca>

Mondiale de la Santé, O. (2013). Stratégie de l'OMS pour la médecine traditionnelle pour 2014-2023. Organisation mondiale de la Santé.

NHS,Overview-eating disorders,12 feb 2021,<https://www.nhs.uk/mental-health/feelings-symptoms-behaviours/behaviours/eating-disorders/overview/>

Worsfold, K. A., & Sheffield, J. K. (2018). Eating disorder mental health literacy: What do psychologists, naturopaths, and fitness instructors know?. Eating disorders, 26(3), 229-247. <https://doi.org/10.1080/10640266.2017.1397420>