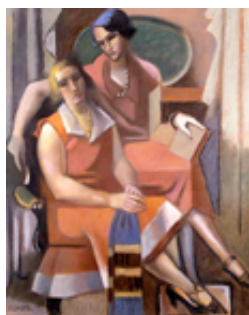




ACOSO DIETÉTICO TRAS NAVIDAD

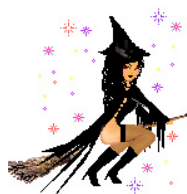


Terminaron casi dos meses (las Navidades comienzan en noviembre con la venta de mantecados, turrónes, comidas de empresa, etc.) de comidas “especiales” en las que se come sin control, y de compras compulsivas a pesar de la actual crisis económica. ¿Y ahora? Además de las rebajas, también para hacer frente a la crisis con mejor humor, nos inundan con anuncios destinados a la pérdida de peso tras los “excesos navideños”. Ahora, las cadenas de comercios dedicadas a la distribución de dietas (sin más), no sólo intentan captar nuevos clientes sino que además insisten en la recuperación de aquéllos que perdieron (¿Por sus buenos resultados?). Vean un correo electrónico con dicho fin: *tenemos su ficha para poder atenderle... te recordamos la importancia de cuidarnos durante todo el año y en especial ahora, después de los excesos de estas Fiestas*, comentario con el que se puede interpretar que en Navidad el cuidado de la salud se puede “dejar a un lado”. *Te ayudaremos a perder los kilos que te sobran y, lo más importante, no volver a recuperarlos*. Se afirma que el destinatario tiene exceso de peso y si este no fuera el caso conseguirán que la persona se plantee si está actuando de forma adecuada en cuanto al cuidado de su salud al no poner remedio (perder unos kilos). Si se trata de un antiguo cliente no debería tener problemas de peso, ¿o no es cierto el dato de *no volver a recuperarlos*? *Llámame aunque sólo sea para pesarte y medirte y ver cómo has evolucionado... No mire la crisis... las consultas son gratuitas... intentaremos que pierdas peso sin un gran desembolso...* Pues bien, puede que las consultas sean gratuitas pero evidentemente no lo son las dietas y productos para llevarlas a cabo. Piensen hasta qué punto el consumismo y la poca responsabilidad sobre nuestra salud nos introducen en un gran circo lleno de promesas, trucos y mentiras. Ya saben, si usted compra este jamón de 18000 euros, le regalamos el coche



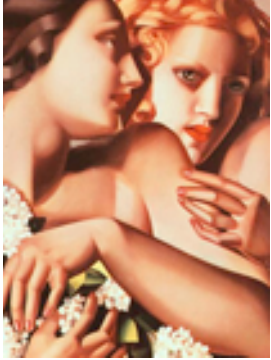
LA SINRAZÓN ALIMENTARIA

El pan, el plátano, el arroz o la carne roja son alimentos “prohibidos” a la hora de hacer una dieta con objeto de adelgazar. Sin embargo, ¿en qué argumentos se basan dichas recomendaciones? Es más fácil descartar y culpabilizar a ciertos alimentos antes que analizar y eliminar aquellas conductas que favorecen el exceso de peso. Las comidas fuera de casa han disminuido por la crisis económica del momento actual, sin embargo la venta de platos preparados en España ha aumentado un 3.6% en 2011 predominando los elaborados cárnicos y la panificación y pastelería industrial. Por otra parte, se observa una reducción en el consumo de frutas y hortalizas en las familias españolas. El Panel del Consumo Alimentario en el Hogar del Ministerio de Medio Ambiente, Medio Rural y Marino (MARM) recogidos por la Federación Española de Asociaciones de Productores Exportadores de Frutas, Hortalizas y Plantas vivas (Fepex) aporta estos datos. El consumo de hortalizas se mantiene con respecto a 2010, mientras que el de patatas ha disminuido un 10.5% y las frutas un 4.5%. No hay más que observar la alimentación que llevamos a cabo en la actualidad, así como los estándares en los que se basa, para comprender que en nuestras pautas dietéticas prima lo irracional. Hay una creciente y urgente necesidad de educación nutricional en todos los sectores de la población.



BARBIE DESTRONADA POR ZOMBIES

Dicen que las hay llenas de cicatrices y cargadas de vello, que más que depilación deben necesitar un soplete. Son las *Monster High*, ocho que dicen van a destronar a las Barbies. Las fabrica Mattel y parece que Ken ya se la está pegando a Barbie con la *Monster* peluda. Decía Pajares que donde hay pelo hay alegría. Eso será, porque las muñequitas han hecho furor en las pasadas fiestas (ventas multiplicadas por ocho, a unos 25 euros la muñequita...). Dice alguna experta que las muñecas reflejan el cambio de las sociedades y que, según cambian los modelos y cánones de belleza, varían los gustos. Así que parece que la cicatriz y la pelambra es lo que nos viene encima. Y medias de rejilla, botas de tacón y microminifaldas (¡ojo con la pelambra!). También dicen los expertos que la niñez cada vez dura menos y que lo que antes llegaba en la preadolescencia ahora llega en la infancia. A este paso, lo próximo puede ser un bebé con un kit de relaciones sexuales (ya saben preservativos, etc.). Así que nuestras nenas quieren muñecas con mechas, ropa ajustada, labios gordísimos, cabezonas y tetudas. Eso sí, con cicatrices y buena pelambra. Decían que Barbie era un mal modelo y que había contribuido al daño sufrido por muchas adolescentes empeñadas en imitar cuerpos imposibles. Si ahora aumenta la venta de cuchillas y se arruinan los centros de depilación, no se extrañen, es cosa de las *Monster*. Ya ven, ahora que estaba de moda la depilación extrema de ellas y ellos, van las *Monster* y nos traen la moda gótica. No sé si la muñeca lleva incorporado el olor a sudor, sería un punto. Ya saben que las hay que hacen pipí, que les viene la regla, etc. Creo que falta el sudor. Cicatrices, pelambra y sudor, de varios días mejor. Y los niños y las niñas lo fliparán. Ya saben, las muñequitas reflejan los cambios en la sociedad. Qué interesante inicio de 2012. ¡Más madera!



**TU IMAGEN ES
MPORTANTE, NO
E OBSESIONES”.**



¡QUÉ TRANQUILIDAD!

Estábamos preocupados por la salud y ejemplo de la tal Victoria Beckham, más conocida como *Spice Pija* o *Mujer de futbolista*. Nos preocupaba su delgadez y, por tanto, su dieta. Creíamos que la cosa no andaba bien, debajo de ropitas y maquillajes, prótesis aparte. Pero leemos unas declaraciones que nos tranquilizan: *No soy de esas personas que no come hidratos de carbono. Como mucho. ¡Sí lo hago!*. Y añade: *Como un montón de pescado al vapor, vegetales, frutas, me encantan las galletas*. Por último: *¿Sabes qué me encanta de verdad?, las pasas, están buenisimas. Te dan mucha energía. También hay otra cosa que adoro: Tostadas con sal*. Para terminar de tranquilizarnos, remata: *Soy una persona muy espiritual, siempre viajo con cristales, tengo muchos, de muchos colores, porque soy supersticiosa, jamás pasaría por debajo de una escalera*. Gracias guapa, ¡nos tranquilizas!



El misterio de las tallas: pasarán más de mil años...

Ya estamos de rebajas, a tope. Se espera una mejoría brutal (de ventas) que sirva para paliar el poco gasto de las pasadas fiestas. Ropa revuelta, colores imposibles, tallas que no quedan, cambiar, descambiar (que hay quien habla de los dos modos), probar, revolver una vez más, un ritual. Y en las rebajas las tallas tampoco van unificadas, como debe ser. Este año pequeñas, el pasado más grandes, el que viene ya veremos. Caos, ventas y compras, consumo al fin. Y las organizaciones de consumidores y usuarios (nombres cada vez más horripilantes) dando la murga (ya se acerca el Carnaval) con lo de todos los años: que si las etiquetas, que si guarde usted el tique, que no le den gato por liebre, etc. Eso en todas las teles y en todos los horarios. Ah! Y no faltan las imágenes de la estampida: búfalos y búfalas que, pavlovianamente, al sonido del pito de apertura salen pitando y no sabemos si babeando. Pero las tallas... pasarán más de mil años... ¡Muchos más!... Ya saben, un bolero.

¡CÓMPRALO YA!

Que a la medicina llegó el consumo, es cosa sabida. Ya hay muchos más clientes y usuarios que pacientes. Así se ha gestado un comercio que, sin reparo, vende productos y servicios. Si se trata de lo que llaman “medicina estética” la cosa es espectacular. ¡Cómpralo!, leíamos hace poco en un anuncio. Y lo que se anunciaba era un *Plan de adelgazamiento de un mes*, con un descuento del 51%. En la cuña publicitaria se hacía referencia a *Ventajas, Condiciones y Localización* (ésta no la daremos para no facilitar la llegada de usuarias). Y decimos usuarias porque entre las *Condiciones* de la oferta se puede leer que *Este tratamiento es sólo para mujeres*. Y la primera de las *Ventajas* no tiene desperdicio: *Primera visita con la doctora del centro, que realiza una historia clínica y dietética y un test de composición corporal (INBODY)*. También esto nos tranquiliza, es verdad que si vas a un centro médico (que así se anuncia) es una gran ventaja que te vea un médico y te hagan una historia clínica. Si encima te descuentan un 51% la cosa es ideal. La cosa parece seria. Vas al médico y te ve el médico (¡y te hace una historia!). Añaden que la dieta se pone según los resultados de dicha historia clínica, lo que también es tranquilizador. Si pusieran primero la dieta y luego hicieran la historia no sería lo mismo. Son impecables. Y no sólo dieta. El tratamiento lleva incluida la *termo-estimulación* (6 sesiones ofrecen), lo que, para los profanos, no sabemos si es que me meten en algún microondas gigante. Eso no queda claro. Y nos encanta que *sólo* sea para mujeres y que indiquen el tiempo que queda para pillar el ofertón. ¡Están en todo!

Plan de adelgazamiento de un mes
Centro médico-estético Anyfer

Oferta	Antes	Descuento
98 €	200 €	51%

TIEMPO RESTANTE 1d 15h 48m 32s

¡Cómpralo YA!

40000 AL AÑO

Esas son, número arriba o abajo, las mujeres que cada año se aumentan el pecho cada año en este país. Y medio millón van con implantes mamarios por nuestras calles. Con lo de la alarma de las prótesis PIP van saliendo cifras y cifras. Hemos leído que alguna médica dedicada a estos menesteres está colocando prótesis a las hijas de aquellas a las que les puso las primeras. *¿Para qué va a sufrir ella lo que sufrí yo?*, le dicen las madres que acuden con sus hijas a cambiar sus mamas. ¡Ánimo, las nietas ya están esperando!. Son las cosas del pecho. Pecho encorsetado, luego plano, después generoso y escotado, con sujetador, con wonderbra, sin sujetador o liberado, para arriba, para abajo, toda una historia. La historia del pecho y de quienes viven alrededor de la teta, y de la teta. Leemos también que un tal Daniel Sesé, director de casting, señala que ahora las actrices se operan más el pecho que antes: *su pecho es parte de su venta como actriz, tienen la foto, el currículum, el videobook y las tetas*, añade. Estamos en la era del comercio de valores (y de todo) y el cuerpo no es una excepción. A los esclavos, dicen que se les miraba la dentadura y la musculación para ver su capacidad de producir. Ahora tetas y culo parecen indicar dicha capacidad. También son esclavas, esclavas de un sistema desvalorizado. Sigue el tal Sesé diciendo que conoce niñas de 15 años que ya se gastan 250 euros al mes en *productos*. *¿Cuántos y qué productos necesita una niña de 15 años?* (mujer corporal, niña cerebral). Ah! Y falta la eterna juventud. Esa es otra. Se anuncian productos para la menopausia con cuerpos de veineañeras. Va a ser que no. Hay cosas que no pueden ser. Pues eso, productos para tomar, productos para poner, cuerpos imposibles, menopausias con cuerpos de muchachitas, me las quito, me las pongo, me las vuelvo a poner. Y la insatisfacción continúa. Hoy en la cara, mañana en el culo, pasado por arriba o por ahí abajo. Tal vez la solución sea otra. Pero eso lleva tiempo, no es inmediato. Y hoy estamos en tiempos de comercio y prisas.



C/Virgen del Monte,
31
41011 Sevilla
España

Teléfono:
954280789

Fax:
954278167

Correo el.:
ijl@tcasevilla.com

Visítenos en:

www.tcasevilla.com



REVISTA *TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA*

Desde 2005, nuestro Centro viene publicando la Revista *Trastornos de la Conducta Alimentaria*, con dos números al año (mayo y noviembre). **Ya tienen disponibles 14 números.**

Les invitamos a visitar nuestra Web, en la que tienen acceso a la Revista, en la siguiente dirección:

http://www.tcasevilla.com/revista_introduccion.aspx

TRASTORNOS DE LA
CONDUCTA ALIMENTARIA



Noticias y Agenda para febrero

- Prosigue la actividad clínica.
- Continúan los trabajos de investigación.
- Seminarios de dietética y nutrición para familiares.

Acerca de nuestra organización...

El Instituto de Ciencias de la Conducta, además del trabajo habitual que lleva a cabo en Psiquiatría y Psicología, desarrolla un programa específico para los Trastornos de la Conducta Alimentaria. Deseamos que esta página sea un lugar de encuentro en el que plasmar la realidad de nuestro quehacer clínico cotidiano. Es nuestro interés invitar a la REFLEXIÓN sobre los múltiples aspectos que confluyen en patologías como la ANOREXIA y la BULIMIA NERVIOSAS tan devastadoras en nuestros días. También la SOBREENGESTA COMPULSIVA y la OBESIDAD reciben atención específica en nuestro programa.

Hemos decidido... que la frase de García Márquez es tan bonita, que será el punto final de nuestro Boletín.

-La ilusión no se come –dijo la mujer
-No se come, pero alimenta –replicó el coronel
El coronel no tiene quien le escriba. Gabriel García Márquez, 1928