

EXP - DGME - 14207 / 2024

SAN MIGUEL DE TUCUMAN,

VISTO el proyecto: **PREVENCIÓN DE LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTICIA (TCA) EN LAS ESCUELAS EXPERIMENTALES DE LA UNT**, elevado a consideración por el Secretario de Asuntos Estudiantiles de esta Casa de Estudios; y

CONSIDERANDO:

Que los trastornos de conducta alimentaria constituyen un problema de salud pública que afecta a la población adolescente, en particular a estudiantes de entre 12 y 18 años;

Que estos trastornos, tales como la anorexia, bulimia, atracones, vigorexia y ortorexia, son enfermedades multifactoriales que requieren un abordaje integral que contemple la promoción de la salud y la prevención primaria y secundaria;

Que la detección temprana y la intervención oportuna son esenciales para evitar la cronificación y mejorar los pronósticos de tratamiento;

Que resulta necesario contar con un diagnóstico de situación que permita implementar acciones preventivas y de promoción de la salud adecuadas a la realidad de las Escuelas Experimentales de la UNT;

Que en el proyecto participan la Secretaría de Asuntos Estudiantiles - ASPE, Secretaría General - UNT Saludable, y el Centro Provincial de Trastornos Alimenticios y la Dirección de Salud Mental del SIPROSA;

Que la Coordinación del proyecto está a cargo de los siguientes profesionales: Od. Gabriela María Blanco (Secretaría de Asuntos Estudiantiles), Dr. Juan Carlos Saab (Secretaría General -UNT Saludable) y Lic. Mabel Alonso (SIPROSA);

Que los objetivos generales del proyecto son:

- 1) Realizar un diagnóstico de situación de los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) en la población estudiantil secundaria de las Escuelas Experimentales de la UNT,

2) Desarrollar acciones de Promoción de la Salud, Prevención Primaria y Secundaria para responder a los diferentes niveles de prevención.

Por ello,

EL RECTOR DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUCUMAN
RESUELVE:

ARTÍCULO 1º.- Aprobar el Proyecto **PREVENCIÓN DE LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTICIA (TCA) EN LAS ESCUELAS EXPERIMENTALES DE LA UNT**, que como Anexo se adjunta a la presente resolución.-

ARTÍCULO 2º.- Declarar de **Interés Universitario** el proyecto mencionado, reconociendo su importancia para la salud y el bienestar de la población estudiantil.-

ARTÍCULO 3º.- Encomendar a las áreas participantes, Secretaría de Asuntos Estudiantiles - ASPE, y Secretaría General - UNT Saludable, la ejecución de las acciones previstas en el proyecto, en forma conjunta con el Centro Provincial de Trastornos Alimenticios y la Dirección de Salud Mental dependientes del SIPROSA.-

ARTÍCULO 4º.- Designar responsables de la Coordinación del Proyecto a la Od. Gabriela María Blanco (SAE), al Dr. Juan Carlos Saab (Secretaría General - UNT Saludable) y a la Lic. Mabel Alonso (SIPROSA).-

ARTÍCULO 5º.- Hágase saber, comuníquese a la Secretaría General y a la Secretaría de Asuntos Estudiantiles, incorpórese al Digesto y archívese.-

Firmado digitalmente Sistema SUDOCU
Ing. Sergio José PAGANI – Rector UNT
Lic. José Hugo SAAB – Secretario General UNT

Resolución N°: RES - DGD - 13978 / 2024



Proyecto de Prevención de los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) en las Escuelas Experimentales de la UNT

Entidades que participan:

- ✓ Secretaria de Asuntos Estudiantiles- UNT (**Bioq. Sergio Benegas**)
- ✓ Secretaria General-UNT Saludable (**Lic. José Hugo Saab**)
- ✓ ASPE (SAE UNT)
- ✓ CEPTA-SIPROSA (Centro Provincial de Trastornos Alimenticios)
- ✓ Dirección de Salud Mental (SIPROSA)

Coordinación:

- ✓ Dra. Gabriela María Blanco (SAE)
- ✓ Dr. Juan Carlos Saab (UNT Saludable)
- ✓ Lic. Mabel Alonso (SIPROSA)

INTRODUCCIÓN

Este proyecto tiene como objetivo realizar un diagnóstico de situación de los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) en la población estudiantil secundaria de las Escuelas Experimentales de la UNT y en base a los resultados obtenidos desarrollar las acciones de Promoción de la Salud, Prevención Primaria y Secundaria necesarias para el abordaje de esta problemática en dicha población. También se realizará la detección temprana de casos y la derivación para su tratamiento.

Este grupo etario de las escuelas secundarias representa la población de mayor prevalencia en esta patología, adolescentes entre los 12 y los 18 años de edad.

Los trastornos de la conducta alimentaria son enfermedades complejas, multifactoriales, que resultan de la interacción de factores psicológicos, genéticos y socioculturales. Esta enfermedad se manifiesta principalmente en alteraciones



persistentes en la propia conducta alimentaria, es decir, alteraciones en la alimentación o en el comportamiento relacionado con la alimentación.

Los tipos de TCA son los siguientes:

- ✓ **Trastornos por atracón de comida:** Es decir, comer sin control. Las personas con trastorno por atracón siguen comiendo incluso después de estar llenas. A menudo, comen hasta que se sienten muy incómodos. En general, después tienen sentimientos de culpa, vergüenza y angustia. Darse atracones de comida con demasiada frecuencia puede causar aumento de peso y obesidad.
- ✓ **Bulimia:** Las personas con bulimia nerviosa también tienen períodos de atracones. Pero luego se purgan provocándose vómitos o usando laxantes. También pueden hacer ejercicio en exceso o pueden ayunar. Las personas con bulimia nerviosa pueden tener poco peso, peso normal o sobrepeso.
- ✓ **Anorexia:** Es un trastorno por evitación/restricción de alimentos. Las personas con anorexia nerviosa evitan los alimentos, restringen severamente los alimentos o comen cantidades muy pequeñas de solo algunos alimentos. Pueden verse a sí mismas con sobrepeso, incluso cuando están peligrosamente delgadas.
- ✓ **Trastorno de conducta alimentaria no especificado (TCANE) como vigorexia:** Estas personas tienen el complejo de Adonis o dismorfia muscular, alteración de la imagen corporal, preocupación excesiva sobre el cuerpo.
- ✓ **Ortorexia:** Es la obsesión patológica e irracional por comer sano y por la calidad de los alimentos.

En la última década los casos de trastornos de la conducta alimentaria aumentaron significativamente, debido al incremento en la preocupación excesiva por los estilos de vida saludable. En conjunto los TCA representan la tercera enfermedad crónica más común entre la población de pacientes adolescentes.

Además, la crisis sanitaria de la pandemia mundial ha afectado de forma negativa en el desarrollo de estos trastornos y los casos y las cifras han empeorado. Existe una relación entre niveles bajos de habilidades sociales y el seguimiento de dietas



restrictivas en adolescentes. De esta manera, vemos que un déficit en las habilidades sociales supone un riesgo para el desarrollo de TCA.

Las causas y las consecuencias de estas enfermedades varían mucho según el tipo de TCA que se esté padeciendo. Los TCA son enfermedades complejas, con etiologías múltiples y donde se encuentran involucrados factores biológicos (como la genética, la pubertad y el cambio del cuerpo y la tendencia a sufrir sobrepeso-obesidad); factores socioculturales (presión social por conseguir el cuerpo perfecto, influencia de los medios, influencias impersonales y aspectos transculturales) y factores psicológicos (baja autoestima, preocupación excesiva por el peso derivada de la presión social, insatisfacción con la imagen corporal).

Al igual que las causas, las consecuencias son muy variables, dependiendo del tipo de TCA que se esté padeciendo. Las más graves se dan en la anorexia, derivadas de ese estado continuado de desnutrición; pueden darse desde complicaciones fisiológicas como amenorrea, irregularidades cardíacas, osteopenia, alteraciones digestivas y alteraciones endocrinometabólicas. Además de estas complicaciones fisiológicas también se dan complicaciones psicológicas como: humor depresivo, irritabilidad, ansiedad, aislamiento social, pérdida de la libido sexual, en los peores casos pueden darse incluso conductas autolesivas y de suicidio.

La educación para la salud tiene como objetivo lograr la modificación en sentido favorable de los conocimientos, actitudes y conductas de salud de los individuos, grupos y colectivos. El objetivo final son los comportamientos. La Prevención Primaria de los TCA se centra en la reducción de los factores que causan o contribuyen al desarrollo del trastorno, y a disminuir su prevalencia. Y la prevención secundaria consiste en la detección precoz y su tratamiento pertinente.

OBJETIVOS

OBJETIVOS GENERALES



- 1) Realizar un diagnóstico de situación de los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) en la población estudiantil secundaria de las Escuelas Experimentales de la UNT.
- 2) En base al diagnóstico de situación desarrollar las acciones de Promoción de la Salud, Prevención Primaria y Secundaria que serían necesarias para responder así en los diferentes niveles de prevención.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

1. Realizar un diagnóstico de situación en la población secundaria entre 12 y 18 años de edad en relación a la problemática de los TCA, a través de una encuesta inicial y anónima a la población objetivo.
2. Según el resultado del diagnóstico de situación obtenido en la encuesta inicial adaptar e individualizar las intervenciones trabajando en los diferentes niveles de prevención 1aria y 2aria
 - ✓ Valorar el conocimiento previo sobre esta problemática de los participantes y adaptar el tenor de las intervenciones a aplicar según el resultado de la encuesta inicial.
 - ✓ Sensibilizar a la población objetivo a cerca de la importancia de una alimentación y estilo de vida saludables y capacitar con información actualizada sobre los TCA basada en evidencia científica.
 - ✓ Realizar detección temprana de casos con TCA para su derivación para tratamiento multidisciplinario (CEPTA- SIPROSA)
 - ✓ Facilitar el desarrollo de un pensamiento crítico sobre los cánones de belleza impuestos por la sociedad, las redes sociales y potenciar herramientas de protección frente a esto.
 - ✓ Trabajar y desarrollar el auto concepto, y la aceptación de la propia imagen corporal.
 - ✓ Conocer las enfermedades principales que forman parte de los trastornos de la conducta alimentaria, sus causas y sus consecuencias.



- ✓ Capacitar a promotores sociales para lograr efecto multiplicador del proyecto (alumnos líderes, centro de estudiantes)

ACTIVIDADES

1. Encuesta inicial y anónima a los alumnos previa a la capacitación, destinada al diagnóstico inicial de situación en relación a la problemática de los TCA.
2. Talleres de sensibilización a alumnos de prevención 1aria y 2ria de los TCA
3. Generar contenidos en Redes institucionales sobre los TCA
4. Producción de material de difusión elaborado por los estudiantes
5. Encuesta post capacitación para medición del impacto de las intervenciones.
6. Realización de informe acerca de los resultados obtenidos de la aplicación del “Proyecto de Prevención de los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) en las Escuelas Experimentales de la UNT” a las autoridades de cada Escuela.

TEMAS A TRATAR EN LAS CAPACITACIONES Y TALLERES

1. Conducta alimentaria saludable
2. Signos de alarma y detección temprana de TCA
3. Abordaje desde una perspectiva interdisciplinaria
4. 1ros auxilios ante la detección de TCA
5. Acompañamiento familiar y social de los TCA
6. Redes sociales e imagen corporal con perspectiva de genero
7. Autoconcepto e imagen corporal

EVALUACION

La Evaluación del proyecto se realizará al finalizar su aplicación en cada escuela, midiendo su impacto a través de las encuetas pre y post intervención y comparando cada campaña en lo sucesivo a través de los años.