

Trastornos alimenticios en adolescentes

Camilo Ramírez Garza

La adolescencia es una etapa de la vida caracterizada por cambios en varias dimensiones: a nivel biológico, debido a la maduración inherente de la pubertad, se transforma el cuerpo infantil, desarrollándose los caracteres sexuales primarios y secundarios, entre otros; a nivel familiar y social, los intereses y aficiones se modifican, produciéndose un distanciamiento con las respectivas variantes de cada sujeto, contexto familiar y sociocultural- del círculo familiar, predominando ahora las relaciones con los grupo de iguales.

Aparece la necesidad de dar un sentido diferente a la existencia, ante la nueva realidad experimentada, así como una mayor conciencia sobre la vida social, política y laboral; la frustración y el idealismo por el cambio, pueden tomar un rol predominante.

Uno de los intereses de los adolescentes -se reconozca o no de manera consciente- es encontrar una forma de existir con cierta distancia del ámbito familiar, para lo cual intentarán nuevas formas de pensar, estilos diferentes de vestir, de divertirse, todas ellas un poco más lejanas a lo infantil asociado con el ámbito familiar; intentando autenticarse, ser adultos sin todavía serlo del



todo.

Habrán padres que permitan dichas transformaciones, con ciertas libertades y reservan, así como quienes verán en la adolescencia una etapa más a colonizar en todos sus aspectos, dictándole al hijo/a lo que hará, pensará, vestirá, decidirá. Por supuesto tal extremo, impediría la exploración de las opciones que los adolescentes van considerando.

Las respuestas y posiciones de padres y/o tutores, más efectivas, tendrán que incluir necesariamente una estructura que permita, y en mucho caso tolere a distancia, las rarezas -para los adultos- de lo que sus hijos adolescentes hacen o no hacen, a fin de poder, en otro momento, dialogar al respecto sobre lo que sucede.

A pesar de que el hijo o hija adolescente, parezca que no escucha o no entiende lo que sus padres le digan, éstos pueden y deben hablar con ellos sobre el sentido de lo que está sucediendo, las implicaciones, los efectos, la responsabilidad de los actos, la audacia

y sentido crítico que deben desarrollar ante las múltiples experiencias de la nueva etapa, tales como noviazgo, sexo, cuidado ante situaciones de crimen y ciber-crimen, organización del tiempo y aprovechamiento de los recursos dispuestos, entre otros.

Sin que impere una atmósfera de miedo y persecución, sino de apertura y enseñanza, a fin de que los adolescentes sientan la confianza de ser escuchados ante sus preocupaciones e inquietudes.

Una de las inquietudes más comunes de los adolescentes suele ser la imagen del cuerpo, ya que ante las transformaciones del cuerpo infantil y los nuevos intereses sobre el amor, el noviazgo y el sexo, les llevan a intentar ser reconocidos y valorados por su grupo de amigos/as, sea mediante la ropa y demás accesorios, como por el haber desarrollado una determinada estética física, mucha veces en contra de nociones básicas de salud, para poder "ser alguien importante".

Dicha vorágine y preocupación por el culto a la imagen del cuerpo se presenta en diversas personas y grupos sociales, de manera específica, en la etapa adulta, por ejemplo, hay quienes sufren desesperadamente por impedir lo inevitable del paso del tiempo en su cuerpo, sometiéndose a cirugía tras cirugía y demás procedimientos plásti-



cos, al punto de la desfiguración, por sostener la idea que solo la juventud es belleza y una específica y valorada en cierto parámetro por la cultura imperante.

Pero a diferencia de la infancia, donde la estabilización de la vida al momento de nacer, la maduración, el aprendizaje y el juego, jugarán un rol predominante y la etapa adulta, en donde se pueden considerar otros aspectos en términos de la realización personal, los adolescentes son más vulnerables, por la susceptibilidad de su momento crítico de cambio, de volverse esclavos del consumo de determi-

nada lógica de consumo, sea una marca, forma de ropa, estilo de vida, pues es como si el mismo mercado se ofreciera ante ellos como "Esas enseñanzas" con las cuales deshacerse un poco o un mucho, de los padres, emanciparse de ellos, entre comillas, pues dicha emancipación, que el mercado les ofrece, en cierta forma a los adolescentes, es a condición de someterse a sus nuevas reglas, donde se incluye el culto por la imagen, con la ilusión de que tener algo es la vía para conseguirse un ser.

Dialéctica que más que producir un ser genuino para desarrollarse, vacía al sujeto, pues consume a quien consume, ya que si la existencia se basa en consumir un tal o cual producto o imagen sin mediar crítica alguna, se permutan objeto y sujeto, pasando de la ilusión de comprar y poseer el producto a ser yo mismo el producto de consumo, sujeto a ser desechable.

En el caso de los mal llamados trastornos alimenticios, por ejemplo, no es la comida el problema, sino el contexto sociocultural que ha puesto al sujeto en relación con la comida de una forma particular, quien finalmente se desecha/revela ante la comida, como efecto de la misma, en un intento de revertir ese engañoso slogan postmoderno de "Eres lo que comes". Pues ni se es lo que se come, ni tampoco la forma del cuerpo dicta tal o cual valor o importancia de las personas puestas en relación.

www.camilaramirez.com.mx



Tener muchos problemas ya es tener un problema

Xavier Guix

U Cuando los contratiempos parecen acumularse entramos en el terreno de lo inevitable. Para intentar resolverlos hay que buscar la raíz de los mismos

Mi amiga Angelina es una experta en contratiempos. No porque sepa cómo solucionarlos, sino porque siempre anda enfrascada en sus cuantos.

Con ella la conversación suele empezar con la pregunta: "¿En qué líos andas metida?". Entonces empieza a contarlos, los enumera y los jerarquiza.

Mientras la noto ansiosa ante tanta problemática, no puedo evitar mi mirada de observador y apreciar, también por costumbre, que allá donde ella ve fuegos, agujeros negros, enemigos y aludes que la arrastrarán al fondo del abismo, yo solo veo un problema. Y siempre es el mismo.

Un día, aprovechando una pausa en su relato mientras absorbía un café doble -que lo único que hacía era ponerla aún más nerviosa-, le conté que lo que le pasaba en realidad no era que tuviera muchos frentes abiertos, sino que siempre era el mismo que se reproducía en todos los ambientes de su vida.

La cara que puso era de tal incredulidad que me quedé con la duda de si no entendía nada o, de repente, lo había entendido todo. Hay días en los que parece que todos los elementos se han conjurado para amargar la existencia a cualquiera.

Entonces se intentan superar los agravios con los recursos aprendidos, pero el resultado, al final, varía poco.

¿Qué está ocurriendo? Resulta curioso que el ser humano no se dé cuenta de que, aunque cambien las

personas y los contextos, suele existir un problema de fondo que hay que resolver. Angelina suele cansarse de todo.

En todos los aspectos en los que ella ve mala suerte, negocios fallidos y gente que no la entiende, yo solo veo cansancio.

La manera en que una persona solucione sus conflictos puede determinar su carácter.

La cualidad de saber reaccionar frente a las adversidades es una de las particularidades que pueden forjar una personalidad.

Para desatascar una situación complicada hay que llevar a cabo una serie de acciones puntuales que no valen para resolver otra dificultad de diferente índole.

Es decir, no se deben repetir los patrones de conducta porque cada problema requiere una determinada resolución.

Es importante entender este punto y luchar contra la fuerza del hábito, que siempre te empuja a actuar de la misma forma.

Lo complicado es que no siempre es fácil identificar nuestra propia conducta. Creemos ir por la derecha, pero cuando advertimos nuestros pasos resulta que andamos hacia la izquierda.

Es más, muchas veces somos capaces de cambiar de ruta en décimas de segundo. Damos un golpe de volante y no sabemos bien por qué. ¿Una corazonada? ¿Un impulso irrefrenable?

No todo son agravios. Muchas veces el motivo de tanta angustia es la insatisfacción

El remedio a tales entuertos se encuentra, como tantas otras cosas, en ese mecanismo invisible que se llama inconsciente.

Entonces los hábitos se han mecanizado hasta tal extremo que se ha perdido la referencia de su proceso. Conducimos, por ejemplo, sin pensar que conducimos.

Sorteo Mayor 3573 with prize of \$18,000,000.00. Includes a grid of numbers and winning combinations, and a small image of a woman.