

25/11/2020

## Efectos del confinamiento por la COVID-19 en trastornos de la alimentación



El escenario surgido por la Covid-19 ha interferido en la vida de la mayor parte de la población y ha afectado especialmente a las personas con patologías mentales previas. Un grupo de investigadores ha centrado sus estudios en los factores relacionados con una peor adaptación a la pandemia en pacientes con Trastornos de Conducta Alimentaria (TCA), para conocer las variables que interfieren en el proceso de su mejora en situaciones de aislamiento como la de estos meses. Los resultados obtenidos contribuirán a mejorar los actuales programas preventivos y terapéuticos.

La alerta sanitaria originada por el coronavirus SARS-CoV-2 (COVID-19) ha generado enormes alteraciones en todo el mundo desde que fue declarada pandemia por la Organización Mundial de la Salud, a finales de Enero de 2020. Además de interferir en las rutinas de prácticamente la totalidad de la población general, la COVID-19 ha ocasionado en pacientes con patologías mentales previas aumentos en los niveles de ansiedad, depresión, impulsividad, desregulación emocional, agravamiento de su estado funcional e incluso ideación suicida. Los pacientes con trastornos de conducta alimentaria (TCA) son un grupo especialmente vulnerable a los impactos de la COVID-19, debido a las particulares dificultades que les supone adaptarse a los aspectos sobrevenidos por el confinamiento obligatorio (como el estrés derivado de las inquietudes relacionadas con la enfermedad y el acceso a los programas terapéuticos). Este escenario ha suscitado un gran interés en el estudio de los factores relacionados con una peor adaptación a la pandemia del coronavirus.

en pacientes con TCA, con el objeto de elaborar protocolos de actuación que en posibles futuras oleadas resulten más eficaces.

Un proyecto multicentro de colaboración internacional liderado clínicamente por el Dr. Fernando Fernández-Aranda (Coordinador de la Unidad de TCA del Hospital Universitario de Bellvitge, Barcelona), bajo la dirección metodológica de la Dra. Roser Granero Pérez (Departamento de Psicobiología y Metodología de la UAB) y con el apoyo de un amplio grupo de expertos internacionales en TCA, han publicado diferentes estudios abordando los siguientes objetivos: a) elaborar una escala psicométrica para medir las estrategias de regulación frente a la pandemia y los impactos del confinamiento por la COVID-19 (este instrumento ya ha sido traducido a 18 idiomas); b) estimar el impacto del confinamiento en pacientes con TCA; c) identificar factores que han influido sobre la evolución del trastorno alimentario durante el aislamiento; y d) diseñar una guía de actuación en pacientes con TCA, sus familiares y terapeutas, con recomendaciones y pautas de actuación en situaciones de aislamiento/confinamiento (traducido también a 21 idiomas).

Los resultados globales mostraron que la respuesta al tratamiento durante el confinamiento dependió del subtipo de diagnóstico: los pacientes con anorexia nerviosa y con trastorno por atracón mostraron la mejor respuesta terapéutica (leve mejoría), en tanto que los pacientes con bulimia nerviosa apenas evidenciaron cambios (mantenimiento), y los pacientes con trastorno subclínico o no especificado incrementaron la severidad de la sintomatología alimentaria. El agravamiento en el estado funcional de los pacientes también se asoció con puntuaciones más bajas en autodirección, que es un rasgo de personalidad relacionado con la capacidad de los individuos para controlar, regular y adaptar sus comportamientos a las demandas de la situación (niveles bajos en esta dimensión se observan en personas con dificultad para elaborar estrategias de afrontamiento adaptativas). Finalmente, los pacientes con anorexia mostraron la peor aceptación a la intervención vía telemática (en comparación al tratamiento presencial previo que recibían).

Conocer las variables que influyen interfiriendo el proceso de mejora de los pacientes en situaciones de aislamiento como la originada por la COVID-19 es fundamental en el ámbito sanitario. Los resultados de estos estudios contribuyen a la mejora de los actuales programas preventivos y terapéuticos. El desarrollo de protocolos debe realizarse procurando la máxima personalización, incorporando en cada caso los factores de vulnerabilidad al confinamiento y a las situaciones de estrés añadido que suponen estos aislamientos.

### **Roser Granero Pérez**

Departamento de Psicobiología y de Metodología de las Ciencias de la Salud.

Área de Metodología de las Ciencias del Comportamiento.

Universitat Autònoma de Barcelona.

[roser.granero@uab.cat](mailto:roser.granero@uab.cat)

### **Referencias**

Baenas I, Caravaca-Sanz E, Granero R, Sánchez I, Riesco N, Testa G, et al. (2020). **COVID-19 and eating disorders during confinement: Analysis of factors associated with resilience and aggravation of symptoms.** *European Eating Disorders Review*. doi: [10.1002/erv.2771](https://doi.org/10.1002/erv.2771).

Fernandez-Aranda F, Casas M, Claes L, Clark Bryan D, Favaro A, Granero R, et al. (2020). **COVID-19 and implications for eating disorders.** *European Eating Disorders Review*. doi:

[10.1002/erv.2738](https://doi.org/10.1002/erv.2738).

Fernández-Aranda F, Munguía L, Mestre-Bach G, Steward T, Etxandi M, Baenas I, Granero R, et al. (2020). **COVID Isolation Eating Scale (CIES): Analysis of the impact of confinement in eating disorders and obesity, A collaborative international study.** *European Eating Disorders Review*, doi: [10.1002/erv.2784](https://doi.org/10.1002/erv.2784).

[View low-bandwidth version](#)