

.salud

21%

de las escolares y liceístas de Caracas tiene preocupación exagerada por el peso y la figura, según una encuesta realizada en la capital en 2005

Enfermarse de princesa

Obsesión por la delgadez.

Las jóvenes bulímicas y anoréxicas tienen sitios en Internet para aunar lo que ellas llaman su "estilo de vida": dejar de comer. Las consecuencias para su salud pueden ser graves



MIREYA TABUAS

mtabuas@el-nacional.com

1.- Si no estás delgada no eres atractiva.

2.- Compra la ropa adecuada, córtate el pelo, toma laxantes, muérete de hambre... Lo que sea para estar más delgada.

3.- No comerás sin sentirte culpable.

4.- No comerás comida que engorde sin castigarte después.

5.- Nunca se está lo suficientemente delgada.

Son cinco de sus diez mandamientos y los repiten en decenas de blogs y páginas web. Se llaman a sí mismas "princesas" y han encontrado en Internet el espacio ideal para promover dos trastornos de la conducta alimentaria que la mayoría de ellas vive en soledad y que oculta de sus seres más cercanos: la anorexia y la bulimia.

Roxana Vargas, la estudiante de Comunicación Social asesinada el 12 de julio, vivió esta condición. Su blog <http://princesasanas.blogspot.com> fue difundido por los medios porque a través de él se hizo pública la versión de su supuesta relación amorosa con el psiquiatra Edmundo Chirinos. Pero, además, el sitio virtual revela la angustia de una joven con su problema de peso y su participación en un "movimiento" que es mundial y que se difunde desde la red.

"Todo lo que me alimenta me destruye" es el lema del espacio que creó Roxana, en el que se muestran imágenes de modelos casi esqueléticos e información tan peligrosa como consejos para vomitar o preparados para limpiar el estómago.

"La comida es como el arte: existe sólo para mirarla", señala el blog de Goldessprincess, una joven venezolana. "Cada kilo que pierdo es un sueño logrado" es el eslogan de Princessitalucy, una mexicana. "Mejor muerta que gorda", expresa otra bloguera llamada Princessita. Estas páginas comenzaron a surgir como zonas libres de censura escritas por adolescentes anoréxicas y bulímicas con el fin de darse fuerzas, aconsejarse, auparse en la tarea que las une: ser cada día más flacas, aun a pesar de su propia salud.

Sostienen que no se trata de una enfermedad sino de un estilo de vida, y aseguran que la sociedad no las entiende. "Me metí a la web para buscar cosas sobre la anorexia y encontré

blogs de princesas con las que yo me identificaba... Entonces, pensé que no era tan loco ser princesa", revela Chiqui, una colombiana de 15 años de edad contactada a través de un chat.

Difunden, sin ningún temor, métodos para bajar peso aun cuando pueden atentar contra sus vidas. "Cuando ya no puedes vomitar más, cuando estás reventada y ni siquiera puedes abrir la mandíbula para hablar, entonces te tomas 5 o 6 laxantes y lo expulsas todo", relata una cibernauta anónima. Colocan tablas del peso ideal para cada talla, muy por debajo de los parámetros de salud establecidos. Por ejemplo, una mujer de 1,70 metros de altura debe pesar -según ellas- 44 kilos. Se dan consejos para engañar a los padres: "Si las van a obligar a comer y en verdad no quieren, dígan: 'Oh, pobres animales'. Y mejor si es con lágrimas en los ojos", recomienda Princessfashion. Tienen sus oraciones y su credo.

Algunas se cortan en partes de su cuerpo para "despistar" el dolor emocional produciéndose uno físico. Para muchas, su "diosa" es la argentina Cielo Latini, una joven de 21 años de edad que escribió un exitoso libro sobre la anorexia llamado *Abzurdah*. Otras la odian, porque ahora ella hace campañas en contra de la enfermedad. Muchas cuentan que se han enamorado o han tenido relaciones con hombres mayores que ellas.

Las participantes de estas páginas les colocan nombres propios a los dos trastornos alimentarios: Ana es la anorexia y Mía es la bulimia. "Hoy decidí que no voy a esconder más a Ana, ella es mi amiga", escribió Roxana en una entrada de su blog. "Me dedicaré solamente a Ana, ella es la única que me cuida", relata Princessmore. Sienten que su condición es un código de honor. "Yo hice un juramento de quedarme con Mía hasta mi muerte", asegura Leslie-Pink. No buscan reclutar adeptas, sino reforzar la conducta de quienes ya se sienten parte de esa monarquía.

Tienen momentos de euforia, pero decaen. Chiqui logró bajar 11 kilos (pesa 49 kilos y mide 1,70) y sigue decepcionada: "Yo

cada día me siento más infeliz, más fea, más gorda; me veo al espejo y veo la grasa, la siento y lloro".

En algunas páginas promueven las llamadas "carreras de kilos" o "carreras de princesas". Las participantes colocan una foto, sus medidas y peso, y una meta. La idea es bajar lo máximo posible hasta lograr el peso ideal en 15 días. "Tenemos que motivarnos unas a otras para poder vencer a ese demonio: la comida. Recuerden que los hambrientos son los niños africanos, nosotros no", escribe una joven con el seudónimo Luk.

Aunque la proporción de "princesas" de sexo femenino es de diez por cada hombre, también los cultores de Ana y Mía de sexo masculino -los "príncipes"- comienzan a hacer su aparición en la web.

Y hay quien se aprovecha del problema. En muchos foros y páginas aparecen vendedores de pastillas, brebajes, jarabes "milagrosos" que "ayudan" a rebajar, pero son productos sin ningún control sanitario.

Es un trastorno. En el mundo, entre 2% y 4% de la población femenina es anoréxica y entre 3% y 4% es bulímica, informa el médico psiquiatra Ernesto Rodríguez, coordinador de la Unidad de Trastornos de la Conducta Alimentaria del grupo Humana. Destaca que es importante la prevención en el país, pues una encuesta efectuada entre escolares y liceístas de Caracas, en 2005, reveló que 21% tenía preocupación exagerada por el peso y la figura. "No quiere decir que todos tengan la enfermedad, pero indica que hay un riesgo".

Rodríguez expresa que tanto la anorexia como la bulimia son trastornos psiquiátricos basados en creencias muy distorsionadas de la imagen. "Las pacientes se atrapan en pensamientos negativos, están muy por debajo del peso adecuado para que el organismo funcione. Los efectos en la salud se manifiestan al principio con desmayos o convulsiones. No es algo nuevo, hay relatos de princesas y reinas con este trastorno, la primera descripción clínica es de 1694". Considera que

el primer paso para ayudar a estas jóvenes es la conciencia de enfermedad. "Muchas veces la familia cree que es un capricho y no hace nada". Y no es un juego: estas pacientes pueden fallecer por desnutrición o complicaciones cardiovasculares. Además, muchas tienen conductas suicidas.

La psicoanalista Ruth Hernández piensa que el concepto de anorexia ha sido reducido a un trastorno de la alimentación, cuando es más que eso. "Múltiples causas convergen para que las adolescentes dejen de comer, sin que la culpa la tenga la moda. Además, si de algo parecen carecer estas pacientes es de ideales estéticos". De hecho, muchas de ellas no se ponen traje de baño y usan varias camisas sobrepuestas o ropa holgada para disimular su bajo peso ante sus padres.

Hernández añade otro significado: "Comer no es sólo una necesidad fisiológica; tiene un valor simbólico: psíquico, familiar, social y cultural. Para el psicoanálisis, la anorexia no constituye una patología en sí misma, sino que es un síntoma que revela un conflicto". Asegura que las pacientes se quejan de ser permanentemente vigiladas. Sus familias las obligan a comer y no les quitan la vista de encima. "No se hace nada con forzarlas si no se aborda lo que está causando el problema".

Destaca Hernández que las páginas web, integradas esencialmente por adolescentes, les sirven como forma de identificación con sus semejantes. Para Rodríguez son peligrosas pues aúpan la patología de forma grupal.

Existe una campaña contra estas páginas promotoras de la anorexia y la bulimia (<http://www.teoriza.com/posiciona-contra-la-anorexia/>). La idea es que cuando las jóvenes entren en los buscadores de Internet para hallar información, no encuentren los sitios que fomentan estas enfermedades. Sin embargo, las "princesas" reaccionan violentamente contra los espacios que buscan -mediante engaño- ayudarlas a salir de la anorexia. "Creo que las campañas de terror nunca han sido efectivas. Más que hablarle a las anoréxicas, tenemos que escucharlas", indica Hernández. Y en el mundo virtual las "princesas" están hablando: desnudan el reinado que sufren.

"Yo cada día me siento más infeliz, más fea, más gorda; me veo al espejo y veo la grasa, la siento y lloro"

Chiqui, 15 años de edad