

La prevenció dels trastorns del comportament alimentari (TCA) a través dels mitjans de comunicació: Un especial èmfasi en el mitjà televisiu

Josep Maria López Madrid

ADVERTIMENT. La consulta d'aquesta tesi queda condicionada a l'acceptació de les següents condicions d'ús: La difusió d'aquesta tesi per mitjà del servei TDX (www.tdx.cat) ha estat autoritzada pels titulars dels drets de propietat intel·lectual únicament per a usos privats emmarcats en activitats d'investigació i docència. No s'autoritza la seva reproducció amb finalitats de lucre ni la seva difusió i posada a disposició des d'un lloc aliè al servei TDX. No s'autoritza la presentació del seu contingut en una finestra o marc aliè a TDX (framing). Aquesta reserva de drets afecta tant al resum de presentació de la tesi com als seus continguts. En la utilització o cita de parts de la tesi és obligat indicar el nom de la persona autora.

ADVERTENCIA. La consulta de esta tesis queda condicionada a la aceptación de las siguientes condiciones de uso: La difusión de esta tesis por medio del servicio TDR (www.tdx.cat) ha sido autorizada por los titulares de los derechos de propiedad intelectual únicamente para usos privados enmarcados en actividades de investigación y docencia. No se autoriza su reproducción con finalidades de lucro ni su difusión y puesta a disposición desde un sitio ajeno al servicio TDR. No se autoriza la presentación de su contenido en una ventana o marco ajeno a TDR (framing). Esta reserva de derechos afecta tanto al resumen de presentación de la tesis como a sus contenidos. En la utilización o cita de partes de la tesis es obligado indicar el nombre de la persona autora.

WARNING. On having consulted this thesis you're accepting the following use conditions: Spreading this thesis by the TDX (www.tdx.cat) service has been authorized by the titular of the intellectual property rights only for private uses placed in investigation and teaching activities. Reproduction with lucrative aims is not authorized neither its spreading and availability from a site foreign to the TDX service. Introducing its content in a window or frame foreign to the TDX service is not authorized (framing). This rights affect to the presentation summary of the thesis as well as to its contents. In the using or citation of parts of the thesis it's obliged to indicate the name of the author.

FACULTAT DE PEDAGOGIA
DEPARTAMENT DE TEORIA I HISTÒRIA DE L'EDUCACIÓ

**LA PREVENCIÓ DELS TRASTORNS DEL
COMPORTAMENT ALIMENTARI (TCA) A TRAVÉS DELS
MITJANS DE COMUNICACIÓ: UN ESPECIAL ÈMFASI
EN EL MITJÀ TELEVISIU**

Tesi doctoral presentada per
JOSEP MARIA LÓPEZ MADRID

Tesi dirigida per

Dra. MARIA ROSA BUXARRAIS ESTRADA

Programa de Doctorat Educació i Democràcia
Bienni 2003-05

Per optar al títol de
Doctor per la Universitat de Barcelona

Barcelona, febrer de 2010

AGRAÏMENTS

Sempre que es presenta un treball de grans dimensions, l'elaboració del qual comporta una perllongada actuació en el temps i una gran dosi d'esforç, s'ha de comptar amb múltiples suports que garanteixin el seu èxit, entès com arribada a la meta desitjada amb qualitat suficient. Evidentment, les col·laboracions no es circumscriuen al període en el qual s'ha dut a terme la present tesi. Entenc que van més enllà en el temps i gaudeixen dels suports rebuts al llarg de la meva trajectòria professional, però val la pena destacar-ne uns quants:

A la Neus, companya de peripècies vitals i professionals, pel seu alè constant, així com per les seves orientacions.

A les persones del món de l'educació que m'han animat i ajudat en aquest camí, especialment a l'Àlícia, Marga, M^aÀngels, Carme, M^aCruz, Susana, Eli, Juani, Carmen, Joana, Evita, Sònia i Montse.

Als companys i companyes del Col·legi de Pedagogs.

Al Jordi pel seu *coaching* i al Paco pel *teaching*.

Al Pere i la lol per les passions compartides.

Als companys i companyes dels cursos de doctorat amb els quals vam passar bones estones intercanviant idees, vivències i coneixements. Principalment a la Laura, Dani, Joan, Ester i Richard.

Al professorat dels cursos de doctorat que ens han obert noves vies de pensament.

A Maria Rosa Buxarrais, la meva directora de tesi que m'ha permès navegar amb plena llibertat per les aigües que conformen aquesta tesi doctoral.

A l'Enriqueta i en Víctor gràcies als quals el camí ha estat més planer.

Al meu germà, Pedro.

Al meu pare i la meua mare, Pedro i Rosario, que m'han ofert tot el seu recolzament per poder dedicar-me a la recerca.

I com no, a les nombroses persones que m'han animat per continuar i acabar aquesta recerca. Ja que, l'ajut i el suport sempre són necessaris, però de vegades quan es fa la tesi i, al mateix temps, es treballa en diferents projectes, algun dels quals limita molt la capacitat horària, els suports esdevenen més que imprescindibles.

PRESENTACIÓ

Els mitjans de comunicació són sovint vistos i considerats com el bou expiatori de bona part dels mals de la nostra societat. Han esdevingut el dimoni perfecte al qual recórrer per justificar el que no ens agrada o determinats fets reprovables. Dins l'entramat que conformen els denominats mitjans de comunicació, trobem com a element estel·lar la televisió, a la qual molt gràficament se l'ha anomenat, i encara avui hom la coneix, com la "caixa tonta"¹.

Altres veus, en canvi, entre les quals m'hi situo, si més no en els darrers temps, arriben a anomenar-la la "caixa sàvia" i li reconeixen més mèrits que defectes, en el benentès que com a mitjà de comunicació global juga el paper que les persones vulguem donar-li.

Vinguem del posicionament que vinguem, és difícil no admetre el gran atractiu que presenta el mitjà televisiu, un mitjà global que a través d'imatges i so és capaç d'emocionar-nos, fer-nos enrabiatar, ensenyar-nos coses, fer-nos venir basques, etc. Podríem continuar amb una enumeració més llarga del que la televisió suscita en els telespectadors i telespectadores, però no ens podem enganyar i pretendre mostrar que ens deixa impassibles.

El nostre estudi ha pretès aprofundir en els beneficis que la televisió pot aportar, ja que contínuament ens està influint, de cara a prevenir problemàtiques de salut com els Trastorns del Comportament Alimentari (TCA) i les seves variants subclíniques que compliquen la vida a moltes persones.

Així doncs, l'interès de la present tesi nasqué: per una banda, per l'interès en el mitjà televisiu, amb totes les seves potencialitats i perversions; i, per una altra, per l'interès que ja fa uns anys em susciten els TCA. Aquests trastorns, resulten tràgicament interessants perquè presenten una estreta relació amb la

¹ Encara no és estrany escoltar a persones que afirmen veure la televisió molt menys del que la veuen en una mena de *posició* social sobre el que és políticament correcte, com si fos quelcom dolent admetre que t'agrada veure-la. També s'escuden en la típica frase "no fan res que valgui la pena".

cultura del nostre moment històric i amb la transmissió de valors i coneixements que es produeixen a la nostra societat. Podríem concloure que és un tema cruel i apassionant alhora. En aquest darrer aspecte, per la multitud de disciplines del coneixement que ens ajuden a entendre'ls, atès que ens permeten comprendre el nostre món. Aquí rau bona part del seu atractiu, però també de la seva complexitat, ja que el seu estudi ens condueix a endinsar-nos en altres disciplines com l'antropologia, història, psicologia, sociologia, medicina, periodisme, política o el màrqueting.

Tanmateix, ens endinsem també en un món tràgic, en què milions de persones de tot el món pateixen les conseqüències, que poden arribar a ser devastadores, o com a mínim és compliquen l'existència, que ja és de per si prou enrevessada.

El nostre estudi, com no podia ser d'una altra manera, està fet des del convenciment que des de la Pedagogia, podem contribuir abastament a prevenir les patologies de salut mental com els TCA, fita per la qual també hi col·laboro al Grup de Treball de Salut, Terapèutica i Qualitat de Vida, del Col·legi de Pedagogs de Catalunya.

La lectura de textos "companys", el coneixement de les bases psicoevolutives dels infants d'entre 6 i 12 anys, i la meva feina habitual com a mestre d'Educació Primària durant set anys, em fan arribar al convenciment que l'Educació Primària ja és un bon moment en el qual intervenir preventivament, ja que la família és encara el primer referent, sense tanta competència del grup d'iguals i, a més, és una de les etapes en les quals els infants consumeixen més mitjans audiovisuals com la televisió. Igualment, és una etapa en què s'assenten les bases, els nens i nenes s'obren a un coneixement i una forma de veure el món que pot arribar a ser molt perdurable.

És per això, que de bon començament, ens vam plantejar com a moment idoni per iniciar una prevenció primària dels TCA l'etapa d'Educació Primària perquè és una franja no massa abordada a les recerques, sovint no apareix als estudis de consum cultural o televisiu, ni de fet, se'n parla massa educativament a nivell de mitjans de comunicació, a vegades sembla que "tot passa a la secundària", quan dissonàncies evolutives a banda, tot s'ha estat gestant

durant l'Educació Primària, una edat al nostre entendre, desaprofitada per intentar unes bases educatives i especialment en allò que és objecte del nostre estudi, assentar unes bases que facin molt difícil que el nostre jovent caigui en el "parany" dels TCA.

En el primer capítol duem a terme una àmplia contextualització de la nostra societat, fonamental per entendre els TCA i en conseqüència poder intervenir preventivament. Societat que tan rellevant és perquè els TCA s'esdevinguin. Òbviament el nostre acostament a la realitat sempre és parcial, però hem centrat la nostra atenció en entendre aquells aspectes que poden estar més implicats en el món dels TCA

Durant el recorregut que farem pels Trastorns del Comportament Alimentari (TCA) és inevitable la contínua sortida d'un ampli ventall de qüestions íntimament lligades als valors. En aquest capítol efectuem un breu esment d'alguns valors que predominen a la nostra societat i faciliten l'aparició dels trastorns ètnics que ens ocupen. És a dir, configuren en gran mesura l'entorn que propicia, ja que és del tot imprescindible, que apareguin tot un seguit de conductes anòmales en relació amb el menjar, que sovint deriven en patologies.

Alguns dels temes tractats són els següents:

- Relativisme moral i consumisme.
- Moda com a representació simbòlica de les persones molt més enllà del simple ús de roba.
- Preocupació pel físic i el negoci de la bellesa que genera molt beneficis extra a còpia d'insistir en les imperfeccions, reals o suposades, del cos humà.
- Nou paper de dona a societat, que necessita de la col·laboració masculina fer arribar a la igualtat d'oportunitats i al mateix temps, també els homes es traurien el pes social que li pertoca per poder viure amb més llibertat.

Hàbits alimentaris canviants, en els quals juga un paper important la progressiva dissolució de menjar en família.

En el segon capítol, aprofundim en el terreny dels mitjans de comunicació. Resulta evident que la cultura del nostre temps presenta especificitats que li són pròpies, i que són determinades pel seu context sociocultural que ja ha hem descrit amb anterioritat. En aquest capítol pretenem aprofundir en el vessant audiovisual de la nostra cultura, que posem entre cometes perquè si bé encara avui és una expressió molt emprada, ja comença a ser anacrònic adjectivar a la nostra cultura audiovisual com a nova.

Ens acostem als mitjans de comunicació audiovisuals, més detingudament a la televisió, tant per conèixer millor el seu funcionament global, admetre les limitacions que comporten pel fet d'estar inserits dins d'una economia de mercat o reconèixer les possibilitats d'aprenentatge que ens proporciona.

En el tercer capítol, ens acostem a la dimensió de la problemàtica de salut que representen els TCA, i la no menys important dimensió que representa el trastorn en les seves dimensions subclíniques. Ens és precís conèixer quins són els trets diagnòstics que identifiquen els diferents TCA, és a dir, les definicions que la majoria de la comunitat científica ha elaborat per diferenciar i diagnosticar tant l'anorèxia i bulímia nervioses, vigorèxia, ortorèxia, TCA no especificats i els seus corresponents trastorns subclínics.

En primer lloc, efectuem un breu repàs històric als TCA, ja que si bé són considerats com trastorns del nostre temps, alguns posseeixen una trajectòria històrica que ens ajuda a contextualitzar-los i alhora a entendre'ls. La negació envers la ingesta alimentària, així com en menor mesura els afartaments alimentaris, han comportat una diferent significació social segons l'època en què ens situem i evidentment per extensió, segons els model axiològic imperant en cada moment històric, i al mateix temps s'ha vist lligada a diferents esdeveniments vitals que experimentaven de forma transitòria o permanent les persones. L'abstinència alimentària ha ostentat connotacions de santedat, d'espectacle morbós o bé per adequar el cos a uns canons socials de moda del moment, on sovint, els motius econòmics lligats a les modes obtenen el seu paper rellevant conforme ens anem introduint a la denominada societat del consum.

En segon lloc, ens acostem mitjançant les dades epidemiològiques a la gravetat del problema en xifres. Greus no tan sols pel nombre de persones afectades i l'expansió de les xifres, sinó pel totes les conseqüències a nivell social i familiar que comporten els TCA i les seves manifestacions subclíniques. Igualment, s'aborda la qüestió de gènere rellevant per acostar-nos a aquesta problemàtica social, ja que durant molt de temps s'havien considerat patologies típiques de noies de classe mitja alta.

En tercer lloc, trobem els criteris diagnòstics dels TCA més coneguts i clarament delimitats, del seu "cosí" l'obesitat i es parla de la gravetat que suposen els trastorns subclínic, és a dir, totes aquelles pràctiques inadequades que sense quadrar amb els criteris diagnòstics, fomenten conductes alimentàries insanes que perjudiquen la salut de bona part de la població i que sovint esdevenen les pràctiques inicials que posteriorment poden desencadenar en un TCA més clarament definit.

Tot plegat il·lustra com poden a ser de variats i diversos els TCA, la qual cosa ens ratifica en la intenció, de si bé tenir en compte la classificació de trastorns, considerar la nostra acció preventiva de forma global.

Per acabar, s'enumera una llista de les espectaculars conseqüències que comporten els TCA, així com el no menys espectacular i grotesc moviment en defensa de l'anorèxia i bulímia com a estils de vida.

En el quart capítol, entrem a conèixer quins són els principals agents causants que fins a la data es consideren responsables de propiciar els TCA. Els models explicatius són variats però està comunament acceptat que per caure en el món els trastorns alimentaris plurideterminats han de prendre part uns agents causants predisposants, precipitants i perpetuants. El que passa és que l'especificitat de cada individu en el seu transcorregut vital, impossibilitarà que mai sigui possible l'aplicació d'un model en extrem precís.

En primer lloc ha d'haver uns factors que predisposin a la persona a contraure'l, és a dir, la faci més vulnerable a caure en el món dels TCA. Aquests són els agents causants, que a la vegada es classifiquen en agents de tipus personal, familiar i cultural.

En segon lloc, trobarem els agents causants de tipus desencadenant, que són els responsables que s'activi el trastorn. Dins els citats agents, podem trobar-nos amb les dietes, l'exercici físic en excés, els trastorns psiquiàtrics o bé les experiències vitals estressants, és a dir, aquells moments vitals en la vida de les persones que poden provocar caure en patologies com els TCA.

I en tercer lloc, els agents causants cronificants que s'encarreguen de dificultar la recuperació de la persona malalta.

Per últim, el capítol conté un recull dels factors de risc que són una mena de resum concret dels agents causants. Els factors de risc poden ser de caire específic dels TCA o inespecífic, que comparteixen amb altres trastorns.

És molt important conèixer tantes troballes com puguem en el que respecta a agents causants, per tal d'efectuar les accions de caràcter preventiu. El capítol es centra tant en els agents causants predisposants i precipitants d'acord amb l'objectiu de la present recerca.

Adquireix especial rellevància el model familiar i l'entorn mediàtic que envolta els infants, adolescents i adults. Sense menystenir els altres, ja que com es pot comprovar en el capítol III, el moment històric és fonamental per entendre l'actual incidència dels TCA. Igualment, tot allò que té a veure amb l'educació de la persona i la seva personalitat és un dels altres eixos fonamentals per nosaltres.

En el cinquè capítol, parlem de les diferents estratègies possibles per prevenir els TCA. En començar, hem considerat oportú parlar d'un tema que a vegades de forma difícilment comprensible encara genera polèmica, com és la necessitat que tenim d'endegar actuacions de caire preventiu per millorar la qualitat de vida de la població.

En primer lloc, es recullen experiències concretes, generalment d'altres àmbits, de prevenció dels TCA així com orientacions generals per a la seva prevenció.

En segon, aprofitem els coneixements que ens provenen de l'educació de la salut per incrementar el nostre corpus de coneixement respecte a quines intervencions funcionen i per què.

En darrer lloc, al sisè capítol presentem les conclusions del nostre treball, que donen pas al setè i darrer capítol en el qual esbossem diferents propostes de continuació del nostre estudi.

ÍNDIX

AGRAÏMENTS	3
PRESENTACIÓ	5
ÍNDIX	13
CAPÍTOL I: MARC METODOLÒGIC DE LA TESI	17
1.1 PLANTEJAMENT DEL PROBLEMA I JUSTIFICACIÓ DE LA RECERCA.....	19
1.2 HIPÒTESIS DE TREBALL	22
1.3 ENFOCAMENT METODOLÒGIC	23
CAPÍTOL II: EL CONTEXT SÒCIO-CULTURAL ACTUAL	33
2.1 VALORS PREDOMINANTS A LA SOCIETAT	35
2.2 CONSUMISME	53
2.3 PREOCUPACIÓ PEL FÍSIC	60
2.4 EL PODER DE LA MODA	65
2.5 EL NEGOCI DE LA BELLESA	77
2.6 LES NINES	85
2.7 EL NOU PAPER DE LA DONA	89
2.8 ELS HÀBITS ALIMENTARIS	95
CAPÍTOL III: ELS MITJANS DE COMUNICACIÓ	109
3.1 LA “NOVA” CULTURA AUDIOVISUAL	111

3.2 L'OBSTACLE PUBLICITARI	129
3.3 LA TELEVISIÓ	151
3.4 L'APRENTATGE A TRAVÉS DELS MITJANS	164

CAPÍTOL IV: ELS TRASTORNS DEL COMPORTAMENT ALIMENTARI (TCA)

205

4.1 BREU REPÀS HISTÒRIC DELS DESORDRES ALIMENTARIS	207
4.2 EPIDEMOLOGIA DELS TRASTORNS DEL COMPORTAMENT ALIMENTARI (TCA)	216
4.3 ANORÈXIA NERVIOSA	227
4.4 BULÍMIA NERVIOSA	234
4.5 TRASTORNS DEL COMPORTAMENT ALIMENTARI NO ESPECIFICATS	239
4.6 VIGORÈXIA	240
4.7 ORTORÈXIA	242
4.8 OBESITAT	243
4.9 TRASTORNS SUBCLÍNICS	247
4.10 UN INCÍS PEL QUE FA ALS CRITERIS DIAGNÒSTICS	249
4.11 ALGUNES CONSEQÜÈNCIES FISÍQUES, PSÍQUIQUES I SOCIALS DELS ACTUALS TCA	254
4.12 MOVIMENT PRO ANORÈXIA I PRO BULÍMIA	260

CAPÍTOL V: CAUSES DELS TRASTORNS DEL COMPORTAMENT ALIMENTARI (TCA)

265

5.1 ETIOLOGIA DELS TCA	267
5.2 AGENTS CAUSANTS	270

5.2.1. PREDISPOSANTS:	270
5.2.1.1 PERSONALS	271
5.2.1.1.1 Baixa autoestima	271
5.2.1.1.2 Alta autoexigència	274
5.2.1.1.3 Por a créixer	276
5.2.1.1.4 Dietes	277
5.2.1.2 MODEL FAMILIAR	281
5.2.1.3 CULTURALS	295
5.2.1.3.1 Model social	295
5.2.1.3.2 Activitats de risc	303
5.2.1.3.3 Influència dels mitjans de comunicació	306
5.2.2. PRECIPITANTS	309
5.2.2.1 Règims	309
5.2.2.2 Experiències estressants	312
5.2.2.3 Trastorns psiquiàtrics	315
5.2.2.4 Exercici físic en excés	316
5.2.3 CRONIFICANTS	316
5.2.4.FACTORS DE RISC	317
CAPÍTOL VI: ESTRATÈGIES PER A PREVENIR ELS TCA	325
6.1. LA PREVENCIÓ DELS TCA	327
6.1.1 La necessitat de prevenir	327
6.1.2 Models preventius	333
6.1.3 Orientacions generals per a la prevenció	340
6.1.4 Experiències concretes	353

6.2 APORTACIONS DES DE L'EDUCACIÓ PER LA SALUT	368
6.2.1 La redimensió del concepte de salut	368
6.2.2 Educació per la salut	372
6.2.2.1 El tabaquisme	383
6.2.2.2 Drogodependència	388
6.2.2.3 Conducta alimentària	391
6.2.2.4 Violència	393
6.2.2.5 Càncer de pell	395
6.3 ALTRES APORTACIONS PER A LA PREVENCIÓ DELS TCA	397
6.3.1 Alimentació i exercici	398
6.3.2 Màrqueting	411
6.4 L'EDUCACIÓ PER LA SALUT ÉS UNA EDUCACIÓ EN VALORS	418
CAPÍTOL VII: CONCLUSIONS	423
7.1 LA PREVENCIÓ ÉS POSSIBLE I NECESSÀRIA	425
7.2 CONSIDERACIONS DE CARÀCTER GENERAL	436
7.3 CONTINGUTS I IDEES A INCLOURE DINS LA PROGRAMACIÓ TELEVISIVA PER PREVENIR ELS TCA	440
7.4 LÍMITS DE LA RECERCA	450
CAPÍTOL VIII: PROSPECTIVA	453
CAPÍTOL IX: REFERÈNCIES BIBLIOGRÀFIQUES	461