

## “Más allá de las calorías” – Herramienta online para prevención y concienciación de trastornos de la conducta alimentaria

**AUTORA:** Lozada de la Peña, V.

*Máster de Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) y la Obesidad. Universidad Europea de Madrid (UEM)*

**PALABRAS CLAVE:** TCA; Internet; Prevención; Concienciación; Online.

**INTRODUCCIÓN:** Internet es un transmisor moderno de información, actitudes. No hay filtros que permitan al usuario determinar si la información es cierta, pues se puede colgar en la red lo que se desee, sin validez científica. Muchas páginas no están firmadas y se desconoce al profesional, en caso de serlo, que está detrás. Las páginas pro TCA aconsejan todo tipo de procedimientos para control de peso, vómito, ocultación de conductas, etc. Son de alto riesgo, llevando a los usuarios a aumentar su motivación por adelgazar, empeorar la percepción de su apariencia y el perfeccionismo, deteriorar el estado de salud y autoestima, y aumentar la comparación con el cuerpo de otros. No existe una página web creada por un dietista-nutricionista, que sea dirigida a pacientes, padres y profesionales dentro del mundo de los TCA.

**OBJETIVOS:** Prevenir el desarrollo de los TCA en grupos de alto riesgo; Concienciar sobre los TCA a familiares, pacientes y profesionales; Educar al público general y al vulnerable, difundiendo información de calidad, y evitando el estigma hacia esta enfermedad. **MATERIALES Y MÉTODOS:** Consulta presencial y online a pacientes, padres y profesionales; Revisión Bibliográfica Sistemática utilizando artículos, libros, y revistas de 2001-2015, de la biblioteca de la UEM, y la página “Science of ED”; Creación de una herramienta online utilizando la interfaz “Wordpress” ([www.masalladelascalorias.wordpress.com](http://www.masalladelascalorias.wordpress.com))

**RESULTADOS ESPERADOS:** Prevenir el desarrollo de TCA en personas que consultan páginas web de riesgo; Concienciar al público general, padres, familiares, y profesionales, sobre los TCA; Lograr la consideración del Dietista-Nutricionista dentro del equipo multidisciplinar. **CONCLUSIONES:** Existe necesidad de páginas como esta, consiguiendo que la sociedad deje de estigmatizar a estos pacientes; Se necesitan herramientas que incluyan a dietistas y nutricionistas y hablen de nutrición; Se sensibilizará al público general, y a padres, familiares, y profesionales.