

ELS TRASTORNS DE CONDUCTA ALIMENTARIS I ESPORT

L'esport com a factor de risc o com a teràpia?

"As an anorexic, when you're getting endlessly tortured by a voice in your head, it can be easy, if not inevitable, to neglect your body"



ita.
institut de trastorns alimentaris



Els trastorns de conducta alimentaris i esport és un treball que pretén demostrar si l'esport pot ser un factor de risc i pot arribar a desenvolupar un trastorn de conducta alimentari en un individu, o bé si pot ser utilitzat com a mètode terapèutic en les persones que han patit qualsevol trastorn d'aquest tipus. A més, pretén comprobar, també, si és cert que aquests trastorns són majoritàriament presents en noies a l'etapa adolescent. A la part teòrica d'aquesta recerca hem tractat punts com la definició dels TCA (Trastorns de Conducta Alimentaris), quins tipus de trastorns existeixen (donant èmfasi en l'anorèxia i la bulímia nerviosa), factors de risc i senyals d'alerta, la situació actual, i per últim, el paper de l'esport com a factor de risc i com a mètode terapèutic. En la part pràctica, hem visitat el centre ITA (Institut de Trastorns Alimentaris) i hem realitzat tres entrevistes (a un psicòleg clínic, una víctima d'anorèxia i a una esportista), en les quals han donat el seu punt de vista envers el paper que desenvolupa l'esport. Finalment, s'ha realitzat un qüestionari a persones d'entre 13 i 20 anys per saber la seva opinió sobre els trastorns alimentaris i l'esport.

Caterina Milà
Tutora: Sara Suárez