



Secciones

INSTITUTO NACIONAL DE LAS MUJERES

Publicidad

Salud

## Trastornos alimentarios sumaron 4.600 consultas en la CCSS en 2023

Campaña 'Cuidémonos nutritivamente' busca crear conciencia para diferenciar un desorden de un trastorno alimentario y apoyar a quienes los tienen

Regalar

Escuchar

Por Irene Rodríguez

07 de agosto 2024, 11:15 a. m.

Los [trastornos de la conducta alimentaria \(TCA\)](#) o trastornos de alimentación motivaron 4.609 consultas en la Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS) durante 2023, sin que necesariamente signifique que acudieron esa cantidad de personas, pues varios pacientes pudieron haber consultado más de una vez.

De los atendidos, 3.950 eran mujeres y 659 hombres. De las primeras, 3.052 tenían entre 10 y 19 años, mientras que 602 se encontraban entre los 20 y los 44. De los hombres, 391 se ubicaban entre los 10 y 19 años, y 104 entre los 20 y los 44.

Estas cifras, sin embargo, no muestran la verdadera dimensión del problema, pues no incluyen a quienes acuden a los centros de salud privados ni a los que no buscan ayuda.

Por esta razón, el Colegio de Profesionales en Psicología se alió con los ministerios de Salud y de Justicia y Paz, por sexto año consecutivo, en la campaña [Cuidémonos Nutritivamente](#), con el propósito de hablar sobre el tema pero también orientar sobre cómo pedir ayuda.

Más Videos

00:03 / 04:11



Los desórdenes alimentarios pueden dar paso a trastornos alimentarios

## Un desorden alimentario no es un trastorno, pero puede ser el inicio

Este año, la campaña se concentra en **diferenciar entre un TCA y un desorden alimentario.**

Publicidad

“La confusión entre estos términos no solo afecta la comprensión, sino también el acceso a los tratamientos adecuados”, manifestó Ingrid Arias Trejos, representante del Colegio de Profesionales en Psicología.



**[CCSS pide ayuda urgente: hospitales enfrentan escasez crítica de sangre](#)**

De acuerdo con la especialista, los trastornos **como la anorexia o la bulimia** sí requieren una atención especializada. El diagnóstico y tratamiento oportuno son vitales, así como un abordaje interdisciplinario que requiere profesionales en Medicina, Nutrición, Psicología y Enfermería.

Entretanto, como su nombre lo indica, los desórdenes son patrones desordenados de alimentación. Estos no necesariamente cumplen con los diagnósticos de TCA, pero afectan la salud física y emocional de la persona, del núcleo familiar y de otras personas cercanas.

“Ambos comportamientos, en una condición persistente, afectan la salud física, emocional y funcionamiento psicosocial de quienes los padecen. Y, en casos extremos, pueden significar la muerte”, expresó la profesional.

Según Francella Jaikel, representante del Colegio de Profesionales en Psicología, uno de los problemas es que se ha visto la relación de las personas con la comida como dicotómica: están quienes tienen una relación sana y quienes no la tienen porque casi no comen o porque se atracan. La realidad es muy diferente.

“Se nos olvida que puede haber muchos grises de desórdenes que podrían evitar un TCA si se detectan a tiempo y así mejorar la calidad de vida de estas personas. Si los desórdenes, esta escala de grises, se detectan a tiempo, podemos salvar vidas”, señaló Jaikel.

Dentro de los patrones irregulares están: **saltarse comidas de manera habitual, hacer ejercicio en exceso y someterse a dietas estrictas sin supervisión.**

Sinaí Valverde Ceciliano, psicóloga de la Secretaría Técnica de Salud Mental del Ministerio de Salud, afirmó que estamos rodeados de alimentos ultraprocesados y que no necesariamente tienen los nutrientes necesarios para alimentar el cuerpo y el cerebro. Por eso, llamó a estar pendientes del tipo de alimentos que se ingieren.

“El cerebro lleva a cabo complejos procesos neurológicos. Ahí se controlan todas las funciones corporales. Cuando no obtenemos los nutrientes necesarios, pueden ocurrir desequilibrios en los neurotransmisores. Esto no solo afecta nuestra capacidad para manejar el estrés y las emociones, sino que también puede hacernos más vulnerables a trastornos mentales graves”, señaló.

## **Desmitificar los trastornos alimentarios**



Las personas con trastornos alimentarios la están pasando mal y realmente tienen un problema que va más allá de la fuerza de voluntad. No se soluciona con decirles que coman mejor. Fotografía: Shutterstock (Shutterstock)

Jaikel indicó que es necesario seguir trabajando contra los mitos que tienen tanto los desórdenes como los trastornos.

“Las personas siguen pensando que estas son enfermedades causadas por falta de voluntad, por vanidad y que se pasan con el tiempo y que nada más basta con ‘comer bien’. Pero esto solo aleja a las personas de la ayuda. Se minimizan las conductas de riesgo o incluso se fomentan las conductas que pueden detonarlos” subrayó



Únase al canal de La Nación en WhatsApp

Publicidad

### Reciba el boletín: **Alerta informativa**

Noticias de última hora, en tiempo real

documentacion@inamu.go.cr

**Suscribirse**

Deseo recibir comunicaciones

Trastornos alimentarios

Trastornos de la Conducta Alimentaria

Desórdenes alimentarios



## Irene Rodríguez

Periodista de Ciencia y Salud. Trabaja en La Nación desde 2009 y en periodismo desde 2004. Graduada de Comunicación Colectiva en la Universidad de Costa Rica, donde egresó de la maestría en Salud Pública. Premio Nacional de Periodismo Científico 2013-2014. Premio Health Systems Global 2018. Becada del Fondo Global de Periodismo en Salud 2021.



### LE RECOMENDAMOS

#### Así reaccionó Televisora de Costa Rica al anuncio de subasta de señales de televisión y radio



#### Pilar Cisneros anuncia decisión de Rodrigo Chaves sobre ministro denunciado por presunta violación



#### Fifco tiene 2.194 accionistas: ¿cuánto dinero recibirían por el acuerdo de venta a Heineken? Vea algunos escenarios

★ **EXCLUSIVO PARA SUSCRIPTORES**



En beneficio de la transparencia y para evitar distorsiones del debate público por medios informáticos o aprovechando el anonimato, la sección de comentarios está reservada para nuestros suscriptores para comentar sobre el contenido de los artículos, no sobre los autores. El nombre completo y número de cédula del suscriptor aparecerá automáticamente con el comentario.

Publicidad

Publicidad

## **Lo más leído**

**1. Pilar Cisneros anuncia decisión de Rodrigo Chaves sobre ministro denunciado por presunta violación**

---

**2. ¿Es accionista de Fifco? Esto recibiría por la venta del negocio de bebidas, alimentos y 'retail' a Heineken**

---

**3. CCSS remata casas y terrenos desde ₡4.302.000**

---

**4. Así reaccionó Televisora de Costa Rica al anuncio de subasta de señales de televisión y radio**

---

## 5. Cómo vaciar la papelera de WhatsApp y liberar espacio en su celular

---



© 2025 Todos los derechos reservados, cualquier uso requiere autorización expresa y por escrito de Grupo Nación GN S.A.

### **Sobre nosotros**

[Grupo Nación](#)  
[La Teja](#)  
[El Financiero](#)  
[Revista Perfil](#)  
[Sabores](#)  
[Aplicaciones](#)  
[Boletines](#)  
[Versión Impresa](#)

### **Negocios**

[Todo Busco](#)  
[Parque Viva](#)  
[Paute con nosotros](#)  
[Printea](#)

### **Términos y condiciones**

[Políticas de privacidad](#)  
[Condiciones de uso](#)  
[Estados financieros](#)  
[Reglamentos](#)

### **Servicio al cliente**

[Contáctenos](#)  
[Centro de ayuda](#)  
[Planes de suscripción](#)



Miembro del Grupo de Diarios América (GDA)