



# Medicina de Familia. SEMERGEN

<http://www.elsevier.es/semergen>



## 482/865 - EL VEGETARIANISMO EN ADOLESCENTES, ¿FACTOR DE RIESGO PARA LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA?

A. Carbó Jordà<sup>1</sup>, E. Robles Martín<sup>1</sup>, N. Cubelos Fernández<sup>2</sup>, E. Álvarez Baza<sup>3</sup>, S. Palacios González<sup>4</sup>, N. Franco Gil<sup>5</sup>, C. Vilella Martín<sup>6</sup>, M. Martínez de Luis<sup>7</sup>, C. Rehberger García<sup>7</sup> y L. Fernández de Dios<sup>8</sup>

<sup>1</sup>Residente de 2º año de Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud José Aguado-León V. León. <sup>2</sup>Residente de 4º año de Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud José Aguado-León V. León. <sup>3</sup>Especialista en Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud José Aguado-León V. León. <sup>4</sup>Residente de 2º año de Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud El Crucero-León IV. León. <sup>5</sup>Residente de 2º año de Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud San Andrés del Rabanedo. San Andrés del Rabanedo. León. <sup>6</sup>Residente de 2º año de Psiquiatría. Complejo Asistencial Universitario de León. León. <sup>7</sup>Residente de 2º año de Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud José Aguado-León VI. León. <sup>8</sup>Residente de 2º año de Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud La Palomera. León.

### Resumen

**Objetivos:** Determinar la posible asociación entre el vegetarianismo en adolescentes y el aumento de riesgo de padecer un trastorno de la conducta alimentaria (TCA), dado que algunos estudios han asociado estas dietas con un aumento del riesgo de TCA.

**Métodos:** Revisión sistemática de artículos de Pubmed y ScienceDirect, mediante la búsqueda “vegetarianism and eating disorders”, de los últimos 10 años. Se incluyeron los estudios llevados a cabo en adolescentes y universitarios.

**Resultados:** Se obtuvieron 6 estudios transversales, con muestras entre 96 y 9,910 participantes y rangos de edad entre 15 y 23 años. En tres estudios se administró el cuestionario Eating Disorder Examination Questionnaire (EDE-Q), en uno el Eating Attitudes Test (EAT-26), en uno el Food Choice Questionnaire (FCQ) y en el último se hizo un análisis cualitativo de cuestionarios sobre ingesta. Zickgraf et al. obtuvieron un EDE-Q patológico en vegetarianos motivados por el peso, en comparación con los no motivados por el peso y con los no vegetarianos. Zuromski et al. observaron mayor prevalencia de vegetarianismo en pacientes con TCA (71%) que en sanos (97%) ( $p < 0,01$ ), obteniendo los vegetarianos valores de EDE-Q patológicos; los pacientes vegetarianos con TCA citaron la pérdida de peso como una de las motivaciones para adoptar esa dieta, algo que no adujo ninguno de los individuos sanos. Robinson-O'Brien et al. determinaron que hasta un 20% de vegetarianos presentaron conductas restrictivas en comparación con los no vegetarianos (10%), que la pérdida de peso era su principal motivación y que escogían esta dieta como una forma socialmente aceptable para restringir su ingesta.

**Conclusiones:** Estos resultados sugieren que el vegetarianismo no es una causa de TCA, sino más bien una opción que los adolescentes en riesgo pueden adoptar para ocultar sus conductas restrictivas. Ante un adolescente que empieza una dieta vegetariana, debemos preguntar por sus

hábitos alimentarios y averiguar si su objetivo es la pérdida de peso para hacer un seguimiento más cercano y valorar la posibilidad de derivar a Salud Mental. Son necesarios estudios longitudinales para aclarar la posible relación etiológica entre vegetarianismo y desarrollo de TCA.

**Palabras clave:** Vegetarianismo. TCA. Adolescentes.