

# Tendències

## La vulnerabilitat de la joventut

**CELESTE LÓPEZ**  
Madrid

**L**idia Amella, de 46 anys, està molt contenta. "Per fi comencen a actuar!", indica des de la feina, a l'àrea de Girona, després de saber que la brigada tecnològica de la Policia Nacional ha tancat un vídeo a internet que incitava a l'anorèxia (pro-Ana) i la bulímia (pro-Mia). La satisfacció és ben evident. Fa mesos que recull firmes al web Change.org demanant al Govern espanyol que tanqui els llocs web, blogs i enllaços que fomenten l'anorèxia i la bulímia. N'ha aconseguit gairebé 237.000 i no s'atura... "No penso parar. Ho faig per impedir que no passi a altres nenes el mateix que a la meua filla", assenyala. La seva filla es diu Nadia i té 15 anys. Actualment està ingressada en un centre per enèsima vegada, en un intent per superar la malaltia. Satisfacció per una actuació policial que, tot i això, amb prou

**El patiment d'una mare.**  
Fa mesos que Lidia Amella recull

firmes a través de Change.org perquè es tanquin els webs inadequats

feines té transcendència. És un gra de sorra al desert. "Hi ha milers de llocs web, altres fòrums a Twitter, Facebook, Instagram, Tuenti... i encara més a WhatsApp i altres serveis de missatgeria instantània", assenyala Urko Fernández, director de programació de l'associació Pantallas Amigas. De fet, el mes de gener passat, la Policia Nacional va obrir una investigació a un grup de WhatsApp proanorèxia i probulímia en què els membres compartien les una i mil dietes hipocalòriques (directament, no menjar) i infinitat de trucs per fer creure als pares que mengen, quan en realitat amb prou feines s'alimenten. Per descomptat, també donaven consells sobre quin és el millor moment per vomitar el que has ingerit i què has de prendre perquè l'acte de vomitar no faci mal l'esòfag. I, a més a més, tota una llista de productes que "ajuden" a desgreixar, com beure llimona o vinagre, combinats amb tota mena de laxants. Per descomptat, proliferen les fotografies de joves extremadament primos com a exemples a seguir. I no és cap exageració.

Amella sap prou bé com en són, de perillosos, aquests webs i fòrums. Ho ha viscut en la pròpia pell. "No sabia ni que existien...", indica. Ho va saber de la manera més dura per a una mare, quan la seva filla va perdre en qüestió de poques setmanes 14 quilos. "Era una nena que estava bé, ni grassa ni prima, una noia oberta, simpàtica, afectuosa, sempre disposada a sortir amb les amigues... De sobte va començar a canviar el caràcter, van començar els silencis, el mal humor... i la pèrdua de pes. Vaig pensar que tot plegat podia ser



## L'anorèxia colonitza la xarxa

### Alerta pels grups de WhatsApp i webs que inciten al trastorn

cosa de l'adolescència, perquè tenia 14 anys, el moment dels canvis d'humor i també físics".

Va començar a sospitar que les coses no anaven bé amb el menjar quan després de seure a taula entrava al quarto de bany i la sentia vomitar. També passava temps a internet sense voler donar explicacions de què feia. "Fins que un dia la vaig trobar plorant desesperada a casa, a terra, i va ser quan em va confessar allò dels webs que visitava. Plora va perquè no podia arribar a tenir el pes ideal", explica Amella.

Aquesta dona es va ficar en aquells webs i el que hi va veure la va terroritzar. I entre ingrés i no ingrés de la Nadia, la Lidia va decidir lluitar contra tot aquest

món en línia i de serveis de missatgeria mòbil instantània. "És que no es pot permetre que es fomentin aquest tipus d'accions que destrossen completament la vida de milers de joves", assenyala.

No hi ha dades concretes sobre quants llocs web i fòrums hi ha animant les "princeses" a seguir un tipus de vida que les porta directament a la mort. Sí, la mort. No hi ha xifres actualitzades d'un fenomen que ultrapassa totes les fronteres. Un informe elaborat per l'Agència de Qualitat d'Internet (IQUA) i l'Associació contra la Bulímia i l'Anorèxia (ACAB) presentat el 2011 assenyala que entre el 2006 i el 2010 el nombre de llocs en línia havia

**MISSATGERIA**

**La Policia investiga grups de WhatsApp en què s'anima a perdre pes**

**UN FENOMEN GLOBAL**

**En un cercador poden apareixen més de 500.000 llocs web, i no paren de créixer**

cregut una barbaritat, concretament un 470%, un índex que supera fins i tot el creixement de Facebook (450%). Aquest informe calculava que només a Google apareixien més de 500.000 llocs web Pro-Ana i Pro-Mia, com en diuen. Quant als usuaris, apunta que el 75% són menors d'edat i el 80% són noies.

Segons una enquesta de l'associació Protégeles publicada el desembre del 2007 i feta a menors amb edats entre els 8 i els 17 anys, el 17% dels menors que utilitzaven internet visitaven llocs web Pro-Ana i Pro-Mia, i el 26,2% de les noies i el 15% dels nois hi accedien per perdre pes. Urko Fernández creu que el pas que ahir va fer la Policia Nacio-

**UN PROBLEMA DE SALUT QUE NO ESTÀ REGULAT****França**

A França el Codi Penal prohibeix les pàgines i fòrums en línia des de l'any 2008

**Itàlia**

El juny del 2014 un grup de diputats també va presentar una esmena al Codi Penal

**Espanya**

UPN ha presentat una esmena al Senat per prohibir les pàgines que fomenten i inciten a l'anorèxia i la bulímia

**Amèrica**

Una bona part de les pàgines en línia tenen l'origen a l'Amèrica Llatina

**Com cal avançar cap a la solució****SÍ ALS MISSATGES POSITIVS**

Internet és risc, i també oportunitat. Els últims anys han crescut un 460% les pàgines que fomenten l'anorèxia i la bulímia, segons una estimació de l'Universitat Oberta de Catalunya, però també s'estan fent esforços perquè els missatges positius, els webs d'ajuda, arribin als adolescents que en busquen.

**MÉS INFORMACIÓ, I MILLOR**

El problema és que hi ha poques guies per saber si els webs són bons o dolents, si la informació és fiable, per la qual cosa es considera imprescindible donar als joves prou informació perquè sàpiguen on poden anar quan detecten un problema d'anorèxia i bulímia. Aquestes pàgines informatives han de ser atractives per als joves, tenir un disseny adequat i haurien de ser clares amb un llenguatge entenedor. I han de donar alternatives positives, no han de crear por ni espantar, sinó donar solucions.

**CADA COP MÉS JOVES**

En les consultes dels metges s'atenen més preadolescents, de menys d'onze, dotze o tretze anys, que presenten símptomes d'aquestes malalties. La gran majoria dels casos continua concentrant-se a partir dels quinze anys, però els pediatres i psiquiatres observen com darrerament arriben a la seva consulta nens molt joves que acaben amb un diagnòstic d'anorèxia o bulímia.

**28.000 NOIES A CATALUNYA**

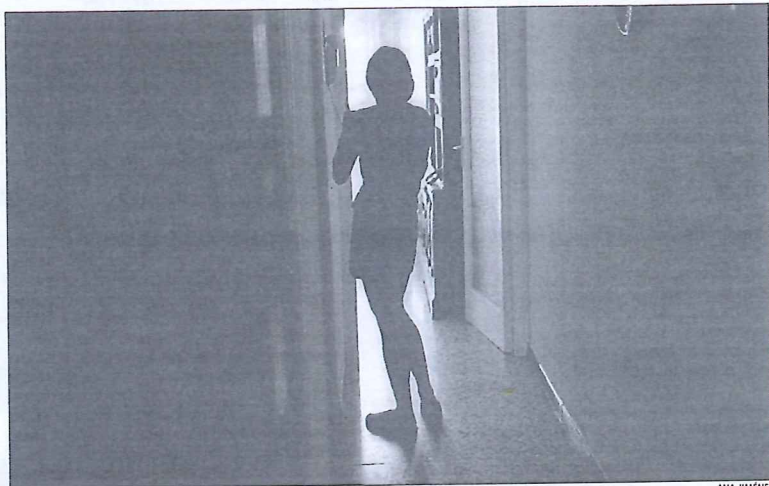
Els últims estudis sobre la prevalença dels trastorns de l'alimentació indiquen que entre un 4,5% i un 6,3% de la població d'entre 12 i 21 anys té algun trastorn diagnosticat, cosa que suposa 28.000 joves a Catalunya. La prevalença continua estable, però l'edat baixa.

**EL CONTROL PARENTAL**

Les eines de control parental es poden agrupar en dos blocs: eines de monitoratge, que duen a terme un registre de les pàgines visitades i temps de permanència però no prohibeixen l'accés a llocs web que tinguin un contingut inapropiat; i filtres de continguts, que bloquegen l'accés a pàgines web amb una adreça que contingui un patró concret o bé en què el mateix contingut del portal web inclou paraules determinades. També impedeixen l'accés a xats.

## L'associació Adaner recull testimonis de malalts que estan lluitant per superar aquesta malaltia tan destructiva

# "Estic viva per explicar-ho"



ANA JIMÉNEZ

Una jove diagnosticada d'anorèxia, a casa seva, a Barcelona

C. LÓPEZ Madrid

L'Associació en defensa de l'Atenció a l'Anorèxia Nerviosa i Bulímia (Adaner), que treballa per ajudar malalts i familiars, té una pàgina on els afectats poden penjar els seus testimonis, molt sovint fonamentals per a altres pacients. Per entendre la situació en què es troben aquestes dones (la majoria) en reproduïm uns quants:

**"L'anorèxia s'ho va emportar gairebé tot".** "Durant diversos anys vaig ser anorèctica. Faig 1,60 m d'alt i vaig arribar a pesar 37 quilos. El pitjor va venir molt després, quan vaig recuperar el meu pes. El mal ja estava fet. La gent al meu voltant ja no confia més en mi, per les mentides a què vaig recórrer. A més, tinc seqüeles físiques. Animo a tothom des d'aquí a lluitar fins al final, perquè tot i que l'anorèxia se m'ho va emportar gairebé tot, continuo aquí per poder-ho explicar i tinc moltes coses que no es va emportar i amb què m'ho puc passar molt bé".

**"La cursa més important de la meua vida".** "He passat més de 10 anys sumida en l'infern de l'anorèxia, de desitjar ser cada vegada menys fins al punt d'arribar gairebé literalment a desaparèixer. He viscut tants ingressos en tants llocs que gairebé no seria capaç d'enumerar-los, tots sense èxit. Però el problema no eren els llocs on anava ni que els psicòlegs fossin millors o pitjors, el problema era que jo no estava disposada a curar-me, només volia deixar-me caure i seguir el camí cap a l'autodestrucció, però no

sé exactament què és el que va canviar de sobte i vaig dir prou. Vaig dir que ja era hora de tornar a agafar les regnes de la meua vida, que ja n'hi ha prou de continuar obsessionada a fer el màxim en els estudis quan no podia ni llegir un llibre, deixar d'intentar ser la millor filla quan només els feia patir amb el meu patiment, deixar de ser la millor amiga quan només m'estava allunyant d'ells. No és fàcil, per descomptat que no, ara sóc en una clínica lluitant per tornar a tenir a poc a poc una vida normal, encara que de vegades m'aturi davant dels productes per apriar-se en un supermercat jugant a la ruleta russa, però ara sóc capaç de dir no i lluitar per ser la jove que havia estat o la que vull ser".

**"Tu no ets una imatge".** "Fa dos anys que tinc anorèxia i bulímia. Faig 1m 65 i vaig arribar a pesar 45 quilos. Ara com ara de pes estic bé, però encara no m'agrada a mi mateix".

**LA DADA****"Difícil, però no impossible"**

■ **Amb prou feines tenia 15 anys la primera vegada que vaig estar a Adaner.** La desnutrició era notable, tot i això no era conscient d'absolutament res del que em passava. Tenia anorèxia, allà m'ho van fer entendre i va començar la lluita. No està sent fàcil, però veig que, de mica en mica, me'n puc sortir".

xa. Així i tot, no perdo l'esperança. Sé que me'n puc sortir, que és un recorregut molt llarg i que amb esforç aconseguiré sortir d'aquest infern. He estat ingressada i vaig a psicòlegs, psiquiatres i nutricionistes. Amb el meu esforç i el seu me'n sortiré. N'estic ben segura! Molts ànims a aquells que estiguin passant per un mal moment. Vull que sapiguen que no som imatges, que el que realment compta és el que hi ha a dins. No us heu de castigar pel fet de no ser perfectes, ningú no ho és".

**"No puc més".** "He patit d'anorèxia nerviosa durant 6 anys llargs i va arribar un moment que em pensava que sortir d'aquest infern seria una cosa impossible, algunes vegades perquè, en el fons, el meu jo malalt no volia, i altres vegades perquè em fallaven les forces. Com gairebé tot en la vida, t'adones que no pots més quan toques fons i t'adones que després d'això no hi ha res més, que ja no pots caure més baix i que no és just que tan jove llencis la vida a les escombraries i hi arrosseguis també la vida dels que t'estimen, dels que dia rere dia t'ajuden sense aconseguir una resposta positiva. Me'n vaig adonar quan em vaig veure tancada en un sanatori, sense forces, sense la meua família, sense la meua vida... Al principi penses i què hi fa, si jo només vull morir-me?, però aquest pensament desapareix dos dies després quan t'envaeix la solitud i et comences a despertar del malson. Jo vaig poder rectificar a temps, tot i que em va anar de poc que no sóc aquí explicant-ho. Encara m'estic recuperant, però tinc ganes de viure".

nal és lloable, però insuficient en vista de les grandíssimes dificultats davant les quals es troben: "Normalment són malaltes que animen altres noies, homes o dones que expliquen les seves experiències des de països llunyans amb usuaris encara més llunyans. Una bona part d'aquests llocs web estan registrats a Llatinoamèrica. La policia només pot actuar quan tots els elements estan registrats a Espanya", assenyala. Per això insisteix que s'avanci en un front mundial legal -"és molt, molt complicat", reconeix- i en la prevenció, "ensenyar als menors el bon ús de les tecnologies", afegeix.

Una mostra dels problemes que hi ha és que la policia de Múrcia, que ha aconseguit retirar un vídeo, encara no ha pogut eliminar el blog de la propietària de la plataforma informàtica, una dona que explica la seva experiència amb l'anorèxia i la bulímia.

Actualment, grups com UPN han presentat una esmena al Senat per afegir un nou article al Codi Penal que tipifiqui com a delictes "utilitzar els llocs web o qualsevol altre tipus de mitjà informatiu o de difusió per incitar i promoure l'anorèxia i la bulímia, cosa que posa en greu risc la salut d'altres persones". Demanen fins a quatre anys de presó.

LUBERT TENEDOR