



Renata Ruiz junto a alumnas de entre octavo y tercero medio.



Antonina Conget, orientadora del colegio Saint John's Villa Academy.



CAMPAÑA DE REVISTA YA Y CICLO DE CHARLAS EN COLEGIOS

PREVENCIÓN DE TRASTORNOS ALIMENTARIOS EN COLEGIOS

Revista Ya junto a la Escuela de Periodismo UDD inició en julio un ciclo de charlas en el marco de nuestra campaña por la Imagen Saludable de la Mujer. Ahora fue el turno del colegio Saint John's Villa Academy, y contó con la participación de la modelo Renata Ruiz y Rinat Ratner, directora de Nutrición de la Facultad de Medicina UDD-Alemana.

Fotos CARLA DANNEMANN.

“El 60% de los pacientes que tiene un trastorno alimentario puede revertirlo, pero hay que comunicarlo rápidamente”, dice Rinat Ratner, directora de Nutrición de Facultad de Medicina UDD-Alemana, durante la charla a adolescentes, entre octavo y tercero medio, del colegio Saint John's Villa Academy. Y agrega: “El rol de ustedes es notificar si alguna amiga o compañera está viviéndolo. La lealtad más grande es el bien mayor”.

Ante la mirada atenta de las estudiantes, la nutrióloga Ratner y la modelo Renata Ruiz entregaron sus

visiones sobre cómo prevenir estos trastornos que afectan en un 90% a mujeres, un mensaje que Revista Ya junto a la Escuela de Periodismo UDD, viene entregando desde julio, a través de este ciclo de charlas.

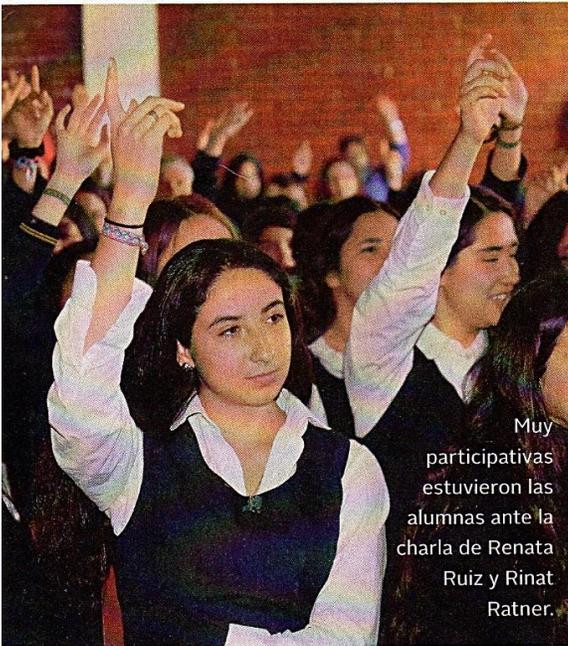
“Me hace mucho sentido el compromiso de revista Ya por la Imagen Saludable de la Mujer, porque me toca ver a mucha gente hospitalizada en condiciones críticas, de caquexia (desnutrición), y varias mueren en el proceso”, señaló la nutrióloga.

Asimismo, Paula Escobar, editora de Revistas de “El Mercurio”, recordó que el compromiso adquirido por revista Ya, en enero de 2014, generó un cambio drástico



Isidora Fuentes y Rafaella Vieira, de segundo medio.

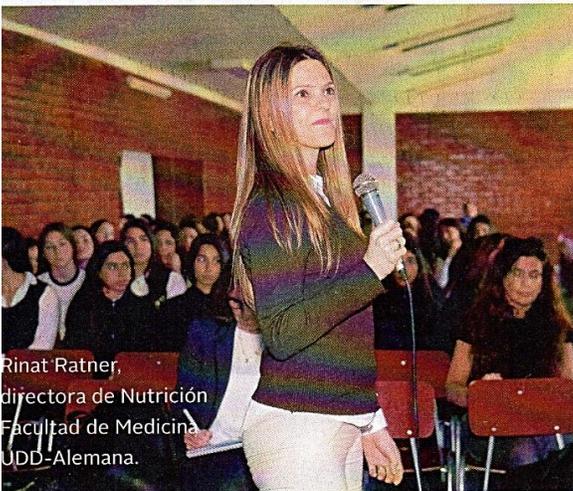
“Me decían que estaba gorda y que tenía que bajar 10 kilos para hacer bien ese trabajo de modelo”, recordó Renata Ruiz.



Muy participativas estuvieron las alumnas ante la charla de Renata Ruiz y Rinat Ratner.



Renata Ruiz, modelo; Paula Escobar, editora de Revistas de "El Mercurio"; Rinat Ratner, nutrióloga Facultad Medicina UDD y Karim Gálvez, directora Escuela de Periodismo UDD.



Rinat Ratner, directora de Nutrición Facultad de Medicina UDD-Alemana.



Pilar Segovia, editora Revista Ya, y Paula Fernández, directora de Extensión Facultad de Comunicaciones UDD.



Paula Pezo, Javiera Ossandón y Verónica Salvador, de tercero medio del colegio Saint John's.

en las producciones de moda, tras medidas como no usar Photoshop para borrar arrugas o adelgazar a las personas y solo recurrir a modelos mayores de edad con peso saludable, avalado por un médico. "A partir de esa decisión, extendimos nuestra mirada a las y los jóvenes, quienes son los públicos más vulnerables", explicó.

Para graficar cómo se gatillan los trastornos alimentarios en adolescentes, la nutrióloga presentó casos como el de una joven de 14 años que volvió con dos kilos de más después de un viaje e inició una dieta que vio en internet. Bajó los dos kilos, pero siguió sintiéndose gorda, y decidió comer solo proteínas y tomar agua, además de obsesionarse con leer las etiquetas de los alimentos, no compartir con amigas y usar ropa ancha y holgada. "Lo que ocurre es que se miran de manera sesgada y dicen: 'tengo las piernas gordas'. A veces vemos a amigas en esa situación y nos quedamos calladas y no vemos que esa persona está sufriendo", agregó.

Sobre las causas de estos trastornos, Ratner dijo que van desde la genética hasta aspectos familiares y de la personalidad. "Puede asociarse a alumnas

brillantes, ordenadas, perfeccionistas, con baja autoestima; padres sobreprotectores, donde no hay autonomía o padres con alcoholismo o depresión. Pero, además, están los factores sociales: los medios de comunicación tienen un culto a la delgadez".

Con ella coincidió Renata Ruiz, modelo y socióloga: "Mi adolescencia la viví dentro del mundo de la moda, donde el mensaje era que sería exitosa si era sumamente flaca, siempre representando más edad. Crecer en ese ambiente me puso en controversia. Cuando llegué a los 18 o 19 años, yo me consideraba flaca pero me decían que estaba gorda y que tenía que bajar 10 kilos para hacer bien ese trabajo de modelo. A los 14 años pesaba 50 kilos y era fácil, pero a los 20 años mi vida giraba en torno a la comida las 24 horas. Aunque sientes que eres una persona normal, uno no logra estar feliz con uno mismo. Si hubiera tenido una vida normal no habría perdido mi amor propio".

"Me toca ver a mucha gente hospitalizada en condiciones críticas, de caquexia (desnutrición), y varias mueren en el proceso", dijo Ratner.

***Las instituciones educacionales interesadas en inscribirse para estas charlas dirigidas a adolescentes pueden escribir a revistaya@mercurio.cl. ■*