



La Anorexia y la Bulimia

Información de utilidad para pacientes y familiares

Es un trastorno caracterizado por la presencia de una pérdida deliberada de peso inducida o mantenida por el mismo enfermo. Aparece con mayor frecuencia en muchachas adolescentes y en mujeres jóvenes, aunque en raras ocasiones afectan a varones, niños y niñas y mujeres maduras.

El inicio del cuadro coincide en un 80% de los casos con la adolescencia y comienza con una dieta para perder peso: en la medida que las chicas logran eliminar kilos parecen no poder parar y perder peso se convierte en el objetivo central de su vida. El 20% inicia el cuadro clínico tras un episodio depresivo, alguna enfermedad somática, intervención quirúrgica o tras un período de ejercicio físico intenso.

La anorexia y la bulimia nerviosas son trastornos de la conducta alimentaria. Hacer dieta es la principal conducta de riesgo para desarrollar estos trastornos.

TIPOS DE ANOREXIA NERVIOSA Y CUADROS ASOCIADOS

- Anorexia típica: la persona, con una férrea disciplina logra bajar de peso hasta enfermar.
- Anorexia purgativa: la persona utiliza vómitos o laxantes como métodos para adelgazar.
- Bulimia nerviosa (con anorexia previa)
Se produce cuando el empeño anoréxico fracasa y la persona come (a escondidas) utilizando métodos para no ganar peso, por lo que se suceden atracones y vómitos, laxantes..
- Formas mixtas: se alternan anorexia y bulimia.

SÍNTOMAS DE LA ANOREXIA NERVIOSA

A continuación se señalan los síntomas más fácilmente detectables por las personas más cercanas al enfermo/a:

- Síntomas físicos: pérdida de peso de más del 25% o equivalente en adolescentes, desaparición de la menstruación, estreñimiento, caída de pelo, alteraciones dentales, disminución de la temperatura corporal, de la masa ósea y muscular.
- Síntomas mentales: trastorno severo de la imagen corporal, terror a subir peso, negación de hambre, sed, fatiga y sueño,

desinterés por actividades placenteras, dificultad para darse cuenta de sus emociones, síntomas depresivos y/u obsesivos, ideas de suicidio.

- Síntomas conductuales: restricción voluntaria de alimentos para bajar peso, conducta alimentaria extraña (come de pie, corta el alimento en pequeños trozos, lo lava, estruja o esconde), incremento de la actividad física y de las horas de estudio, irritabilidad, uso de laxantes y vómitos autoinducidos (purgativa), aislamiento social (frecuentemente acusan a sus amigas de llevar una vida desordenada) refugiándose en casa y en los estudios.

¿QUÉ ES LA BULIMIA NERVIOSA?

El aspecto clínico esencial en bulimia nerviosa son los atracones de comida y los inadecuados métodos compensatorios utilizados para no ganar peso.

- Síntomas mentales y emocionales: Terror a subir peso y/o deseo compulsivo de perderlo, trastorno severo de la imagen corporal, sensación de ansia de comer persistente, dificultad en controlar los impulsos, sensación de culpa, baja autoestima, síntomas depresivos, ideación suicida, egocentrismo, oscilaciones rápidas de humor y del estado de ánimo.

- Síntomas comportamentales: Atracones alimentarios a escondidas al menos dos veces por semana, intentos manifiestos de restricción dietética en comidas normales, consumo indiscriminado de tabaco, chicles, evitación de comidas sociales; Conducta destinada a compensar atracones y perder peso: vómitos autoprovocados, uso masivo de laxantes, diuréticos, aumento del ejercicio físico; irritabilidad, evitación de compartir vida familiar, actividad sexual fluctuante, problemas con amistades, consumo de tóxicos. Estos síntomas no se observan en todos los pacientes.

TRATAMIENTO

La persona con bulimia nerviosa, al igual que en la anorexia, necesita cuidados médicos durante su tratamiento, que debe desarrollar las siguientes áreas: tratamiento psicofarmacológico, recuperación nutricional, prevención y control de las complicaciones médicas, y psicoterapia en dos direcciones: la conducta alimentaria y el contexto psicológico donde se desarrolla y mantiene el problema.

En la POLICLINICA DE SALUD MENTAL, dirigido por el Psiquiatra Carlos Mirapeix, trabaja un equipo de profesionales, con diferentes formaciones teóricas y técnicas, cada uno de los cuáles está especializado en un área específica de la Salud Mental.

Por ello, en la POLICLINICA DE SALUD MENTAL, proporcionamos una comprensión global e integrada de las enfermedades mentales, y ponemos a disposición de nuestros pacientes un gran número de tratamientos, en función de las necesidades de cada caso, utilizando las estrategias y técnicas más modernas de que disponemos.

RECOMENDACIONES IMPORTANTES

1. Consulte sus dudas acerca del diagnóstico, tratamiento, citas, etc
2. Si cree que no se le ha tratado bien, dígalos. Debemos conocer nuestros errores para poder corregirlos.
3. Si quiere un informe clínico, pídale.
4. Trabajamos con citas concertadas, si no puede acudir avísenos, otro paciente podrá utilizar ese tiempo.
5. Sea puntual.
6. Si su consulta es Urgente, díganoslo, le atenderemos inmediatamente.

Esta Guía ha sido desarrollada por profesionales de la FUNDIPP. Es de uso libre, puesta a disposición por parte de la Fundación para beneficio de todo aquel que pueda usarla.

