

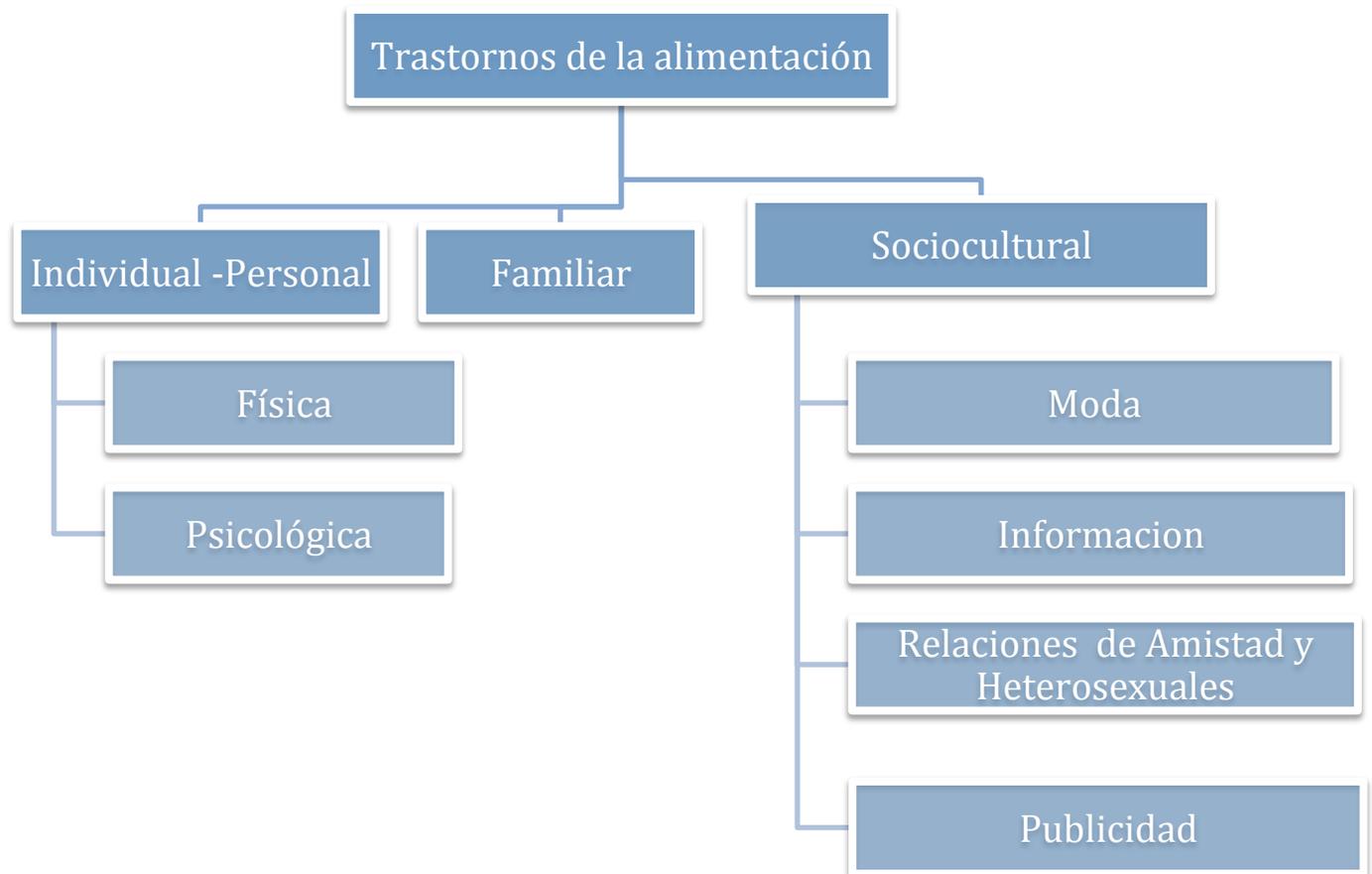
Trastornos de la Alimentación:

Bulimia y Anorexia

Actualmente las modas y las tendencias sociales muestran que debemos ser delgados; estándares no aceptados totalmente pero que los medios de comunicación tratan de difundir y mostrar como una realidad. Y es un mal silencioso que ataca a niñas, niños, jóvenes y adultos, provocando problemas alimenticios como bulimia o anorexia.

Sabemos que estas enfermedades son causadas por tener baja autoestima, falta de afecto y aceptación, además de carencias psicológicas que posee el individuo.

Las principales causas que propician los problemas de la alimentación son:



Transtornos de la Alimentación:

Bulimia y Anorexia

Este cuadro fue tomado de Carrillo Duran Victoria, 2001, LA INFLUENCIA DE LA PUBLICIDAD, ENTRE OTROS FACTORES SOCIALES, EN LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA: ANOREXIA Y BULIMIA NERVIOSA, <http://eprints.ucm.es/tesis/inf/ucm-t25151.pdf>

Anorexia

La persona anoréxica tiene el objetivo de perder peso rápidamente, limitando el alimento hasta reducirlo a nada. Lo logra mediante la reducción de alimentos de alto valor calórico. Puede usar laxantes o diuréticos.

También existe el trastorno psicológico conocido como anorexia nerviosa, que consiste en la ingestión relativamente baja de alimentos; esta no resulta peligrosa para la salud mientras la dieta sea variada y el peso corporal se mantenga, y no debe contemplarse como un trastorno que requiera tratamiento médico.

Las personas que padecen de anorexia tienen una imagen distorsionada de su cuerpo; se ven gordos, aun cuando presentan un estado de extrema delgadez.

La anorexia nerviosa consiste en una alteración grave de la conducta alimentaria que se caracteriza por el rechazo a mantener el peso corporal en los valores mínimos normales, miedo intenso a ganar peso y una alteración de la percepción del cuerpo.

Generalmente, la pérdida de peso se consigue mediante una disminución de la ingesta total de alimentos. Aunque los anoréxicos empiezan por excluir de su dieta todos los alimentos con alto contenido calórico, la mayoría acaba con una dieta muy restringida, limitada a unos pocos alimentos, acompañado muchas veces por ejercicio físico excesivo.

En la anorexia nerviosa se pueden distinguir algunos subtipos: Restrictivo, que describe cuadros crónicos en los que la pérdida de peso se consigue con dieta o ejercicio intenso; otro tipo es el Compulsivo purgatorio, en las que el individuo recurre regularmente a atracones o purgas.

Información extraída de Educar.org (2011), Bulimia y anorexia,
<http://www.educar.org/articulos/bulimiayanorexia.asp>

Transtornos de la Alimentación:

Bulimia y Anorexia

Consecuencias de la Anorexia

- Alteraciones hormonales.
- Pérdida del deseo o potencia sexual.
- Amenorrea.
- Osteoporosis.
- Estreñimiento.
- Alopecia o caída del cabello. Pelo quebradizo.
- Disminución de la masa muscular.
- Disminución de la reserva de grasa subcutánea.
- Piel seca, descamada.
- Hipercarotinemias: exceso de un pigmento, el caroteno, que da un tono anaranjado a la piel.
- Acrocianosis: las partes distales (o acras) tienen un tono amoratado o azulado, (dedos de manos y pies).
- Hirsutismo, Lanugo (vello corporal).
- Uñas quebradizas.
- Lento vaciado gástrico. Sensación de plenitud tras la comida.
- Hipotermia: temperatura corporal disminuida. Sensación de frialdad corporal.
- Bradicardia: ritmo cardíaco lento.
- Hipotensión.
- Anemia.
- Leucopenia. Bajan las defensas con mayor riesgo de infecciones

Esta información fue tomada de Grupo Zarima et al., Revisado 2012, Guía práctica de prevención de los trastornos de la conducta alimentaria.

Transtornos de la Alimentación:

Bulimia y Anorexia

Bulimia

En la bulimia, al contrario de la anorexia, la persona que la padece siente una necesidad de comer en exceso. Tras estos episodios se provoca el vómito con el objetivo de no aumentar de peso.

Las consecuencias orgánicas de la bulimia son, entre otras:

• Por el vómito:

- Alteraciones dentales (caries, erosión del esmalte) y de las encías.
- Lesiones en las manos (signo de Russell).
- Hipertrofia de glándulas salivares parótidas.
- Desgarro esofágico, hernias o úlceras de esófago.
- Inflamación de la garganta.
- Pérdida de electrolitos, Hipokaliemia o Hipopotasemia, ocasionando calambres y alteraciones cardiacas.
- Mareos, convulsiones.

Por abuso de laxantes:

- Dolores abdominales, cólicos.
- Intestino perezoso, estreñimiento.
- Mala absorción de grasas, proteínas, calcio.

Por abuso de diuréticos:

- Hipopotasemia.
- Disminución de los reflejos.
- Deshidratación.
- Sed.

Transtornos de la Alimentación:

Bulimia y Anorexia

Dentro de las alteraciones psicológicas de la bulimia podemos señalar:

- Baja autoestima.
- Oscilaciones del humor y estado de ánimo.
- Depresión.
- Ideación autolítica.
- Impulsividad: promiscuidad, consumo de alcohol y otras adicciones, ludopatía.
- Trastorno de la personalidad: tipo límite o borderline.
- Problemas emocionales.

Esta información fue tomada de Grupo Zarima et al., Revisado 2012, Guía práctica de prevención de los trastornos de la conducta alimentaria.
http://www.unizar.es/universidadsaludable/public/documentos/001_prevenccion_trastornos.pdf