La anorexia nerviosa

Introducción

La anorexia nerviosa es un trastorno de la alimentación que afecta generalmente a las mujeres jóvenes. Los anoréxicos tienen un miedo intenso a engordar y perder el control de su figura corporal.

Una carencia de nutrición adecuada puede causar problemas de salud física y mental, por lo tanto, la anorexia debe tratarse lo antes posible.

A menudo, la anorexia nerviosa comienza entre los 15 y 25 años, pero puede desarrollarse en niños de tan solo 10 años o en personas mayores. Aunque el 90 por ciento de quienes tienen anorexia son mujeres, la anorexia también puede afectar a los hombres.

Resulta difícil calcular lo extendida que está la anorexia nerviosa, pero los sondeos sugieren que el 1 por ciento de las jóvenes (de 15 a 25 años) padecen la enfermedad.

Los síntomas

El síntoma principal de la anorexia es la pérdida de peso debida a una ingesta de alimentos baja. Los niños con anorexia pueden seguir engordando, pero menos que al ritmo normal de un niño de la misma edad.

Otros síntomas son: dolores de estómago, estreñimiento, diarrea, desmayos, mareos, piel seca, áspera o descolorida, pelo ralo que se quiebra o se cae, problemas dentales causados por el ácido estomacal que pudre el esmalte dental durante los vómitos repetidos, insomnio y fatiga.

Con frecuencia, las anoréxicas dejan de tener el periodo. En los niños y quinceañeros puede retrasar la pubertad y causar problemas de desarrollo físico.

La anorexia también puede causar trastornos de la personalidad y el comportamiento.
Un persona anoréxica puede tener un miedo intenso a engordar o tener una percepción distorsionada de su propia figura corporal; tener un peso corporal normal y sano puede hacer que se sientan tensos y muy nerviosos.

Pueden caer en depresión, volverse introvertidos o impacientes, tener cambios de humor, perder el interés por las actividades normales, hacer demasiado ejercicio, empezar a vomitar en secreto o a tomar laxantes, o usar inhibidores del apetito o diuréticos.

Las causas

 © Queen's Printer and Controller of HMSO 2008

Se desconoce la causa exacta de la anorexia nerviosa. Es una enfermedad compleja causada probablemente por una combinación de factores biológicos y sociales, incluyendo: la presión social por estar delgado con el fin de tener atractivo sexual, la historia familiar (genética), el tipo de personalidad y las relaciones familiares.

Las investigaciones sugieren que el estrés, las experiencias difíciles de la vida y la turbación del desarrollo sexual también pueden contribuir al desencadenamiento de la anorexia.

El diagnóstico

Una persona anoréxica normalmente pesa 15 por ciento menos del peso que le corresponde por su edad y estatura.

El diagnóstico supone una evaluación tanto de los factores psicológicos como de los físicos. Puede conllevar una evaluación de la actitud ante el peso, la alimentación, las dietas y la imagen corporal.

El diagnóstico de la anorexia nerviosa puede resultar difícil ya que la mayoría de quienes tienen la enfermedad lo niegan y normalmente acuden al tratamiento de manos de un familiar. Además, la gravedad de la anorexia cambia de una persona a otra. Una persona anoréxica puede ir al médico de familia por otros síntomas como falta de periodos menstruales, dolor abdominal, hinchazón o estreñimiento.

El tratamiento

La anorexia es una enfermedad grave y compleja que normalmente requiere atención médica especializada.

Generalmente, el tratamiento es hospitalario como paciente externo. El objetivo es aumentar el peso corporal, restablecer patrones de alimentación sanos y afrontar toda creencia falsa sobre la alimentación, peso e imagen corporal. Normalmente, se ofrecerán tratamientos psicológicos como la psicoterapia cognitivo-conductual. Existen números telefónicos de líneas de apoyo e información para los trastornos alimenticios.

Algunas veces, una persona anoréxica puede quedarse tan débil que debe ser ingresada en el hospital. Si esto fuera el caso, el hospital se encarga de administrar la ingesta de alimentos y líquidos.

Es posible que otras enfermedades provocadas por la anorexia nerviosa deban tratarse con medicamentos. En algunos casos, puede ser aconsejable la administración de medicamentos antidepresivos.

Las complicaciones

 © Queen's Printer and Controller of HMSO 2008

A las anoréxicas les puede resultar más difícil quedarse embarazadas y que sea más probable que tengan bebés prematuros o de poco peso.

En las personas que presentan anorexia antes o durante la pubertad, se pueden producir retrasos en los cambios físicos de la pubertad o un crecimiento atrofiado.

Los anoréxicos tienen mayor riesgo de contraer osteoporosis (huesos quebradizos) más adelante en la vida. La anorexia también puede hacer que los músculos –incluyendo el miocardio– pierdan fuerza lo que conduce a un mayor riesgo de cardiopatías más adelante en la vida.

Servicio de traducción confidencial

NHS Direct puede proporcionar intérpretes confidenciales, en muchos idiomas, a los pocos minutos de recibir una llamada.

Siga estos tres sencillos pasos:

Paso 1: Llame a NHS Direct al número 0845 4647.

Paso 2: Cuando contesten a su llamada, diga en inglés en qué idioma quiere hablar. No cuelgue y espere al teléfono hasta que le conecten con un intérprete por medio de quien NHS Direct podrá darle la información y los consejos sanitarios que requiera.

Paso 3: Otra opción es que le pida a un familiar o amigo que realice la llamada en su nombre. Y después deberá esperarse a que haya un intérprete al teléfono para explicar el motivo de su llamada.

 © Queen's Printer and Controller of HMSO 2008