Más allá de la anorexia y la bulimia

Menores de diez años y mujeres de más de cuarenta son las víctimas de los nuevos desórdenes de la alimentación.

www.intereconomia.com

Los profesionales de la nutrición han detectado una serie de desórdenes de la alimentación diferenciados de los conocidos como 'clásicos' -anorexia y bulimia- que se están manifestando, incluso con cuadros agudos, en menores de diez años y mujeres de más de cuarenta.

De ellos se ocupa el manual *Controversias sobre los trastornos alimentarios*, presentado hoy por el responsable de gestión del conocimiento e investigación del **Instituto de Trastornos Alimentarios (ITA)**, **Antoni Grau**, que ha incidido en la necesidad de profundizar en estos desórdenes no catalogados, que ya son dos veces superiores a los sí especificados, la anorexia y la bulimia y que constituyen -los trastornos alimentarios en general- la tercera enfermedad crónica más frecuente en la adolescencia.

De la ortorexia al atracón nocturno

Estos nuevos trastornos, que suelen ser desórdenes subdiagnosticados, no tienen episodios diarios y al no ser identificados socialmente, llegan a la consulta cuando es, a veces, demasiado tarde.

-El **trastorno por atracón**: para una gran mayoría comienza muchos años antes de ponerse a dieta. Comienza en la adolescencia o en la edad de adulta, después de años de realizar varias dietas.

-El **síndrome del comedor nocturno**: está asociado a anorexia por la mañana e hiperfagia por la tarde-noche, vinculada a insomnio. Más de la mitad de las calorías consumidas en el día se ingieren entre la medianoche y las seis de la mañana. Se cree que está producido por la restricción y el incremento del estrés nocturno.

-**Vigorexia**: es "un trastorno disfórmico muscular", es el intento de una persona de tener un cuerpo absolutamente musculado, desarrollado y voluminoso por el miedo a parecer 'debilucho'. Entre los síntomas está el mirarse constantemente en el espejo, sentirse delgado aunque no se esté, pesarse varias veces al día y emplear más de seis horas al día en hacer ejercicio.

-**Ortorexia**: es la "apetencia por lo correcto", una verdadera obsesión por la comida sana hasta niveles que se deben considerar patológicos. Entre los síntomas están dedicar más de tres horas a pensar en la dieta y cuando se

viaja llevar un equipo de supervivencia para solucionar su problema, además de tener un sentimiento de culpabilidad, cuando no se cumple las convicciones dietéticas.

Entre el 15 y el 45 por ciento de las personas que presentan algún rasgo de este tipo de desórdenes acaba desarrollando un síndrome o trastorno completo, de ahí que los especialistas aboguen por mejorar los programas de prevención y de pronóstico.

"Son trastornos muy complejos", según Grau, quien ha advertido de que los profesionales cuando comienzan a trabajar con un grupo de pacientes con anorexia saben que el 25 por ciento no los van a recuperar, que entre el 25 y el 30 van a alcanzar solo una remisión parcial y entre el 18 y 20 evolucionarán hacia la cronicidad.

Respecto a la bulimia, los resultados no son mucho mejores, como lo constata la tasa de mortalidad que, excluyendo los suicidios, está entre el 4,7 y el 7 por ciento, un índice "muy elevado, superior al de las adicciones". Los rasgos más comunes de estos TCA son el perfeccionismo, dificultades interpersonales, inseguridad social, alteración de la imagen corporal por una insatisfacción del cuerpo, impulsividad y miedo a la madurez.