

Trastornos alimentarios: Anorexia



La anorexia nerviosa afecta a 0.5% a 1% de las mujeres en Estados Unidos durante su vida. Aparte de la pérdida drástica de peso, los efectos de la anorexia incluyen falta de menstruación, metabolismo más lento y otros cambios físicos y psicológicos descritos en las víctimas de inanición.

- *La temperatura del cuerpo disminuye y la piel está fría al tacto.*
- *Las manos y los pies se ven púrpura debido a los cambios en la circulación.*
- *La cara y el cuerpo pueden tener un matiz anaranjado debido a los cambios en la forma en que el hígado procesa la vitamina A y complejos relacionados que se encuentran en los alimentos amarillos y anaranjados.*



A pesar de la trágicamente inadecuada ingesta de calorías, las personas que padecen anorexia con frecuencia se sienten excepcionalmente animadas y llenas de energía. Pueden hacer ejercicios durante horas para quemar las calorías de algo que comieron. Muchos tienen problemas para dormir. La mayoría tiene estreñimiento severo debido a que el metabolismo es más lento y la ingesta de alimentos, líquidos y fibra no es suficiente para mantener el movimiento de los intestinos. Algunas personas con anorexia beben mucha agua o encuentran maneras de aumentar de peso con objetos metálicos ocultos debajo de la ropa antes de someterse a exámenes médicos para intentar ocultar la pérdida de peso.

Sin tratamiento, una persona con anorexia desarrolla deficiencias nutricionales severas. En casos extremos (hasta 5 de cada 100) el resultado final es la muerte debido a un ritmo cardíaco anormal lo que ocasiona un ataque masivo al corazón u otros efectos de la inanición.

Características

- Aunque tenga hambre es tal el miedo a dejarse llevar.
- Evitar el aumento de peso bebiendo mucho agua, utilizando laxantes o vómitos.
- La inanición vuelve al organismo mucho más vulnerable a infecciones, problemas gastrointestinales o hipotermia hasta se pierde la menstruación.
- El pelo se cae, la piel se seca y pierde color.
- A nivel psicológico aparecen síntomas de depresión, cambios de carácter y distorsión en la imagen corporal.



Padres preocupados

Si sospecha que su niño se está matando de hambre o si alguien se lo menciona, busque ayuda profesional rápido. Puede estar equivocado o preocupándose demasiado pero, si tiene razón, una identificación y tratamiento tempranos pueden mejorar los resultados. La anorexia es una condición que pone en peligro la vida y una de sus señales es la incapacidad de reconocer el problema y su seriedad. La anorexia impide la capacidad de una persona de tomar decisiones racionales relacionadas con su propia salud. Una de las estrategias más prometedoras del tratamiento es un método que pone a los padres a cargo de volver a alimentar a su hijo, con educación, terapia y apoyo proporcionado por un equipo capacitado especialmente.

La terapia para pacientes hospitalizados puede ser necesaria para casos más severos. Sin embargo, el manejo del comportamiento de pacientes ambulatorios que se enfoca en la rehabilitación nutricional y en normalizar el comportamiento alimenticio con la ayuda de un equipo multidisciplinario, generalmente se considera el mejor método después de que el paciente está médica y nutricionalmente estable. Se pueden identificar otros problemas psiquiátricos que debe evaluar y tratar un profesional experimentado de la salud mental.



Fases para la recuperación

Una persona en tratamiento por anorexia nerviosa con frecuencia atraviesa por 3 etapas.

- 1. Primero, el trastorno alimentario en sí es el foco de atención.*
- 2. Segundo, una mejoría en la ingesta de alimentos se contrarresta con un cambio de actitud; el anoréxico se vuelve hostil y malhumorado.*
- 3. Finalmente, el anoréxico comienza a comer más normalmente y es más complaciente y colaborador.*



Una transición exitosa de la segunda a la tercera fase indica la mejor posibilidad de recuperación a largo plazo; en otras palabras, comer normalmente y mantener un peso apropiado. En esta etapa hay restablecimiento de la salud física y psicológica. Aproximadamente un tercio de los anoréxicos tienen problemas a largo plazo para manejar la comida y aceptar un peso normal. Mientras más joven sea el niño cuando desarrolla la anorexia, menos probabilidades de recuperarse. La intervención oportuna tiene un mejor pronóstico. La enfermedad y tratamiento son relativamente duraderos y a largo plazo, pero la mayoría de personas mejora.

Última actualización 12/23/2015

<https://www.healthychildren.org/Spanish/health-issues/conditions/emotional-problems/Paginas/Eating-Disorders-Anorexia.aspx>