

# Anorexia, peligro a la vista

*La anorexia es uno de los trastornos de la conducta alimentaria más frecuentes.*

- **Agencia EFE**

“Las personas con anorexia tienen una imagen distorsionada de su cuerpo, de modo que se ven gordas aunque estén peligrosamente delgadas. A menudo no quieren comer, practican ejercicio de manera compulsiva y adquieren hábitos poco usuales como negarse a comer delante de otras personas. Pierden una gran cantidad de peso e, incluso, pueden morir por inanición”, indica la Asociación Americana de Psicología (APA, siglas en inglés).

La Asociación Española de Pediatría (AEP) explica que se trata de una enfermedad de origen mental. Quienes la padecen “tienen una preocupación excesiva por el peso que les lleva a disminuir la cantidad de alimentos que ingieren y a seleccionar los de menor contenido en calorías. Este comportamiento implica una importante pérdida de peso, que puede llegar a una desnutrición grave”, apunta.

## **Efectos adversos**

“A veces, para adelgazar, realizan excesivo ejercicio físico, toman laxantes o diuréticos o se provocan el vómito. Habitualmente, aparece en personas con tendencia a la insatisfacción personal. Buscan un cambio en su aspecto físico y la pérdida de peso constituye un ‘éxito’ que aumenta su autoestima”, señala esta entidad.

Además, de los síntomas principales, la AEP manifiesta que la anorexia suele traer asociadas complicaciones físicas y psiquiátricas como trastornos en la menstruación o desaparición de la misma, alteraciones en los huesos que, a largo plazo, conllevan fracturas y deformidades óseas, piel seca y caída del cabello por falta de vitaminas, problemas digestivos y cardiovasculares, síntomas de depresión y ansiedad y alteraciones en la atención y en la concentración.



**Varias chicas que participan en el campamento terapéutico que organiza la Asociación en Defensa de la Anorexia Nerviosa y Bulimia (Adaner), en Granada, España.**

Marina Díaz Marsá, jefa de la Unidad de Trastornos de la Conducta Alimentaria del Hospital Clínico San Carlos, de Madrid, España, y presidenta de la Sociedad de Psiquiatría de Madrid, subraya que “la anorexia sigue siendo un problema de salud pública que arruina la vida de las pacientes y de sus familiares”.

La Asociación Española de Pediatría expone que, aunque la anorexia no es una enfermedad que afecte exclusivamente a mujeres, es diez veces más frecuente en el sexo femenino.

“El pico máximo de incidencia se da en la adolescencia y se calcula que afecta aproximadamente al 1% de las mujeres menores de 25 años”, precisa.

No obstante, la AEP destaca que el número de hombres con anorexia está aumentando en las últimas décadas y suele tratarse de casos graves.

Las consecuencias físicas de la anorexia pueden llegar a ser muy serias, por lo que resulta fundamental comenzar el tratamiento cuanto antes.

Por lo general, las personas con anorexia no suelen pedir ayuda ellas mismas y cuando acuden a la consulta del médico lo hacen presionadas por sus familiares, amigos o profesores.

La AEP destaca que la anorexia es una enfermedad mental y, por lo tanto, debe ser tratada por médicos con formación en psiquiatría infantil o por psicólogos.

## Huellas en el cerebro

Además, señala que, en la mayoría de los casos, “se requiere una consulta con el endocrino o con el nutricionista para valorar el grado de desnutrición y diseñar un plan personalizado de realimentación progresiva”.



**Muestra de una instalación en la exposición Lucha de Cuerpos Adolescentes, en Ginebra, Suiza.**

“El objetivo principal del tratamiento es conseguir la normalización de la conducta alimentaria alterada. Para ello se debe reeducar a la persona que padece anorexia, eliminar conceptos erróneos acerca de la alimentación y disminuir la distorsión en la percepción de su cuerpo”, subraya la AEP.

No obstante, los resultados de un estudio señalan que la enfermedad podría dejar su huella en el cerebro incluso una vez finalizado el tratamiento.

Se trata de un estudio, publicado en el *American Journal of Psychiatry*, que examinó a 21 adolescentes antes y después del tratamiento y encontró que sus cerebros todavía tenían un sistema de recompensa elevado a la inanición y al deseo de estar más delgadas, en comparación con 21 participantes sin el trastorno alimentario.

“Eso significa que no se curan”, apunta Guido Frank, autor principal del estudio y profesor asociado de Psiquiatría y Neurociencia en la Escuela de Medicina de la Universidad de Colorado.

“Esta enfermedad cambia fundamentalmente la respuesta del cerebro a los estímulos en nuestro medio ambiente, el cerebro tiene que normalizarse y eso lleva tiempo”, añade.

La Dra. Díaz Marsá manifiesta que los cerebros de las personas con anorexia y los de las ex pacientes que han logrado recuperarse “tienen diferencias sutiles pero impactantes en comparación con los de personas que nunca han tenido que luchar contra la enfermedad”.

“Los cerebros de las pacientes tienen una respuesta de recompensa diferente, reaccionan de manera distinta a la retroalimentación y tienen alteradas las vías de transmisión de la serotonina”, aclara la especialista.