

The Female Patient®

Lo que Usted debe Saber sobre los Trastornos Alimentarios

Las personas que sufren de trastornos alimentarios tratan de ser delgadas, al controlar su peso de una manera poco saludable. Los dos tipos principales de estos trastornos son anorexia nerviosa y bulimia nerviosa. Los trastornos alimentarios no son dietas o modas. Pueden causar problemas serios de salud e incluso hasta ser fatales.

¿Qué es la anorexia nerviosa?

Las personas que sufren de anorexia nerviosa se sienten profundamente asustadas de ser gordas, aunque no estén pasadas de peso. Dichas personas comen muy poco o nada, con el fin de bajar de peso. Por lo general, tienen un peso bajo para su estatura. La anorexia nerviosa puede conducir a trastornos serios de salud, tales como:

- Latido cardíaco irregular
- Debilidad en los huesos
- Presión arterial baja
- Problemas de riñón
- Ausencia del período menstrual

Dichos problemas pueden causar un ataque al corazón, fractura de los huesos, coma o hasta el fallecimiento. Muchas de las ocasiones, las personas que padecen de anorexia nerviosa también padecen o pudieron haber padecido de bulimia nerviosa.

¿Qué es la bulimia nerviosa?

Este tipo de trastorno alimentario consiste de atracones y de purgarse. Durante los atracones, las personas comen cantidades excesivas de comida en un corto plazo. Después, se sienten culpables de haberlo hecho. Para "revertir" el atracón, inducen el vómito o toman laxantes (píldoras que causan movimientos intestinales). Esto se llama purgarse. Las personas que sufren de bulimia nerviosa, constantemente comen excesivamente y después se purgan, debido a esto, pueden subir y bajar de peso rápidamente. La bulimia nerviosa puede causar problemas serios de salud, tales como:

- Deshidratación (cuando el cuerpo no tiene suficiente cantidad de agua)
- Problemas de riñón, hígado e intestinos
- Problemas de garganta, esófago y estómago (causado por el vómito forzado)
- Latido cardíaco irregular
- Problemas de los dientes y las encías.

Semejante a la anorexia nerviosa, bulimia nerviosa puede causar condiciones graves de salud y la muerte. Algunas de las personas con bulimia nerviosa pueden también sufrir o han sufrido de anorexia nerviosa.

¿Qué causa los trastornos alimentarios?

Los expertos no están seguros, pero lo más probable es que sea una combinación de genética y problemas psicológicos. Las mujeres pueden tener una imagen desagradable de sus cuerpos, debido a que ven fotografías de modelos y actrices delgadas en las revistas, las películas y la televisión. Las personas con dichos trastornos, frecuentemente tienen un bajo nivel de autoestima. Alguien que padece de un trastorno alimentario puede tratar de controlar su cuerpo para sentirse más en control de su vida. Los eventos dolorosos o traumáticos, también pueden provocar un trastorno alimentario.

¿Puede mejorarse la persona que sufre de un trastorno alimentario?

Si, Primero, debe admitir que tiene un problema. Es posible que las personas que padecen de trastornos alimentarios no sepan que tienen un problema. Pueden reaccionar defensivamente cuando alguien se los menciona. Los familiares y los amigos pueden ayudar al escuchar y ser sensibles. Pueden tratar de que la persona que padece del trastorno alimentario visite al médico, el cual puede diagnosticar y tratar la condición.

Las personas con trastornos alimentarios también deben tener un terapeuta para ayudarles a aprender nuevas maneras de encarar el enojo, la ansiedad, la depresión o el bajo nivel de autoestima.

Pida ayuda si cree que Ud. o alguien que Ud. conoce pueda tener un trastorno alimentario. La mejor manera de sobrevivir la anorexia nerviosa o la bulimia nerviosa es el reconocerlo y tratarla en sus primeras etapas. Con los servicios de asesoramiento y el cuidado médico, las personas con trastornos alimentarios pueden mejorar, tanto física como mentalmente.



Illustration Copyright © Nucleus Medical Art, Inc./Phototake - All rights reserved.

Síntomas de los Trastornos Alimentarios

Alguien que padece de anorexia nerviosa puede:

- No comer nada o comer muy poco
- Tomar píldoras dietéticas
- Hacer ejercicio excesivamente (hasta en malas condiciones ambientales o al estar herida/cansada)
- Preferir no comer en presencia de otras personas
- Cesar de tener su período menstrual
- Perder cabello, más de lo normal
- Estar deprimida, enojada o aislada

Alguien que padece de bulimia nerviosa puede:

- Usar el sanitario después de cada comida
- Tomar píldoras dietéticas o laxantes
- Hacer ejercicio excesivamente (hasta en malas condiciones ambientales o al estar herida/cansada)
- Tener ojos rojos, cachetes o mandíbula hinchada o problemas de dientes y encías
- Estar deprimida, enojada o aislada