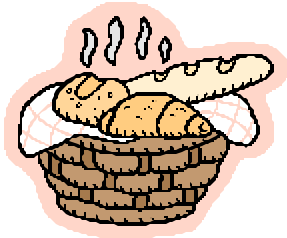


# La Anorexia y la Bulimia

Dr. Juan B. Gómez Castillo  
Residente de Psiquiatría  
Hospital Nacional Psiquiátrico  
Pavas, San José



Los desordenes alimentarios como la anorexia nerviosa se conoce desde la antigüedad y la bulimia fue descrita hace unos 30 años por primera vez. Desde entonces la frecuencia de esta enfermedad ha aumentado en el mundo. Costa Rica no es la excepción.

## Esta joven tiene un grave problema, ¿ se parece a ti?

### Caso 1.

Norma es una joven de 17 años y desde hace dos años ha perdido muchísimo peso. Tiene dos hermanas. Le gusta practicar aeróbicos a diario. Es inteligente y obtiene excelentes calificaciones. Norma ha cambiado sus patrones alimentarios. Come poco y posteriormente sale al baño y lo escupe. En la adolescencia se anotó con un ligero aumento de peso. Así comenzó a hacer dietas y a controlar los aportes calóricos de sus alimentos. Recupero su peso entre los parámetros normales, pero continuó perdiendo peso. Sé veía gorda y tenía mucho miedo a subir de peso. **Este caso ilustra una anorexia nerviosa.**

## Tu hermana, prima o amiga se pueden parecer a Patricia, de ti depende que ellas puedan sobrevivir.

### Caso 2.

Patricia es una joven de 21 estudiante de ingeniería, vive con sus padres y dos hermanos más. Hace unos cuatro meses han empezado a desaparecer de la despensa ciertos tipos

de alimentos como chocolates y dulces. Su madre preguntaba quién era la persona que sustraía estas golosinas, pero no se supo sino hasta cuándo esta señora descubre a Patricia comiendo desesperadamente chocolates y dulces en una forma voraz. Posteriormente Patricia le manifiesta sus familiares que no puede controlar los impulsos por comer en forma desesperada y que para compensar la alta ingesta de calorías la misma se provocaba el vómito. Este caso corresponde a una bulimia nerviosa.

## ¿Qué es la Anorexia?

La anorexia es un trastorno de la conducta alimentaria que afecta a las personas que tienen un peso inferior al esperado para su edad y sexo y altura; que se inicia en la etapa de la adolescencia. Se pueden dar esta enfermedad por medio de dietas extremas y rígidas, temor intenso a subir de peso o engordar, ejercicios físicos extenuantes para perder peso; también los jóvenes se pueden inducir el vómito o usar algún tipo de laxante.

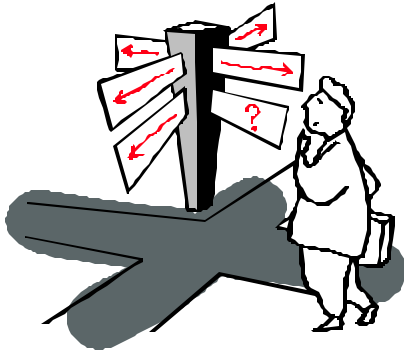
## ¿Qué es la bulimia?

La bulimia también es un trastorno de la alimentación que se caracterizan por individuos del sexo femenino que presentan episodios de voracidad o ingesta desmedidas e incontrolables de alimentos, y presentan medidas compensatorias para evitar a aumentar de peso produciéndose el vómito, uso de laxantes principalmente. Los episodios de ingesta alimentaria son incontrolables para la persona. Generalmente estas pacientes tienen un peso normal para su edad, talla y sexo, incluso algunas tienen tendencia a la obesidad.

## ¿Qué produce estas enfermedades?

Las causas que las producen son muchas, pero entre las principales tenemos:

- Una marcada presión de la sociedad a ser denegada. ("Si eres una "top model", triunfaras en la vida").
- Antecedente de que el individuo es "gordita".
- El uso de drogas, baja autoestima y depresión.
- Problemática en el ámbito familiar y escolar.



## ¿ Qué camino tomar con un trastorno Alimentario?

- 1- Si usted cree parecer de estos trastornos alimentarios necesita ayuda profesional. De igual manera si es un familiar cercano, un amigo o amiga que parece estos trastornos se debe comunicar a sus familiares para que le proporcionen esta ayuda.
- 2- La ayuda que usted reciba debe ser dada por profesionales en el campo de la psicología, enfermeras, médicos y trabajadores sociales en el ámbito de las clínicas periféricas más cercana ( EBAIS ), y que éstos a su vez reciban asesoría especializada en el manejo de estos trastornos.
- 3- Recordar que entre más temprano un individuo con trastornos de anorexia y bulimia reciba ayuda profesional, mayor es la posibilidad de poderse curar de estos trastornos alimentarios. Es decir, es una batalla



Tiempo.

