Image not found
https://enfamilia.aeped.es/sites/enfamilia.aeped.es/themes/enfamilia/images/enfamilia_logo

Image not found
https://enfamilia.

Image not found
https://enfamilia.aeped.es/site

ilia.aepe

Bulimia nerviosa: qué es y por qué se produce

¿Qué es la bulimia nerviosa?

La bulimia es un trastorno psiquiátrico, en concreto una alteración de la conducta alimentaria. Existe una preocupación excesiva en relación con la comida, el peso y la figura. Se caracteriza por la presencia de □□□□□□□□□ de comida seguidos de comportamientos dirigidos a compensar esta sobreingesta. Los atracones consisten en la toma de grandes cantidades de alimentos, casi siempre de gran contenido calórico, en periodos breves de tiempo y a escondidas de los demás.

Estos episodios producen luego sentimientos de intensa culpabilidad, que llevan a la realización de comportamientos para □□□□□□ engordar □□ Lo más frecuente es que recurran al vómito autoprovocado, también a escondidas. En otros casos toman medicamentos laxantes o diuréticos, generalmente productos que se comercializan como □□□□□□□□□□□□□ Otras personas con bulimia realizan ejercicio físico de modo excesivo, como largas caminatas o ejercicios dirigidos a reforzar abdominales y glúteos. Es muy frecuente que, al sentirse culpables, se avergüencen y oculten y nieguen estos comportamientos.

Los atracones se alternan con periodos largos de ayuno o en los que se limitan a comer alimentos que tengan pocas calorías. Por ejemplo, un comportamiento típico consiste en no comer apenas nada en el desayuno y la comida del mediodía, hasta por la tarde, momento en el que se produce una bajada del azúcar en la sangre, acompañada de ansiedad, se pierde el control, y tiene lugar el episodio de atracón–purga.

Las personas con bulimia suelen tener un peso normal o incluso sobrepeso y con muchas variaciones. Al igual que las personas con anorexia, se obsesionan con el peso y la figura, sobrevalorando su importancia, y tienen “dismorfofobia”, es decir, se ven determinadas zonas del cuerpo más voluminosas de lo que las tienen en realidad.

Estas personas tienen casi siempre síntomas de ansiedad y, con menor frecuencia, aislamiento social y síntomas depresivos. En ocasiones desarrollan también otros comportamientos impulsivos, como consumo de alcohol o drogas, relaciones de pareja o sexuales precipitadas, o robos.

Las complicaciones físicas más frecuentes son consecuencia de los atracones y los vómitos: alteraciones del estómago y el esófago, deterioro del esmalte dental, estreñimiento, etc. La desnutrición y la osteoporosis son menos frecuentes que en la anorexia nerviosa.

¿A quiénes afecta?

La bulimia afecta aproximadamente al 2-4% de las adolescentes y mujeres jóvenes. Es mucho más frecuente en mujeres que en varones. En los estudios en los que se buscan síntomas en la población general, se obtienen frecuencias de la enfermedad mucho mayores que en los estudios realizados en consultas médicas.

Es una enfermedad difícil de diagnosticar, por lo que a menudo no se recibe tratamiento. Las personas con bulimina suelen ocultar sus comportamientos y se suelen negar a acudir al médico por este motivo. Al contrario que en la anorexia nerviosa, la enfermedad no produce desnutrición, por lo que es más difícil que quienes viven en su entorno la sospechen.

¿Qué causa la bulimia nerviosa?

Existen factores de diversos tipos que influyen en el desarrollo de la bulimia nerviosa. Determinados rasgos de personalidad, como la inseguridad o la tendencia a la impulsividad, hacen que las personas sean más vulnerables a desarrollar la enfermedad.

También puede influir el que existan antecedentes familiares de bulimia y de depresión. El haber tenido obesidad, con los comentarios sociales que ello conlleva, también supone un factor de riesgo. La presencia de un conflicto, ya sea familiar, entre amigos, de pareja o laboral, suele ser la causa desencadenante en personas predispuestas.

Al igual que en la anorexia nerviosa, el inicio de una dieta de adelgazamiento por la influencia actual del modelo social de extrema delgadez es un factor a veces determinante. Algunas profesiones o aficiones como gimnastas, bailarinas o modelos, tienen mayor riesgo de desarrollarla.

Artículo publicado el 4-2-2014, revisado por última vez el 20-6-2019

La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.

Este texto, perteneciente a la Asociación Española de Pediatría, está disponible bajo la licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España.

Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:

https://enfamilia.aeped.es/temas-salud/bulimia-nerviosa-que-es-por-que-se-produce