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/sit

ilia.aepe

Anorexia nerviosa: qué es y por qué se produce

¿Qué es la anorexia nerviosa?

Es una enfermedad de origen mental. Las personas, por lo general chicas, que lo padecen tienen una preocupación excesiva por el peso, lo 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 situación de desnutrición grave.

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.

Además de los síntomas principales, la anorexia suele traer asociadas complicaciones tanto físicas como psiquiátricas: trastornos o desaparición de la menstruación (regla), alteraciones en los huesos (llamadas osteopenia y osteoporosis) que a largo plazo conllevan fracturas y deformidades óseas, piel seca y caída del cabello por falta de vitaminas, problemas digestivos y cardiovasculares (hipotensión, mareos), síntomas de depresión y de ansiedad, y alteraciones en la atención y la concentración.

¿A quiénes afecta?

La anorexia nerviosa no es una enfermedad que afecte exclusivamente a mujeres, pero es diez veces más frecuente en el sexo femenino. El número de hombres con anorexia está aumentando en las últimas décadas y suele tratarse de casos muy graves. El pico máximo de incidencia se da en la adolescencia, se calcula que afecta aproximadamente al 1% de las mujeres menores de 25 años.

¿Cuáles son las causas de la anorexia nerviosa?

Las causas que producen la anorexia son múltiples y de diferentes orígenes. Existen factores biológicos, como los péptidos reguladores del apetito. Algunas situaciones predisponen a desarrollarla: antecedentes personales de sobrepeso en la infancia, o antecedentes familiares de trastornos del humor o de la conducta alimentaria.

Afecta más a personas con baja autoestima, tendencia al perfeccionismo, inestabilidad afectiva, inseguridad, etc. Es frecuente el éxito académico o profesional, pero con inseguridad en el ámbito emocional.

Existen otras causas que son precipitantes, es decir, desencadenan el trastorno en personas predispuestas. Se trata de acontecimientos de distinta naturaleza, sucedidos en el ambiente de la paciente. El inicio de una dieta baja en calorías, dado el estereotipo de belleza actual caracterizado por una extrema delgadez, es un factor determinante en la aparición de esta enfermedad. Este modelo se transmite a través de los medios de comunicación (televisión, internet, revistas, redes sociales) e influye especialmente a los adolescentes. El hábito de comer en soledad, la ruptura matrimonial de los padres, un conflicto de pareja o entre amigas, también puede desencadenar el trastorno. El ambiente que se origina en torno a algunas aficiones y profesiones, como bailarinas, modelos o gimnastas, puede suponer una situación de riesgo.

Por último, existen algunos factores que perpetúan la enfermedad, es decir, que impiden la recuperación una vez instaurada. Entre ellos destacan el aislamiento social, la negación de la enfermedad y la distorsión de la imagen

corporal. Además, se producen una serie de cambios en el sistema digestivo, que dificultan el proceso de realimentación, y en los péptidos reguladores del apetito. Estas alteraciones suelen volver a la normalidad con la recuperación de peso.

Se calcula que el 20% de las personas que padecen anorexia nerviosa fallecen por complicaciones de la enfermedad.

Artículo publicado el 20-2-2014, 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/anorexia-nerviosa-que-es-por-que-se-produce