



La adolescencia y los trastornos de alimentación



INTRODUCCION

La mayoría de los trastornos de la alimentación empiezan a manifestarse durante la adolescencia. Estos trastornos que son cada vez más diagnosticados, no deben pasar desapercibidos, ya que las consecuencias pueden ser permanentes.

Generalidades sobre la Anorexia

La anorexia es un trastorno de la alimentación las personas dejan de comer para evitar la ganancia de peso. Se asocia a ansiedad, depresión, alteraciones de la imagen corporal, obsesiones en la conducta alimentaria y aislamiento, mientras que la pérdida de peso continúa, incluso hasta niveles alarmantes.



en general, por lo que muchas veces un trastorno de la alimentación puede pasar desapercibido o sus síntomas se consideran parte normal del desarrollo de un adolescente. Por esto, es importante prestar especial atención a los datos de alarma en esta edad.

Los síntomas generales son los más conocidos:

- + Peso por debajo del 15% del ideal.
- + Miedo intenso por subir de peso.
- + Visión distorsionada del cuerpo o negación de que la pérdida de peso es un problema.
- + Falta de menstruaciones
- + Puede asociarse a comportamiento purgativo o vómitos.



Sin embargo algunos síntomas como el aislamiento, depresión, ansiedad, rehusarse a comer con la familia o estar excesivamente preocupado por su apariencia pueden ser tomados como una "actitud normal para un adolescente".

La adolescencia, personalidad y trastornos de alimentación.

Durante la adolescencia se presentan muchos cambios. Cambia el cuerpo, la personalidad, los intereses y la actitud

¿Cómo puedo detectar anorexia en un adolescente?

Los síntomas de la anorexia en la adolescencia **no son muy diferentes a los que se presentan en la edad adulta.** La familia, maestros y amigos deben estar atentos a los datos importantes como la pérdida de peso o un cambio importante en la forma de actuar y comentarlos cuando





exista la sospecha de que alguien padece un problema de este tipo.

Los adolescentes tienden a ocultar sus problemas y negarlos con mayor vehemencia que los adultos, por lo que se requiere de una mayor insistencia y comunicación para obtener información.

Los maestros y amigos pueden haber notado estos trastornos, por lo que la información y comunicación es vital para conocer la situación actual de un adolescente.

Algunos datos que se deben tomar en cuenta son:

● Come porciones pequeñas o se niega a comer. En ocasiones mienten diciendo que ya comieron en otro lado.

● Miedo intenso a engordar o ganar peso, aun cuando se encuentran en crecimiento.

- Imagen corporal distorsionada
- Realiza ejercicio extremo por tiempos prolongados
- Esconde comida o come en secreto
- Desaparece después de comer, sobre todo al baño.
- Cambios importantes de peso (incrementos o pérdidas)
- Se encuentra extremadamente irritable, aislado o deprimido.



- Dolor abdominal, mareo, frío constante, dificultades para dormir, piel seca, vello delgado en el cuerpo, debilidad muscular.
- Alteraciones de piel, cabello o uñas.
- Hinchazón en manos o pies

¿Cuáles son las consecuencias de la anorexia en los adolescentes?

La anorexia afecta al crecimiento y desarrollo de los adolescentes. Se puede afectar la talla y el desarrollo hacia la etapa adulta, además de los trastornos psicológicos que acarrea un trastorno de la alimentación.

Estos trastornos pueden ser irreversibles y persistir hasta la etapa adulta. Entre más tiempo pasa hasta el momento del diagnóstico, mayor es el riesgo de que los problemas continúen.

Detectarlos a tiempo es vital para evitar complicaciones. Si usted sospecha que un adolescente padece un trastorno de la alimentación, no dude en pedir ayuda para diagnosticarlo o tratarlo.



1. Gay ZÓ, Ramírez RGE Anorexia y bulimia nerviosa. Aspectos odontológicos. Revista ADM 2000; 57 (1): 23-32
2. Abbate-Daga G, Gramaglia C, Amianto F, et al. Attachment insecurity, personality, and body dissatisfaction in eating disorders. [Journal Article] *J Nerv Ment Dis* 2010 Jul; 198(7):520-4.
3. Roy M, Meilleur D Body image distortion change during inpatient treatment of adolescent girls with restrictive anorexia nervosa. [Journal Article] *Eat Weight Disord* 2010 Mar-Jun; 15(1-2):e108-15.

