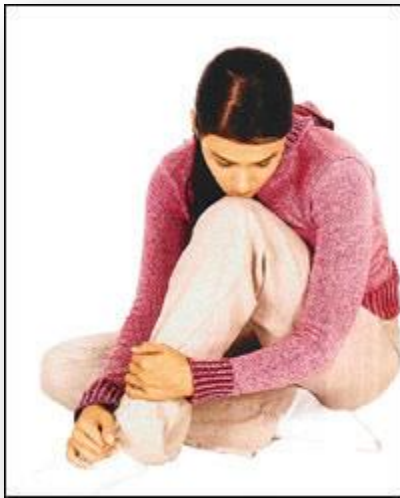




# Anorexia y trastornos menstruales

## INTRODUCCION

La anorexia nerviosa es un trastorno de la alimentación que se presenta con mayor frecuencia en las mujeres. Es común que estos trastornos afecten muchas funciones corporales, entre ellas la menstruación. A continuación se comentan de manera general las causas y consecuencias de estas alteraciones.



## **Anorexia y salud**

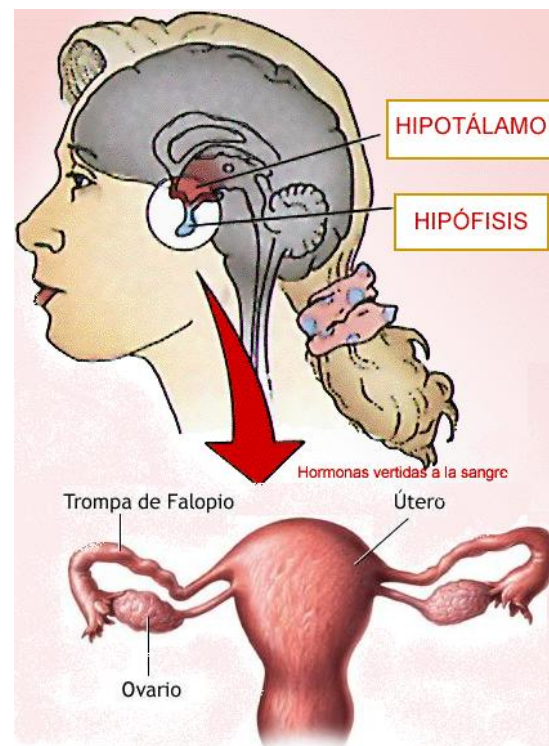
Actualmente se sabe que la anorexia es un trastorno común derivado del deseo compulsivo de perder peso aun cuando esto afecte a la salud. Debido a que las personas que la sufren comen demasiado poco y solo cierto tipo de alimentos, existe



una desnutrición importante que afecta a la salud. La función sexual es una parte importante de la salud por lo que se afecta rápidamente cuando se presenta la anorexia.

## **El control del ciclo menstrual**

Para que se pueda presentar la menstruación se requiere que todos los sistemas del cuerpo estén funcionando correctamente. El control de la menstruación inicia en el cerebro en la región conocida como hipotálamo el cual libera hormonas que controlan a la hipófisis (glándula maestra). La hipófisis a su vez genera impulsos hormonales que regulan el funcionamiento de los ovarios.



El hipotálamo funciona como un “sensor” del estado general del cuerpo, en él se



recibe información general del cuerpo, incluyendo temperatura, metabolismo y las reservas corporales. Si el peso del cuerpo no es el adecuado (tanto exceso de peso como peso bajo) las señales del hipotálamo pueden alterarse, causando irregularidades menstruales.

### **Anorexia y menstruación**

Cuando el peso es muy bajo para la estatura de una mujer, no existe un sustrato adecuado para lograr un embarazo saludable ya que se pondría en riesgo la salud de la madre y el bebé. El cuerpo echa a andar los sistemas necesarios para evitar un embarazo en estas circunstancias enviando al hipotálamo las señales que indican que las reservas corporales no son suficientes para un proceso extenuante como un embarazo o la pérdida de sangre asociada a una menstruación normal ya que existe el riesgo de exacerbar la anemia que de por sí, la mayoría de las mujeres con anorexia padecen.



El resultado, de esta señal es que los ciclos menstruales se detienen, disminuye la producción de estrógenos y el sistema reproductor se queda "en pausa".

### **Las consecuencias de los trastornos menstruales en la anorexia**

La falta de ciclos menstruales en una mujer con anorexia es un reflejo de que el proceso está afectando a los sistemas hormonales y es generalmente uno de los primeros signos de alteraciones importantes en el cuerpo que se producen como consecuencia de la anorexia.

Se considera que la falta de estrógenos asociado a la anorexia es uno de los factores que contribuyen con mayor fuerza a la osteoporosis que se encuentra en estas mujeres.

### **Osteoporosis**



Una secuela importante es que las mujeres padecen infertilidad mientras se encuentran en estas circunstancias.



## El tratamiento de las alteraciones menstruales en las mujeres con anorexia

Se han empleado anticonceptivos con la idea de sustituir a los estrógenos para recuperar el ciclo menstrual y la densidad de los huesos, sin embargo, a pesar de que con estos medicamentos se recupera el ciclo menstrual en algunos casos, no se recupera la densidad del hueso ni la fertilidad.



El único tratamiento efectivo para mejorar estas alteraciones es la recuperación del peso, sin embargo, en muchos casos extremos, ni siquiera esto llega a ser suficiente y las alteraciones necesitan intervenciones más fuertes o llegan a ser irreversibles.



La prevención es el arma más efectiva en los casos de anorexia y otros trastornos de la alimentación. No permita que usted o alguien que conoce sufra las consecuencias de estas enfermedades, busquen ayuda lo más pronto posible.

## BIBLIOGRAFÍA

1. Seidenfeld MEK, Rickert VI. Impact of Anorexia, Bulimia and Obesity on the Gynecologic Health of Adolescents. *Am Fam Physician*, 2001; 64(3):445-451.
2. Rackoff P, Honig S. Anorexia nervosa, athletics, and amenorrhea: the female athlete triad. *Curr Opin Endocrinol Diabetes*, 2006; 13:491-496
3. Smith AT. Amenorrhea as a Diagnostic Criterion for Anorexia Nervosa: A Review of the Evidence and Implications for Practice. *J Am Psychiatr Nurses Assoc*, 2008; 14(3), 209-215.

