

# LOS TRASTORNOS DE LA *conducta alimentaria* desde la psiquiatría

## *los trastornos de la conducta alimentaria*

Son considerados por la psiquiatría como un problema de salud mental que inician con mayor frecuencia en la adolescencia o edad adulta temprana. Estos trastornos son complejos y aunque no se conocen las causas que los producen aún hoy en día, se consideran importantes la participación de factores biológicos, psicológicos y culturales, de ahí de que su atención sea multidisciplinaria, esto es que el equipo terapéutico esté integrado por psicología, nutrición, psiquiatría y en algunos casos será indispensable la participación de otras especialidades médicas.

AQUÍ HABLAREMOS ESPECÍFICAMENTE DE LA

## *Anorexia nervosa y la bulimia nervosa*

los cuales son padecimientos que afectan a aproximadamente a un poco menos del 5% de la población adolescente, siendo más frecuente en mujeres que en hombres ya que se considera que por cada 9 mujeres con estos trastornos hay un hombre que también lo padece. La anorexia se caracteriza por un patrón de disminución en la ingesta calórica de alimentos relacionado con el temor a subir de peso aunado a la distorsión de la imagen corporal, donde la o él paciente puede percibirse como obeso aún cuando su peso sea inferior para su estatura y edad.

Mientras que en la bulimia existen episodios que llamamos atracones en los cuales hay una ingesta excesiva de alimentos en un periodo menor a dos horas en el cual la persona siente que esta perdiendo el control y no puede dejar de comer y posterior a esto sucede lo que llamamos conductas purgativas como pueden ser el autoinducirse el vómito, usar laxantes y diuréticos o realizar ejercicio excesivo.

A pesar de desconocer las causas exactas de estas dos enfermedades, se han hecho algunos descubrimientos sobre lo que ocurre en el cerebro de las personas afectadas. Por ejemplo, normalmente cuando comemos, en nuestro cerebro se activan regiones del cerebro que producen placer, pues bien, en las personas con trastornos de la alimentación se propone que esas zonas cerebrales que anticipan el placer y que se asocian a su vez con el placer de haber ingerido un alimento funcionan de forma diferente y por lo tanto quien padece de **ANOREXIA O BULIMIA** tienen dificultades para procesar la sensación de recompensa que da el comer. Por ejemplo, se ha visto que cuando alguien que sufre de anorexia come excesivamente, hay muy poca actividad en los centros del cerebro que producen recompensa y por el contrario aquellas zonas que inhiben la conducta de comer sesobre activan.

Por otra parte, en el caso de la

## *bulimia nervosa*

es muy frecuente que estos pacientes presenten abuso de drogas o se auto lastimen, esto en conjunto con su incapacidad para detener un episodio de atracón hace sospechar que hay una falla en su proceso de inhibición de conducta que depende de un circuito cerebral llamado frontoestriatal (que es una red de conexiones entre neuronas que va del lóbulo frontal a otra zona del cerebro llamado estriado).

## *En conclusión*

a pesar de que se han hecho muchos esfuerzos en estudiar qué es lo que ocurre en el cerebro de quienes padecen estos trastornos, no se ha llegado una conclusión definitiva, dado la complejidad del cerebro humano. Y pareciera que existe un desequilibrio en los centros neuronales que se relacionan con la inhibición de conductas y con la recompensa que se tiene al ingerir alimentos.

A través de la terapia entre diversos especialistas posiblemente estos mecanismos cerebrales son modificados y los hallazgos de los estudios del cerebro en la anorexia y bulimia puede en un futuro ayudar a diseñar terapias que ofrezcan una mayor posibilidad de que los pacientes se recuperen.