



**INFORMACIÓN
BÁSICA SOBRE
ANOREXIA Y
BULIMIA**



www.rpan.org

PV N° 26

Autora: Dra. MSc., Faviola Jiménez.
CEO Red Peruana de Alimentación y Nutrición

INFORMACIÓN BÁSICA SOBRE ANOREXIA Y BULIMIA

Jiménez Ramos, Faviola Susana

Doctora en Salud Pública. Magíster Scientiae en Nutrición, Nutricionista.

Diplomada en Promoción de la Salud

CEO Red Peruana de Alimentación y Nutrición - RPAN

¿Qué son la anorexia y bulimia nerviosas?

La anorexia y bulimia nerviosas son trastornos de la alimentación, trastornos cuya base y fundamento se encuentran en alteraciones psicológicas.

El término **anorexia** proviene del griego a-/an- (negación) + orégo (tender, apetecer). Es un síntoma frecuente en multitud de enfermedades y situaciones fisiológicas consistente en la disminución del apetito, lo que puede conducir a una disminución de la ingesta de alimentos.

La bulimia o bulimia nerviosa. "Bulimia" proviene del latín bulimia, que esto a su vez proviene del griego βουλιμία (*boullimia*), que a su vez se compone de βους (*bous*) , buey + λιμος (*limos*), hambre. Significa hambre en exceso o hambre de buey es un trastorno mental relacionado con la comida.

"La anorexia y bulimia nerviosas son complejos trastornos en los que intervienen múltiples factores de riesgo predisponentes, precipitantes y de mantenimiento. Una persona predispuesta, que atraviese determinadas experiencias, desarrollará un trastorno de alimentación, trastorno que en sí mismo encierra una serie de fenómenos susceptibles de mantener y agravar la enfermedad"

¿A qué edad suelen aparecer los trastornos de la conducta alimentaria?

Potencialmente, pueden aparecer a cualquier edad (niños, adolescentes, adultos y ancianos), si bien la edad más frecuente de aparición de la anorexia es la pubertad y primera adolescencia y de la bulimia la

adolescencia media y la juventud.

Por debajo de 15 años es más frecuente la anorexia, de 15 a 18 la incidencia es similar a la anorexia y la bulimia y a partir de los 18 la bulimia duplica a la anorexia.

¿Quién padece estos trastornos con más frecuencia?

La anorexia nerviosa se da en una proporción nueve veces superior en chicas que en chicos; sin embargo la bulimia se da en unos y otros por igual y afecta a todas las clases sociales de manera similar.

Signos y síntomas - La paciente anoréxica

- Falta de conciencia de la enfermedad
- Miedo intenso a la obesidad
- Distorsión del esquema corporal
- Rechazo a mantener un peso normal
- Caída del cabello
- Amenorrea, piel seca
- Hipotensión, hipotermia
- Cortado de alimentos en trozos pequeños
- Ingesta lenta
- Masticado largo antes de tragar
- Preferencia por porciones muy pequeñas
- Ocultamiento de la comida
- Consumo de anorexígenos, laxantes y diuréticos
- Recuento de las calorías
- Rituales con la comida
- Hiperactividad para bajar de peso

- Aislamiento social
- Irritabilidad en el carácter
- Depresión en el 40 o 45% de los casos
- Conductas obsesivas
- Extrema autoexigencia

Signos y síntomas - La paciente bulímica

- Episodios recurrentes de voracidad
- Conciencia de que el patrón alimentario es anormal
- Sentimiento de no poder con la ingesta
- Oscilaciones significativas de peso