

DOCUMENTO ACCESIBLE DE WEB-MED

GLOSARIO

DESCRIPCIÓN	1
CAUSAS	1
SÍNTOMAS.....	2
PRUEBAS Y EXÁMENES	2
¿Cómo se calcula el IMC?	2
TRATAMIENTOS.....	2
CÓDIGO DE AYUDA (COLUMNAS) ¿????.....	3
EXPECTATIVAS.....	3
CASOS Y CONTROLES	3
BIBLIOGRAFÍA.....	4

DESCRIPCIÓN

La anorexia nerviosa es un trastorno alimentario caracterizado por una restricción extrema de la ingesta calórica, un miedo intenso a ganar peso y una imagen corporal distorsionada. Las personas con anorexia se perciben con sobrepeso, incluso cuando están peligrosamente delgadas. Esta condición puede llevar a la desnutrición severa, con consecuencias graves para la salud física y mental. Es más común en adolescentes y mujeres jóvenes, pero puede afectar a cualquier persona.



CAUSAS

- **Genéticos:** Predisposición hereditaria a los trastornos alimentarios.
- **Psicológicos:** Baja autoestima, perfeccionismo y trastornos de ansiedad.
- **Sociales y culturales:** Presión por alcanzar un ideal de belleza que promueve la delgadez.
- **Familiares:** Influencia de miembros que valoran en exceso la apariencia física o dinámicas familiares disfuncionales.
- **Factores biológicos:** Desequilibrios en neurotransmisores que afectan el comportamiento alimentario.

SÍNTOMAS

1. **Restricción extrema de alimentos** y evitar comer.
2. **Pérdida de peso significativa** y un peso corporal muy bajo.
3. **Miedo intenso a ganar peso**, incluso estando por debajo del peso saludable.
4. **Distorsión de la imagen corporal**, creyendo estar con sobrepeso cuando no es el caso.
5. **Comportamientos obsesivos** relacionados con la alimentación, como contar calorías o realizar ejercicio excesivo.
6. **Problemas físicos** como piel seca, pérdida de cabello, fatiga, mareos, baja presión arterial y amenorrea (ausencia de menstruación en mujeres).
7. **Aislamiento social**, irritabilidad y depresión.

PRUEBAS Y EXÁMENES

El IMC es un método de evaluación fácil y económico para la categoría de peso: bajo peso, peso saludable, sobrepeso, y obesidad. El IMC no mide la grasa corporal directamente, pero el IMC se correlaciona moderadamente con medidas más directas de la grasa corporal^{1,2,3}. Además, el IMC parece estar tan fuertemente correlacionado con diversos resultados metabólicos y de enfermedades como lo están estas medidas más directas de la grasa corporal.

¿Cómo se calcula el IMC?

$$IMC = \frac{\text{Peso (Kg)}}{\text{Estatura (m)}^2}$$

IMC	Nivel de peso
Por debajo de 18.5	Bajo peso
18.5 – 24.9	Normal
25.0 – 29.9	Sobrepeso
30.0 o más	Obesidad

TRATAMIENTOS

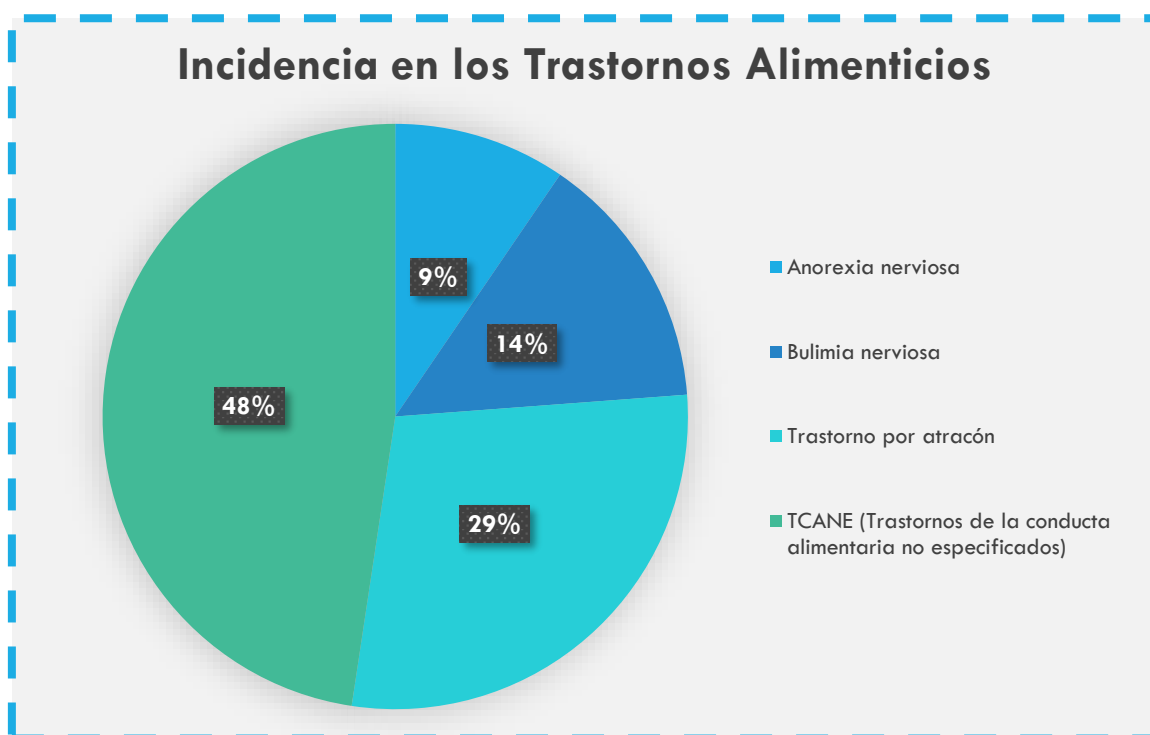
- **Terapia psicológica:** Terapia cognitivo-conductual (TCC) para modificar patrones de pensamiento y comportamiento relacionados con la alimentación.
- **Asesoramiento nutricional:** Planes de alimentación diseñados por nutricionistas para restaurar un peso saludable.
- **Tratamiento médico:** Supervisión médica para tratar complicaciones físicas como la desnutrición y desequilibrios electrolíticos.

- **Medicamentos:** Antidepresivos o ansiolíticos para tratar la depresión, ansiedad u otros trastornos mentales asociados.
- **Hospitalización:** En casos graves, la hospitalización puede ser necesaria para estabilizar el peso y tratar complicaciones graves.
- **Terapia familiar:** Involucra a los familiares en el proceso de recuperación para apoyar al paciente en su entorno.
- **Programas de rehabilitación:** Tratamientos intensivos en centros especializados para ayudar a la recuperación integral.

PROCESO DE AYUDA (COLUMNAS)

- | | |
|---|---|
| 1. Detección y Concienciación | 8. Rehabilitación Física |
| 2. Evaluación y Diagnóstico | 9. Prevención de Recaídas |
| 3. Plan de Tratamiento | 10. Habilidades para la Vida |
| 4. Monitoreo y Ajuste del Tratamiento | 11. Empoderamiento y Recuperación de la Autoestima |
| 5. Intervención en Crisis | 12. Integración Social y Adaptación |
| 6. Educación Nutricional y Alimentación Consciente | 13. Educación y Capacitación Familiar. |
| 7. Apoyo Psicosocial y Grupos de Ayuda | 14. Soporte Continuo y Asistencia Postratamiento |

CASOS Y CONTROLES



EXPECTATIVAS

Con tratamiento adecuado, muchas personas pueden recuperarse por completo, pero algunas pueden enfrentar recaídas o complicaciones a largo plazo relacionadas con la salud física y mental.

*"I'm starting to measure myself in strength, not in kilos. Sometimes in smiles." –
Laurie Halse Anderson*

País	Prevalencia en Mujeres (%)	Prevalencia en Hombres (%)
Japón	2.4%	Alto
Estados Unidos	0.9%-1.5%	Muy alto
Reino Unido	1.6%	Normal
Francia	1.2%	Bajo
Australia	1.0%	Alto

BIBLIOGRAFÍA

[Vuelve a la página de inicio](#)

[Lista de artículos](#)