

## En sujetos vulnerables a desarrollar este tipo de patologías

# LA DIETA ES LA PUERTA DE ENTRADA A LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA

- **Aumenta significativamente el número de personas que decide ponerse a dieta sin consultar con un especialista.**
- **Por cada hombre con este tipo de trastorno de conducta hay 10 mujeres afectadas.**
- **Además de la anorexia y la bulimia han aparecido otros desórdenes que no siempre son patológicos.**
- **La conducta del atracón de comida es la que más se aproxima a los comportamientos adictivos, con un momento de necesidad y búsqueda y un segundo momento de satisfacción.**

**Madrid, 31 de enero de 2014.-** El factor que más favorece la aparición de un Trastorno de la Conducta Alimentaria (TCA) es el comienzo y perpetuación de una dieta con unas pautas alimentarias inadecuadas. *“En sujetos vulnerables a desarrollar patologías mentales una dieta restrictiva produce una serie de cambios biológicos y psicológicos que interfieren en su buen funcionamiento mental y corporal”*, explica el profesor Luis Rojo, catedrático de Psiquiatría de la Universidad de Valencia y jefe de la Sección de Psiquiatría Infanto-Juvenil y de Trastornos de Conducta Alimentaria del Hospital Universitario y Politécnico La Fe de Valencia. *“Antes del verano, después de la Navidad y en época de exámenes este tipo de comportamiento es muy frecuente: aumenta significativamente el número de personas que decide ponerse a dieta sin consultar con un especialista”*, apunta el psiquiatra.

Los trastornos de la conducta alimentaria son enfermedades mentales que comportan anomalías graves durante la ingesta y convierten la comida en un enemigo. Son cada vez más frecuentes y actualmente se encuentran entre las patologías más graves de la población española.

El origen de estos trastornos se explica a partir de una alteración mental cuya expresión psicológica es un elevado nivel de insatisfacción personal, miedo a madurar, elevados índices de autoexigencia o ideas distorsionadas sobre el peso y la comida. Los trastornos alimentarios más conocidos que se enmarcan dentro de este conjunto son la anorexia, la bulimia nerviosa y el trastorno por atracón. Respecto a la prevalencia, es muy superior en mujeres que en hombres, con una proporción de diez a uno.

### **Nuevos desórdenes**

En este sentido, el profesor Rojo comenta que el perfil clínico de las pacientes con TCA recuerda a aquellas que padecen una adicción comportamental. *“La conducta del atracón es la que más se aproxima a los comportamientos adictivos, con un momento de necesidad y búsqueda y un segundo momento de satisfacción”*.

Además de la anorexia y la bulimia han aparecido otros desórdenes: ortorexia, potomanía, pregorexia, vigorexia, etcétera. Los especialistas se muestran bastante críticos con la tendencia de hacer de cada fenómeno una enfermedad. *“La potomanía, por ejemplo, que se corresponde con un consumo excesivo de líquidos es frecuente en la diabetes; la vigorexia es un deseo extraordinario de musculación, para considerarla enfermedad debe asociarse a otras limitaciones funcionales, interferencias sociales, laborales, personales, automedicación con anabolizantes y otras sustancias, baja autoestima, etcétera”*, señala el psiquiatra valenciano.

Según el doctor Ignacio Basurte, psiquiatra del Hospital Universitario Gregorio Marañón y secretario de la Sociedad Española de Patología Dual (SEPD), *“en la mayoría de los TCA suele haber una tendencia a la autoevaluación negativa y a la sobrevaloración -física y general- de las personas que rodean al afectado. Otra característica muy frecuente es la codependencia emocional: una obsesión continua por agradar y complacer a cualquier precio, similar a una adicción comportamental”*.

### **Patología Dual y TCA**

*“Merece la pena destacar que aquellas personas que manifiestan tener problemas de alimentación, presentan también problemas relacionados con el consumo de sustancias con bastante frecuencia”*, revela el doctor Basurte.

Estudios realizados en algunos hospitales españoles con Unidades de Trastornos de la Conducta Alimentaria en adultos han demostrado que los pacientes con estos trastornos en la vida adulta consumen una media de tres sustancias adictivas, siendo las más frecuentes cafeína (86%), alcohol (72%), tabaco (51%). Inmediatamente después encontramos el abuso de benzodiazepinas e hipnóticos, cannabis y otras sustancias (alucinógenos, cocaína, anfetaminas y opiáceos).

*“Sólo un 2,3% de los pacientes con TCA no realiza ningún consumo de sustancias. Esto sube a un 11,4%, sin tener en cuenta el consumo de tabaco o cafeína, siendo en este caso el consumo más prevalente el alcohol, - comenta el doctor Basurte. Se puede afirmar que por lo menos el 88,6% de los pacientes con TCA en la vida adulta, realizan algún consumo de sustancias con potencial adictivo, excluyendo el tabaco y la cafeína. Además, el riesgo de consumo perjudicial de alcohol y adicción se multiplica por cinco en pacientes con bulimia nerviosa. Estas pacientes se asocian también con una mayor impulsividad”*.

Estos desórdenes, como la propia Patología Dual, están subdiagnosticados. Para el propio individuo pasan inadvertidos y potencian el desequilibrio psicológico. Como no son identificados, cuando llegan a la consulta del especialista pueden encontrarse en una fase complicada.

### **Sociedad Española de Patología Dual**

Los avances en las neurociencias y los estudios epidemiológicos han puesto en evidencia la íntima y significativa relación entre conductas adictivas y otros trastornos mentales. La controversia y el desconocimiento que deriva en una falta de diagnóstico y tratamiento inciden en la elevada morbilidad y mortalidad de los pacientes y en el sufrimiento de sus familias.

Constituida en 2005 y con más de 1800 socios, la Sociedad Española de Patología Dual (SEPD), pionera a nivel internacional, coloca a España en un lugar de liderazgo.

Esta sociedad científica además de dar reconocimiento científico a estos pacientes, constituye un espacio común para los clínicos, médicos, psicólogos e investigadores que trabajan en distintos dispositivos de atención a personas adictas, psiquiatría y salud mental, así como otros lugares donde existen pacientes con patología dual, en el que pueden compartir sus inquietudes y proyectos investigadores, clínicos, docentes etc. Como punto de referencia nacional e internacional en su campo, la SEPD trabaja para asesorar, formar, investigar y dar servicio a la sociedad en torno a esta problemática.

### **Para más información**

PLANNER Media 91.787.03.00 Elena Moreno/ Laura Castellanos

E-mail: [emoreno@plannermedia.com/lcastellanos@plannermedia.com](mailto:emoreno@plannermedia.com/lcastellanos@plannermedia.com)

**¡¡Síguenos en twitter @sepd\_es!!**