

16 de octubre del 2006

TRASTORNOS ALIMENTARIOS: CONDICIÓN LETAL

by Karim Amadeo, Especial/El Nuevo Herald

Un estudio realizado durante este año para la Asociación Nacional de Desórdenes Alimentarios, (NEDA), por su sigla en inglés, señaló que en Estados Unidos 10 millones de mujeres y un millón de hombres están batallando contra los trastornos alimentarios como la bulimia y la anorexia nerviosa, definitivamente una cifra alarmante que amenaza la salud de muchos individuos.

A pesar de que durante muchos años los desórdenes relacionados con la comida han sido mayormente asociados con las mujeres, la realidad es que pueden afectar también a los hombres, incluso a niños en pleno desarrollo. "En términos de los varones estamos viendo niños desde 10 y 12 años de edad. Sin embargo, la situación con los niños y hombres varía porque regularmente ellos quieren estar delgados pero no desean tener la delgadez que tiene una muchacha anoréxica", afirmó la psicoterapeuta de The Counseling Group, Alma Lovaton. De acuerdo a la nutricionista Ivonne Hamilton quien forma parte del mismo grupo de especialistas, antes lo usual era ver jovencitas de alrededor de 14 años. "Sin embargo, recientemente he visto niñas hasta de ocho años que ya son anoréxicas.

A principios del verano comencé a ver una niña que tenía muchos problemas en su familia y había bajado de peso dramáticamente, pero lo increíble fue que en tres o cuatro meses la niña mejoró muchísimo porque comenzó el tratamiento a tiempo", cuenta Hamilton. Por su parte, Melissa Román, una paciente que comenzó a sufrir de anorexia a los 14 y que hoy día tiene 29 y está en recuperación, relató abiertamente su historia a El Nuevo Herald. "Nací en Nicaragua y para el momento que comencé con la condición vivía allá y para mis padres era un asunto muy impactante. Ellos no lo querían admitir porque decían que esa era una enfermedad americana y que eso no pasaba en Latinoamérica. Empecé a hacer una dieta sin necesidad porque era delgada, tenía 14 años y estaba creciendo. Me mudé de mi país a otro y el cambio me afectó bastante y para ese entonces tanto mi mamá como mi hermana estaban haciendo dieta y yo quería ponerme a dieta también. Mi dieta consistía en que en la semana no comía nada y en los fines de semana comía. Lo poquito que ingería lo

vomitaba". Según indicó Lovaton, la mayoría de los desórdenes alimentarios empiezan a desarrollarse con una dieta por el afán de estar más delgados. Sin embargo, psicológicamente la base de casi todos los trastornos al comer es un desorden de autoestima. "La persona que sufre de anorexia o de bulimia pertenece al grupo de los perfeccionistas, sumamente exigentes con ellos mismos. La base psicológica muchas veces tiene que ver con lo mismo, ya que pueden existir circunstancias en su hogar, en sus relaciones o en la vida social que ellos no pueden controlar. Estas llegan a un nivel que le causa tanta ansiedad que ya no saben cómo manejarlo", explicó Lovaton. "Entonces de repente empiezan una dieta y se dan cuenta que están rebajando y que es algo que pueden controlar. Esta parte de mi mundo la controlo, el divorcio de mis padres no, la depresión de mi hermana tampoco y así por el estilo", añadió. Por su parte, la nutricionista señaló que, una persona anoréxica es una individuo que se restringe en lo que come. El cambio físico va a ser bien drástico porque va a bajar mucho de peso y se va a notar bastante rápido. Se pone irritable, socialmente comienzan a cambiar y ya no quieren salir tanto. Siempre tiene problemas con el vestir porque por más flaco que esté se ve o se siente gordo. Además, si la persona continúa con la enfermedad, ésta puede afectar otros sistemas como son la menstruación, los huesos, entre otros.

En la misma línea, la psiquiatra del grupo de profesionales, Judith Castro Golden explicó que, existen dos tipos de bulimia nervosa. "Las personas que vomitan y las que no, que utilizan otros métodos como el ejercicio excesivo, laxantes, enemas, entre otros. Una vez tuve un caso que insistía en que ella tenía un desorden por déficit de atención (ADD), por sus siglas en inglés, para que la medicara ya que ese tipo de medicamento hace que la persona pierda peso". "Las personas con bulimia pueden esperar horas para vomitar y conocen tanto su cuerpo que saben si después de tres horas todavía pueden hacerlo. Definitivamente, si fuera inmediatamente después de comer la familia podría reconocer que algo extraño pasa y podría identificar la causa de la pérdida de peso más fácilmente, ", aseguró la psicoterapeuta del mismo equipo de expertos de la salud, Silvia Almeida Vaquero. Cabe señalar, que existen muchísimos casos de mujeres entre 35 a 60 años que han padecido de anorexia o bulimia y que nunca han recibido tratamiento, por eso es importante recalcar que siempre hay esperanza y se puede buscar ayuda. "He tenido pacientes que han pensado que esa es la manera en la que tienen que vivir su vida.

Actualmente, como hay tanta información sobre el tema, decidieron buscar ayuda tal vez porque fueron al médico y éste les dijo que tenían los huesos como si fueran una persona de 80 años", apuntó Hamilton. Con el tratamiento apropiado las probabilidades de salir airoso de este tipo de condición es

mucho más grande que lograrlo por su propia cuenta. Es muy difícil que una persona se recupere sola. "Hoy en día luego de estar sometida a tratamiento por muchos años tengo amigas, una vida social, hago bastante trabajo voluntario y aprovecho cada oportunidad que tengo de hablar sobre mi experiencia. Quiero ayudar a otra gente y definitivamente estoy en un lado de la vida que nunca pensé que existía", reconoció la paciente en recuperación.

Más información en The Counseling Group, 305-857-0050