

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Santiago S, Cuervo M, Zazpe I, Ortega A, Garcia-Perea A, Martinez JA. [Weight status, dietary habits and physical activity among 6-12 year-old children in Castile-La Mancha]. En: Anales de pediatria (Barcelona, Spain: 2003) [Internet]. 2014 [citado 28 de marzo de 2016]. p. 89-97. Recuperado a partir de: <http://europepmc.org/abstract/med/21962446>
2. Palomo AE, Bahillo CP, Bueno LG, Feliu RA, Gil-Campos M, Lechuga-Sancho AM, et al. [Recommendations of the Spanish Paediatric Endocrinology Society Working Group on Obesity on eating habits for the prevention of obesity and cardiovascular risk factors in childhood]. En: Anales de pediatria (Barcelona, Spain: 2003) [Internet]. 2015 [citado 28 de marzo de 2016]. Recuperado a partir de: <http://europepmc.org/abstract/med/26212421>
3. Gil-Campos M, González MSJ, Martín JD, de la Asociación C de N, de Pediatría E. Use of sugars and sweeteners in children's diets. Recommendations of the Nutrition Committee of the Spanish Association of Paediatrics. An Pediatría Engl Ed. 2015;83(5):353-e1.

CORRESPONDENCIA

Mellisa Venegas Calderón

Correo electrónico: mely0489@hotmail.com**Trastornos de la alimentación: un verdadero problema en adolescentes**

Eating disorders: a real problem in adolescents

Andrea Núñez-Chaves ^{1a}

Señor Editor. Los trastornos alimenticios se han caracterizado por alteraciones en la conducta alimenticia predominantemente en mujeres adolescentes, siendo los más frecuentes la bulimia y la anorexia nerviosa (1).

Se puede definir anorexia como el trastorno que lleva a las personas a perder más peso de lo que se considera saludable para su edad y estatura, mientras que la bulimia nerviosa se puede expresar como los episodios regulares de ingerir una gran cantidad de alimentos (atracones) y la sensación de pérdida del control sobre la comida, incurriendo posteriormente a diversos mecanismos para evitar aumentar peso, como vomitar, uso de laxantes o purgantes, etc(1)

La evidencia refiere que estos trastornos alimenticios inician en la etapa de la adolescencia, así también, estas conductas suceden con mayor frecuencia en mujeres que en hombres, siendo la bulimia el trastorno que ocurre con mayor frecuencia. Pero ¿Por qué ocurre más en adolescentes que en adultos? Los adolescentes están en pleno crecimiento mental, se ven presionados por la sociedad, problemas familiares e inclusive seres cercanos que los manipulan. El problema se ve reflejado en

conflictos que tienen desde niños, como depresión, ansiedad o inclusive cuadros suicidas por agresiones que sufrieron por algún familiar(2), siendo más susceptibles de padecer algún trastorno futuro aquellos que tuvieron conflictos entre los 9-11 años de edad (3)

Entre las razones sociales por las cuales las mujeres son más expuestas a estos trastornos alimenticios tenemos la influencia de ciertos contextos sociales, como el modelaje, las fiestas, el deporte, entre otras.(4) Una de las razones por la cual la mujer busca dejar de comer o algún trastorno es porque no se siente cómoda con ella misma y busca alguna solución de manera enfermiza para "adaptarse a la sociedad". Ellas mismas buscan una solución de verse bien por imagen, inclusive por la presión de conseguir una pareja(5).

Finalmente, destacar que la edad y la ansiedad están correlacionadas con algún trastorno alimenticio, y se considera de suma importancia que las instituciones de salud identifiquen estos trastornos e implementen acciones o políticas para evitar que más adolescentes desarrollen este tipo de trastornos ante crisis depresivas o de ansiedad, o simplemente para verse

1. Escuela de Medicina y Cirugía. Universidad Hispanoamericana. San José, Costa Rica

a. Estudiante de medicina

Recibido: 06-01-2015 Aprobado: 06-02-2016

Citar como: Núñez-Chaves A. Trastornos de la alimentación: un verdadero problema en adolescentes. Rev Hisp Cienc Salud. 2016;2(1): 110-11

bien, dejando de lado su salud. Además, se debe inculcar principios, valores, fomentar la autoestima, e impulsar estrategias educativas que permitan prevenir lamentables consecuencias.

FINANCIAMIENTO

Autofinanciado

CONFLICTOS DE INTERÉS

La autora niega tener conflictos de interés en la presente publicación

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Sierra Puentes M. Nervous Bulimia and its subtypes. *Divers Perspect En Psicol.* junio de 2005;1(1):46-62.
2. Benjet C, Méndez E, Borges G, Medina-Mora ME. Epidemiología de los trastornos de la conducta alimentaria en una muestra representativa de adolescentes. *Salud Ment.* diciembre de 2012;35(6):483-90.
3. Pineda-García G, Gómez-Peresmitré G, Velasco Ariza V, Platas Acevedo S, Áramburo Vizcarra V. Riesgo de anorexia y bulimia en función de la ansiedad y la edad de la pubertad en universitarios de Baja California-México. *Rev Mex Trastor Aliment.* diciembre de 2014;5(2):80-90.
4. Hernández B, Hernando M, Cortés M, Felipe A. Social inclusion through the body in women with anorexia-bulimia in Medellín, Colombia. *Iatreia.* diciembre de 2010;23(4):319-28.
5. Carrillo Durán V, del Moral Agúndez A. The influence of factors that define the body image model on the well-being of young women who suffer from anorexia and bulimia and healthy people. *Saúde E Soc.* junio de 2013;22(2):468-84.

CORRESPONDENCIA

Andrea Núñez Chaves

Email: andreanunez@hotmail.com

ISSN: 2215-4248

Revista Hispanoamericana de
Ciencias de la Salud