



Anorexia Nerviosa

La anorexia nerviosa, también denominada anorexia, es un tipo de trastorno de la conducta alimentaria. Las personas con anorexia comen tan poco que tienen una pérdida de peso perjudicial y quedan con una delgadez peligrosa. Pueden pensar que tienen sobrepeso o exceso de peso cuando en realidad tienen muy bajo peso o gran delgadez. La anorexia afecta más a las niñas y mujeres que a los niños y hombres. La anorexia es un problema de salud grave que puede incrementar el riesgo de muerte a temprana edad. Sin embargo, las personas con anorexia pueden recuperarse con tratamiento.

P: ¿Quiénes están en riesgo de tener anorexia?

R: La anorexia es más común en niñas y mujeres.

Las adolescentes entre 13 y 19 años y las mujeres jóvenes alrededor de los 20 años son las que mayor riesgo tienen. Aunque los trastornos de la conducta alimentaria también están ocurriendo con mayor frecuencia en las mujeres mayores. Un estudio reciente manifiesta que el 13 por ciento de las mujeres estadounidenses de más de 50 años tiene signos de trastornos de la conducta alimentaria.

P: ¿Cuáles son los síntomas de la anorexia?

R: La anorexia produce cambios físicos y psicológicos. Una niña o mujer con anorexia es muy delgada y puede tener la conducta alterada.

Otros síntomas de la anorexia incluyen:

- Tristeza
- Irritabilidad
- Pensamientos confusos o lentos
- Falta de memoria o criterio
- Cabello y uñas quebradizos y finos
- Tener frío todo el tiempo debido a la disminución de la temperatura corporal interior
- Debilidad, mareos o sensación de desmayo

- Cansancio o pereza
- Períodos menstruales irregulares o amenorrea
- Piel seca, con manchas o amarillenta
- Crecimiento de un delgado vello en todo el cuerpo (denominado lanugo)
- Constipación o distensión abdominal grave
- Debilidad muscular o inflamación articular

Las niñas o mujeres con anorexia también pueden tener cambios en el comportamiento como:

- Hablar sobre el peso o la comida todo el tiempo
- No comer o comer muy poco
- Negarse a comer en presencia de otras personas
- No querer salir con amigos
- Inducir el vómito
- Tomar laxantes o píldoras dietéticas
- Hacer actividad física excesiva

Las personas con anorexia también pueden tener otros problemas de salud, incluso depresión, ansiedad, o abuso de sustancias.

P: ¿Qué efecto tiene la anorexia en la salud de la mujer?

R: Al tener anorexia, el cuerpo no recibe la energía que necesita de los alimentos, por lo tanto lentifica los procesos y deja de funcionar normalmente. Con el tiempo, la anorexia puede afectar el organismo de las siguientes maneras:

- Problemas cardíacos, incluso presión sanguínea baja, ritmo cardíaco más bajo, arritmia, ataque cardíaco y muerte súbita por problemas cardíacos.

- Anemia (cuando los glóbulos rojos no transportan suficiente oxígeno al organismo) y otros problemas sanguíneos
- Debilitamiento óseo (osteopenia u osteoporosis)
- Cálculos renales o insuficiencia renal
- Amenorrea, que puede traer problemas para quedar embarazada
- Durante el embarazo, mayor riesgo de aborto espontáneo, cesárea o neonato con bajo peso

P: ¿Cómo se diagnostica la anorexia?

R: El médico o personal de enfermería te hará preguntas sobre los síntomas y la historia clínica. Puede ser difícil

hablar con el médico o el personal de enfermería sobre las conductas alimenticias o de actividad física ocultas. Hablar con honestidad sobre la conducta alimenticia o de actividad física es una buena manera de buscar ayuda.

P: ¿Cómo se trata la anorexia?

R: El médico puede remitirte a un equipo de médicos, nutricionistas y terapeutas que te ayuden a mejorar. Los planes de tratamiento incluyen terapia nutricional, psicoterapia (también denominada a veces “terapia de conversación”), grupos de apoyo o medicamentos como antidepresivos.

Para obtener más información...

acerca de la anorexia, llama a la línea de ayuda de la OWH al 800-994-9662 o comunícate con las siguientes organizaciones:

MentalHealth.gov, HHS
espanol.mentalhealth.gov

Instituto Nacional de Salud Mental NIH, HHS
 866-615-6464 • www.nimh.nih.gov

Red de Información para el Control del Peso, NIDDK, NIH, HHS
 877-946-4627 • www.niddk.nih.gov/health-information/informacion-de-la-salud/control-de-peso

Asociación Estadounidense de Psicología
 800-374-2721 • www.apa.org

National Association of Anorexia Nervosa and Associated Disorders
 847-831-3438 • www.anad.org

Asociación Estadounidense de Trastornos de la Conducta Alimentaria
 800-931-2237 • www.nationaleatingdisorders.org/neda-espanol

La Oficina para la Salud de la Mujer agradece las revisiones adicionales de:

- Mark Chavez, Ph.D., Jefe, Programa de investigación sobre trastornos de la conducta alimentaria, Instituto Nacional de Salud Mental
- Kamryn T. Eddy, Ph.D. y Jennifer J. Thomas, Ph.D., profesores adjuntos de psicología, Departamento de Psiquiatría, Harvard Medical School, Codirectores del Programa Clínico y de Investigación de los Trastornos de la Conducta Alimentaria, Massachusetts General Hospital
- Kendra Becker, M.S., becaria clínica en psicología y, Departamento de Psiquiatría, Massachusetts General Hospital

El material de esta página no tiene restricciones de derechos de autor, y se puede copiar, reproducir o duplicar sin autorización de la Oficina para la Salud de la Mujer en el Departamento de Salud y Servicios Humanos. Se agradece citar la fuente.

Última actualización de la página: 31 de mayo de 2017.

Última revisión del contenido: 26 de junio de 2016.

 www.facebook.com/HHSOWH

 www.twitter.com/SaludDLaMujer

 www.youtube.com/WomensHealthgov

espanol.womenshealth.gov | 800-994-9662

