

# La anorexia nerviosa y su entorno socio-familiar

(Nervous anorexia and its socio-family environment)

Díez Hernández, Itziar

Hospital Donostia. Serv. de Cuidados Intensivos Pediátricos.  
Apdo. de correos 477. 20080 Donostia/San Sebastián

BIBLID [1137-439X (2005), 27; 141-147]

Recep.: 15.10.03

Acep.: 11.03.05

---

*A lo largo de la vida del individuo está presente el continuo salud-enfermedad. La enfermedad puede expresarse de muchas maneras y sin pretenderlo el ser humano adecua la expresión de la misma, desde sus condiciones y circunstancias que le rodea en su ambiente social, cultural y familiar. La anorexia es un modo de enfermar particular sobre todo de nuestro tiempo y nuestra sociedad.*

*Palabras Clave: Anorexia. Anorexia nerviosa. Imagen corporal. Adolescencia. Familia. Alimentación. Delgadez.*

*Osasun-gaixotasuna continuum-a presente egon ohi da gizabanakoaren bizitzan zehar. Gaixotasuna modu askotara ager daiteke eta, nahi izan gabe, gizakiak horren adierazpena moldatu egingen du inguratzen duten egoera eta baldintzetatik, bere kultura eta familia giroaren barnean. Nerbio anorexia gaixotzeko era berezi bat da, batez ere gure garaiari eta gizarteari dagokiena.*

*Giltza-Hitzak: Anorexia. Nerbio anorexia. Gorputz irudia. Nerabezaroa. Familia. Elikadura. Argaltasuna.*

*Tout au long de la vie de l'individu la constante santé-maladie est présente. La maladie peut s'exprimer de bien des façons et sans le vouloir l'être humain adapte l'expression de cette maladie, à partir des conditions et des circonstances qui l'entourent dans son milieu social, culturel et familial. L'anorexie nerveuse est une façon de tomber malade, particulière à notre époque et à notre société.*

*Mots Clés: Anorexie. Anorexie nerveuse. Image corporelle. Adolescence. Famille. Alimentation. Minceur.*

Aunque no son muchos los trastornos de la conducta alimentaria este trabajo se centra en uno de los más conocidos: la anorexia nerviosa.

Antes de describir lo que es la anorexia nerviosa es fundamental explicar lo que se entiende por alimentación.

La alimentación es un proceso voluntario de incorporación de los alimentos que tras su digestión suministran al organismo todos los nutrientes que necesita para crecer, renovarse y desarrollar sus funciones vitales y de relación.

## **¿PERO QUÉ ES LA ANOREXIA NERVIOSA?**

Antes de definir lo que es la anorexia nerviosa hay que hacer una breve diferenciación entre lo que es la anorexia y lo que es la anorexia nerviosa.

La anorexia es un síntoma definido por la falta anormal de las ganas de comer o en otras palabras, la inapetencia; Mientras que la anorexia nerviosa se trata de una compleja enfermedad en la que la anorexia ( falta de apetito ) puede estar o no presente. Por lo tanto al hablar de anorexia nerviosa no se debería llegar a falsas deducciones como falta de apetito de origen psíquico.

La persona que padece anorexia nerviosa muchas veces se encuentra en un estado extremadamente hambriento, estando obsesionada con la comida y con el acto de comer.

Por ello la definición de anorexia nerviosa se puede dar como un trastorno de la conducta alimentaria caracterizada por un intenso deseo de pesar menos. La manera de conseguir esta progresiva y continua pérdida de peso la consiguen con una reducción drástica de la ingesta de alimentos y a veces también acompañado de un ejercicio físico excesivo y de conductas de purga.

La obsesión por perder peso que tienen puede llegar a afectar a la salud de la persona que la padece e incluso llevar a la muerte.

La anorexia nerviosa se diagnostica principalmente con la pérdida de peso del 15%. También se caracteriza por una serie de cambios físicos y psíquicos.

Dentro de los cambios físicos destacan: amenorrea (falta de tres periodos consecutivos ), hipotermia, edemas, bradicardia e hipotensión.

Entre los cambios psíquicos el principal sería: La percepción distorsionada del propio cuerpo, ya que la persona que sufre la anorexia nerviosa tiene siempre miedo de verse gorda independientemente de su aspecto o peso.

## **HISTORIA DE LO QUE HOY CONOCEMOS COMO ANOREXIA NERVIOSA**

A lo largo de la historia se puede encontrar ciertos relatos que tratan sobre esta enfermedad.

Los primeros datos datan de la Edad Media que junto a otros trastornos que afectaban sobre todo a las mujeres que recibían la clasificación de “Enfermedad Misteriosa”.

Bell (1985) hizo una revisión histórica sobre algunas mujeres de los siglos X, XI y XII pertenecientes habitualmente a órdenes religiosas y que presentaban unas características emocionales y unos patrones de comportamiento y alimentación puramente anoréxicos.

La estética del cuerpo ha estado también siempre reflejada en las obras artísticas de distintos autores y de distintas épocas. Sus obras eran el reflejo de un ideal de la sociedad o bien el ideal del propio autor.

En el Siglo XIX, médicos y sobre todo psiquiatras empiezan a estudiar y a intentar definir lo que hoy conocemos por anorexia nerviosa. La sacan de la calificación “Enfermedad Misteriosa” para clasificarla como una enfermedad de origen mental.

Ha sido en estos últimos años cuando el interés por esta enfermedad se ha incrementado notablemente a causa de su gran incidencia.

De hecho, sólo era conocida por algunos especialistas hasta la década de los setenta, momento en el cual se extendió a la opinión pública.

## **LA EPIDEMIOLOGÍA**

La anorexia se puede dar tanto en hombres como en mujeres, pero la tasa de incidencia es mucho mayor en mujeres. Dos de cada mil mujeres padecen el trastorno en algún momento de su vida, mientras que los hombres padecen dicho trastorno dos de cada diez mil. El número de casos en hombres es tan reducido que hay muy pocos estudios sobre ellos.

La diferencia de la proporción entre hombres y mujeres no es muy conocida, pero parece que puede estar producida principalmente por la gran presión que ejerce la sociedad en general. En nuestra sociedad los modelos femeninos más representados suelen ser muy delgados, mientras que los modelos masculinos son musculosos, parámetros muy distintos en énfasis e influencia para el impresionante joven de uno y otro sexo.

La edad de aparición va desde la adolescencia hasta la cuarta década de la vida, aunque también se ha visto casos a edades tan tempranas como de ocho a diez años. Pero la edad en la que su prevalencia es máxima es de los doce a los dieciocho años.

Aunque hay pocos datos sobre la anorexia nerviosa en el hombre, se sabe que los hombres que la padecen tienden a contraerla a edad más temprana que las mujeres.

La distribución se da con mayor frecuencia en el medio urbano. Con mayor incidencia de las mujeres de clase social media-alta, aunque en las últimas décadas ha ido extendiéndose por las diferentes escalas sociales. En el caso de los hombres tienden a proceder de la clase obrera.

La prevalencia es alrededor del 1% en la raza blanca, y es mucho menor en la raza negra. Es una enfermedad de países industrializados, ya que en los poco industrializados, apenas se conoce esta enfermedad.

La incidencia es mayor en jóvenes, sobre todo en mujeres de clase acomodada, que viven en el núcleo urbano y con profesiones o actividades en las que se exigen unas medidas corporales determinadas (modelos de alta costura, determinadas especialidades gimnásticas, dependientes de tiendas de moda...).

## **LA ETIOLOGÍA**

Hoy en día la etiología de la anorexia nerviosa no se conoce. Lo que si se sabe, es que hay muchos factores que intervienen en la génesis, evolución y mantenimiento de dicha enfermedad. Por ello la anorexia nerviosa se considera como un trastorno de origen multifactorial, que sólo puede ser comprendido teniendo en cuenta no sólo a la persona que padece dicha enfermedad, sino también a su entorno familiar y social.

Los inicios de esta enfermedad se pueden observar sobre todo cuando un adolescente experimenta una nueva situación de tensión en su vida como la ruptura de una relación afectiva importante, el comienzo de nuevos estudios, el cambio de ciudad, ...

Todos estos cambios producen sentimientos de ansiedad y depresión que pueden afectar temporalmente al apetito.

Si la pérdida de peso como consecuencia a la falta de apetito va unida a la valoración estética de la imagen corporal o a algún beneficio que se siguiera de dicha situación, pondrá en marcha la espiral de la anorexia nerviosa. Sobre todo cuando la persona recibe de amigos, compañeros o familiares elogios como "Qué bien estás", "Qué bien te queda la ropa", "Estás más guapa"... Ante estos elogios el individuo empieza a generar un nuevo sentimiento de orgullo sobre su físico, y va a intentar conseguir a toda costa un objetivo: La pérdida de peso.

Otras veces los inicios de la enfermedad no están en el cambio de una situación como las citadas anteriormente, sino que están dentro de lo que se observa dentro del ámbito familiar, por ejemplo, el tener una persona obesa dentro de la familia, una madre perfeccionista...

Por otro lado hay que mencionar que los abusos sexuales y los entrenamientos deportivos intensos, también suelen estar muy relacionados con el origen de la anorexia nerviosa.

Para la persona con anorexia nerviosa su cuerpo cobra un gran valor y su objetivo es mantener su cuerpo perdiendo peso siempre que pueda.

Por otro lado, la persona afectada desarrolla una obsesión por la comida, suele hablar sobre alimentos, almacenar alimentos e incluso empieza a cocinar alimentos que nunca probará. En su mente siempre estará presente la comida.

## **LA ANOREXIA NERVIOSA EN EL ÁMBITO FAMILIAR**

No se puede culpabilizar a la familia como causante de la anorexia nerviosa, ya que dicha enfermedad tiene una multietiolología.

Aunque dentro de dicha multietiolología haya algunos factores que influyan en dicha enfermedad, como puedan ser las malas relaciones con los padres, poca motivación de los padres hacia los hijos, los abusos, ...

Asimismo, hay que señalar que no sólo la persona que padece esta enfermedad va a tener problemas, también su entorno familiar sufrirá la enfermedad. La familia, sobre todo la figura materna, va a vivir una situación límite, en la que al igual que ocurre en situaciones de catástrofes, todos tratan de resolverla como sea, sin saber como hacerlo, resultando que la forma de actuar es lo realmente peligroso.

Es lógico que la familia se encuentre desconcertada ante el comportamiento incomprensible del paciente y trate de convencerle para que cambie de actitud y empiece a comer. Aunque todos los familiares suelen estar predispuestos con sus argumentos a convencer al paciente no suelen conseguir ningún resultado.

La familia debe seguir las recomendaciones y orientaciones del profesional, que muchas veces no son nada fáciles. Las relaciones familiares que surgen en torno a esta enfermedad son muy duras y dolorosas para todos los miembros de la unidad familiar.

Aunque es frecuente que los padres estén dispuestos a ayudar a su descendiente, si es cierto que a veces no es reconocido por alguno de los padres, y es entonces cuando la curación de su hijo puede ser más dificultosa. Lo ideal para el tratamiento de su descendiente, es que los progenitores se informen y acudan al profesional responsable y entre todos valorar la situación para dar unas respuestas apropiadas a la situación, con el fin de encontrar las estrategias terapéuticas efectivas y compartidas.

La paciente también vive muy traumáticamente la ayuda de sus familiares, cuando le animan y estimulan para que cambie sus hábitos y empiece a tener unos hábitos normales de ingesta. La paciente evitará esa situación aislándose de su familia en los momentos que se reúnen para las comidas. Si está presente en el momento de la comida será muy desagradable para todos.

## **LA INFLUENCIA DE LA SOCIEDAD EN LA ANOREXIA NERVIOSA**

Muchos investigadores sobre el tema de la anorexia nerviosa coinciden en señalar que uno de los principales factores a la hora de precipitar dicha enfermedad es la presión social que tienen sobre todo los jóvenes, al conocer el gran valor que tiene en nuestros días la imagen corporal.

Son las jóvenes las que más están afectadas, porque la sociedad marca unos ítems muy concretos para la mujer actual, como es la delgadez.

La delgadez es un punto en una cadena, la cual la sociedad estimula y refuerza con la moda, es por ello que las jóvenes van a estar pendientes de estar a la moda y por tanto conseguir la delgadez que esta de moda en nuestra sociedad.

Hoy en día en nuestra sociedad se considera la delgadez como el prototipo estético ideal, el cual quiere ser alcanzado por la mayoría de los miembros de nuestra sociedad. Esto lleva a que haya un gran número de personas que se sometan a dietas bajas en calorías. En los mercados empiezan a ser más solicitados los productos bajos en calorías o los productos etiquetados como desnatados.

Los anuncios es habitual que tengan los adjetivos de ligero, desgrasado, esbelto, fino,... ante los adjetivos de pesado, graso, grueso ... ; Todo ello para aumentar las ventas.

Hoy en día a la imagen corporal se le da mucha importancia, pero muchas veces conseguir el ideal de imagen corporal supone un gran esfuerzo para muchas personas.

Los hábitos alimenticios se cambian, se tienden a comprar los productos alimenticios bajos en calorías. También los hábitos de ejercicio físico se modifican, no se busca hacer una actividad física que guste ó que sea para disfrutar, sino que se trata de realizar algún tipo de actividad que implique gastar energía y cuanta más mejor, porque casi siempre está el objetivo implícito de perder peso.

En los medios de comunicación: prensa, televisión, revistas... el concepto de delgadez va siempre unido en miles de anuncios a un futuro de riqueza, felicidad y éxito. La delgadez siempre la tienden a relacionar con el triunfo. Por ello es muy difícil en los medios de comunicación que aparezca un o una modelo grueso-a para vender un producto y sobre todo si son productos relacionados con la salud, belleza o alimentación.

Todos aspiramos a tener una buena imagen corporal porque nuestra sociedad nos ha inculcado un ideal de imagen corporal, el cual es esencial para triunfar. Esto lo ha hecho principalmente a través de todos los medios de comunicación.

Se ha dado tanta importancia a la imagen corporal que parece que tener el cuerpo ideal nos va a alargar la vida, dar una mejor calidad de vida, vamos a gustar a todos, a tener éxito, a tener más amigos, a tener el mejor trabajo,...

Las personas más jóvenes, son las más influenciadas por el ideal de la imagen corporal, y sobre todo las mujeres, cuyo ideal estético es la delgadez mientras que para el hombre el ideal es el cuerpo atlético. Los jóvenes que en su intento de ser aceptados socialmente intentan conseguir de cualquier manera el ideal de imagen corporal que establece nuestra cultura. Ser aceptado en nuestra sociedad es una necesidad para el ser humano y mucho más para una jovencita adolescente que quiere estar dentro de los cánones de belleza que impone nuestra sociedad y conseguir la imagen ideal que predomina en esta sociedad: La delgadez

## **CONCLUSIÓN**

La anorexia nerviosa que se inicia con el deseo de adelgazamiento asociado a presiones sociales, situaciones familiares y alteraciones psicológicas, acaba siendo una verdadera enfermedad endocrina y de nutrición.

La persona que padece esta enfermedad se convierte en una esclava de su obsesión por adelgazar a toda costa sin valorar las consecuencias.

Además a medida que va pasando el tiempo con dicha enfermedad a la persona afectada le va a ser más difícil abandonarla, y si continúa sin ponerse en tratamiento puede llegar a la muerte.

## **BIBLIOGRAFÍA**

- BELL, R.M. *Holy Anorexia*. Chicago. Ed.: University of Chicago Press, 1985.
- FERNÁNDEZ, F.; TURON, V. *Trastornos de la alimentación. Guía básica de tratamiento en anorexia nerviosa y bulimia*. Barcelona. Ed.: Masón, 1998.
- MAGANTO, C.; ROIZ, O.; DEL RIO, A. *Guía de trastornos de la alimentación*. San Sebastián. Ed. Ayuntamiento de San Sebastián, 1998; pp. 9-38.
- NATHAN, P. E.; GORMAN, J. M.; SALKIND, N. J. *Tratamiento de trastornos mentales*. Madrid. Ed. Alianza, 2002; pp. 57-64.
- TANNENHAUS, N. *Anorexia y bulimia*. Barcelona. Ed: Plaza & Janes, 1999; p. 150.