

# ACTUACIÓN ENFERMERA ANTE TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA:

## ANOREXIA Y BULIMIA

### ❖ INTRODUCCIÓN

Los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) son uno de los trastornos psicológicos que se presentan en la sociedad actual y que requieren actuación enfermera. En el contexto de una estrategia terapéutica interdisciplinaria presentamos las características más destacables de los mismos, así como establecer diagnósticos y actividades enfermeras que conforman el plan de cuidados en este tipo de trastorno mental. Trastornos como la bulimia y anorexia son cada día más frecuentes en la juventud actual.

Los adolescentes son los más vulnerables y no es raro puesto que están en proceso de construcción de su identidad, no poseen aún criterios y valores propios que les permitan escapar a la presión de los modelos estéticos vigentes. La prevalencia de la anorexia se estima entre un 0,5 y un 1% de la población y su incidencia es de 5 a 10 por 100.000 habitantes al año, afectando principalmente a mujeres de entre 12 y 25 años. En cuanto a la bulimia, su prevalencia es mayor, afectando de entre el 1 y 4% de la población. Los objetivos marcados en este trabajo son:

- Identificar y describir los signos para detectar los TCA: Anorexia y Bulimia.
- Conocer los diagnósticos y actuaciones a llevar a cabo ante pacientes con problemas de TCA.

### ❖ RESULTADOS

#### **ANOREXIA**

Limitación de la ingesta autoimpuesta o asociada a una gran disconformidad con la propia imagen corporal y el peso. La pérdida de peso está originada por el propio enfermo a través de la evitación de consumo de alimentos, y por alguno de estos síntomas: ejercicio excesivo, purgas intestinales y vómitos autoprovocados, consumo de fármacos, diuréticos y anorexígenos.

#### **BULIMIA**

Episodios de ingesta voraz de alimentos sin posibilidades de control. Estos episodios van seguidos de maniobras compensatorias que consisten en vómitos autoprovocados, uso de laxantes, diuréticos, ejercicio, periodos de ayuno, preocupación por el peso, distorsión de la propia imagen y temor obsesivo a engordar.

### **DIAGNÓSTICOS E INTERVENCIONES ENFERMERAS**

<b>Negación Ineficaz</b>	<b>Desequilibrio Nutricional por Defecto</b>	<b>Alteración de la Imagen Corporal</b>	<b>Alteración en los Procesos Familiares</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Informar de los peligros asociados a su conducta alimentaria.</li><li>- Ayudar a reconocer la relación entre sus hábitos alimentarios y las complicaciones físicas y psicológicas.</li><li>- Emplear técnicas de comunicación para que exprese sus sentimientos y pensamientos.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Enseñar y reforzar los conceptos de buena nutrición con el paciente.</li><li>- Controlar las conductas del paciente respecto de la alimentación, pérdida y ganancia de peso.</li><li>- Apoyar al paciente a medida que éste incorpora nuevas conductas de alimentación, cambie su imagen corporal y estilos de vida.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Facilitar la comunicación para que la persona analice qué aspectos de su cuerpo le gustaría cambiar.</li><li>- Ayudarle a comprender la importancia para la salud mental y física de la aceptación de las diferencias.</li><li>- Utilizar refuerzos positivos cuando cumpla los objetivos, incidiendo en la mejora del aspecto corporal.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Informar a la familia sobre todos los aspectos relacionados con los trastornos alimentarios.</li><li>- Prever las dificultades que puedan presentarse y las posibles maneras de afrontarlas.</li><li>- Programar sesiones de terapia familiar para favorecer la expresión de sentimientos.</li><li>- Asumir el papel de cuidador.</li></ul>

### ❖ CONCLUSIONES

Los estudios epidemiológicos que reflejan la incidencia de los TCA indican un aumento de los mismos, tal y como muestra la realidad clínica, donde existe un aumento de estos pacientes en las consultas psiquiátricas y de atención primaria. Además, el tratamiento de pacientes con TCA debe estar planificado desde un sistema multidisciplinar, que implica intervenciones enfermeras, terapia familiar y modificación del comportamiento individual.