

Filosofía



www.shutterstock.com - 101611234

Introducción

El siguiente informe va orientado a conocer mas acerca de la bulimia una enfermedad muy patente en el acontecer de la juventud, lo que la produce, los sintomas, etc ; Muchas veces los jovenes pasamos por momentos malos que nos hacen ir tomando decisiones erroneas y distintos caminos que al final no son la solucion, esta enfermedad es quiza el camino que siguen muchas adolescentes en nuestro pais y en todo el mundo, la búsqueda de una figura “acorde” a los estándares de belleza que nos muestran los medios de comunicación, o la necesidad de sentirse bien con su cuerpo, las inseguridades típicas de la edad, son la llave que enciende el motor de la bulimia, como adolescentes, como mujeres debemos trabajar para ir erradicando esto, siendo el primer paso conocer esta toxica enfermedad.

¿ QUE ES LA BULIMIA?

Es un trastorno de la conducta alimentaria que consiste en una falta de control sobre la comida, con una ingesta de grandes cantidades de alimentos en un corto periodo de tiempo, una enfermedad en la cual una persona tiene episodios regulares de comer en exceso (ingestión excesiva de alimento) y siente una pérdida de control. La persona utiliza luego diversas formas, tales como vomitar o consumir laxantes (purgarse), para evitar el aumento de peso.



¿Cómo reconocer a un bulímico?

El paciente con bulimia oculta sus atracones y vómitos, y a diferencia del anoréxico su peso no suele oscilar demasiado, por lo que es difícil que las personas de su entorno se den cuenta de su problema



Otros síntomas que se pueden apreciar en un reconocimiento médico son: una ligera distensión abdominal con presencia de estreñimiento, hipertrofia de las glándulas parótidas, pérdida del esmalte dental, lesiones en la garganta, desequilibrio de electrolitos, edemas en extremidades y abrasiones en el dorso de las manos; todo esto debido a la inducción al vómito. El uso de laxantes y diuréticos también produce desequilibrio de los fluidos y electrolitos.

En los bulímicos se presentan, además, alteraciones endocrinas; en las mujeres es frecuente la aparición de irregularidades en el ciclo menstrual o amenorrea.

SÍNTOMAS FISICOS

- La persona con bulimia tiene una preocupación continua por la comida, y siente deseos incontrolables de comer, especialmente alimentos con alto valor calórico (hidratos de carbono, dulces...). Consume grandes cantidades de comida en cortos periodos de tiempo (cada dos horas o incluso menos).
- Para contrarrestar el aumento de peso, el paciente puede provocarse vómitos, abusar de laxantes, consumir fármacos que reducen el apetito o diuréticos. Hay, pues, que sospechar, cuando una persona se encierra en el baño nada más terminar de comer.
- De la misma forma, otros síntomas de bulimia pueden ser ayunar durante largos periodos de tiempo, seguir dietas muy restrictivas y realizar ejercicio intenso.



Factores psicológicos

El sujeto manifiesta un fuerte **miedo a engordar**, fijándose como meta **un peso inferior a su peso óptimo**.

La bulimia generalmente se presenta en pacientes con antecedentes previos de anorexia nerviosa, y con un intervalo entre ambos trastornos de varios meses o años.

Los pacientes con bulimia manifiestan **apatía, fatiga, irritabilidad y cambios en el ritmo del sueño**, lo que genera una pérdida del rendimiento laboral o escolar, y el abandono del cuidado personal.



¿Cómo salir de esto?

Es necesario emplear un tratamiento multidisciplinario para abarcar todas las complicaciones físicas y psicológicas que presentan los pacientes de bulimia. El objetivo del tratamiento es que la persona mejore su autoestima y se acepte a sí misma, para restaurar su equilibrio emocional y que sea capaz de adoptar un estilo de vida saludable.

Las terapias más aplicadas son la psicoterapia individual, en grupo, o familiar, los grupos de autoayuda, y el tratamiento farmacológico. El método que se utiliza con mayor frecuencia en el tratamiento de esta enfermedad es la combinación de fármacos antidepresivos con la terapia cognitivo-conductual (TCC).



OTROS TRATAMIENTOS

Los antidepresivos inhibidores de la serotonina son eficaces para reducir la frecuencia de los episodios en los que el paciente come desenfrenadamente durante cortos periodos de tiempo, y los vómitos auto inducidos, influyendo en la mejoría de la ansiedad, la depresión y el deterioro global, aunque no ayuda a solucionar el problema de fondo acerca de la sobrevaloración del peso y la figura corporal. Por tal razón, se suelen presentar recaídas a largo plazo.

La terapia cognitivo conductual, por su parte, es el método más efectivo y el que mejores resultados ha conseguido en el tratamiento de la bulimia. La terapia cognitivo-conductual, además de mejorar los síntomas, también modifica la tendencia a realizar dietas extremas e influye en las actitudes hacia el peso y la figura, así como otros síntomas psicopatológicos como la depresión, la baja autoestima, el deterioro de las relaciones sociales del paciente, etcétera); de esta forma, los resultados se mantienen a largo plazo.