



## La anorexia también es un problema de mujeres adultas

### Expertos llaman la atención sobre la incidencia de este peligroso trastorno en mujeres maduras.

La última vez que se vio a la actriz estadounidense Angelina Jolie en la alfombra roja fue a fines de enero, durante el estreno de la película 'Kung Fu Panda 3', en la que da vida, con su voz, al personaje Tigresa.

A diferencia de otros eventos similares, en los que su imagen ha sido blanco del escrutinio de los comentaristas de moda, esta vez fue su delgadez extrema la que dio que hablar y alimentó rumores catastróficos sobre su estado de salud.

Las elucubraciones se referían a cáncer, anorexia y hasta a la inminente ruptura de su matrimonio con Brad Pitt por cuenta de la recurrente negativa de ella a comer. Y si bien Jolie desmintió todo, lo cierto es que las imágenes no mienten.

Tal como ocurrió con la princesa Victoria de Suecia y la reina de España, Letizia Ortiz, que se cuentan entre las mujeres más fotografiadas del mundo, queda claro que el aspecto físico de Angelina, de 40 años, refleja todo, menos salud.

Ellas son la cara más visible de un fenómeno en alza: la anorexia nerviosa en mujeres adultas. Este trastorno, que se caracteriza por el rechazo a mantener el peso corporal mínimo normal, un miedo intenso a ganar kilos y una alteración significativa de la percepción de la forma o el tamaño del cuerpo, era más visible en adolescentes.

De un tiempo para acá, sin embargo, cada vez es más común encontrar casos en mujeres entre los 30 y los 60 años de edad.

Para la muestra está, por ejemplo, que la Asociación contra la Anorexia y la Bulimia, de Barcelona (España), señala que hace cinco años la mayoría de sus usuarios tenían entre 18 y 25 años; ahora, el 62 por ciento del total tiene más de 28 años. La asociación homónima de Cataluña apunta a lo mismo al señalar que el 57 por ciento de sus usuarios está entre los 18 y los 30 años, y el 18 por ciento de los atendidos tienen más de 30 años, lo cual empieza a ser visto con preocupación.



La Asociación Psiquiátrica de América Latina (Apal) ratifica que no se trata de casos aislados y estima que el 85 por ciento de los afectados por anorexia nerviosa son mayores de 18 años.

“El trastorno, además, sigue teniendo una incidencia y una prevalencia más altas en el sexo femenino; de hecho, por cada hombre con el trastorno, hay diez mujeres que lo padecen”, dice Rodrigo Córdoba, presidente de la Apal.

### ¿Por qué en adultas?

De acuerdo con Córdoba, es extremadamente raro que esta enfermedad se presente de manera espontánea en la edad adulta.

“Por lo general –dice Córdoba– es la consecuencia de factores que se van sumando desde edades anteriores; las adultas con anorexia en realidad arrastran varios de ellos desde etapas más tempranas”.

En eso coincide la psicóloga Sandra Herrera, magíster de la Universidad de Salamanca, quien agrega que si bien las causas del trastorno a estas edades son disímiles, hay elementos que pueden influir, desde la juventud: “El rechazo en el hogar, la presión social, una baja autoestima y una elevada exigencia, que en la adultez se refuerzan con competitividad, hipersensibilidad a la crítica, una marcada necesidad de aceptación y problemas de autoimagen, que las deja expuestas a presiones externas”, explica Herrera.

De acuerdo con los expertos, quien tiene estas condiciones está a merced de un mundo que proscribe el sobrepeso, la obesidad, la madurez y la vejez, lo cual impone fuertes presiones.

Pero eso no es suficiente para disparar la anorexia. Herrera insiste en que se necesita un factor que desencadene la patología, como una pérdida, un duelo, un cambio de trabajo o de vida o un problema emocional.

Estas situaciones generan inseguridad y la sensación, en los afectados, de que están perdiendo el control; no es raro que terminen culpando de sus problemas al exceso de peso, real o ficticio, y emprendan dietas que llevan a adelgazar de manera importante.

“Para una persona con la anorexia ya instalada o incipiente –afirma Córdoba– esta marcada reducción no basta; al contrario, es un estímulo; de ahí a echar mano de otras



prácticas para adelgazar más, como el ejercicio exagerado, una mayor restricción de la dieta y el uso de diuréticos y laxantes, hay un paso”.

Las consecuencias son devastadoras: pensamientos obsesivos en contra de la comida y todo lo que se relacione con ella: insomnio, hiperactividad, irritabilidad, tristeza mezclada con ansiedad, una tremenda distorsión de la imagen corporal y un miedo patológico a subir de peso.

“Esto, por supuesto, no resuelve el problema de la autoestima –explica Sandra Herrera–, lo empeora”.

### **¿Cómo identificar a las afectadas?**

Los siguientes son signos típicos en una persona afectada por el trastorno:

Pérdida marcada y constante de peso, que justifica con la búsqueda de una dieta más saludable.

Aunque esté delgada, nunca reconocerá que lo está; por el contrario, ella nunca se ve suficientemente flaca.

Evita cualquier acto social que implique comer.

Su forma de comer es muy peculiar: corta en exceso, manipula, separa, quita la grasa con papel de cocina o esconde los alimentos.

Responde de manera agresiva a comentarios sobre su forma de comer.

Se interesa en exceso por los temas de nutrición, recetas y cocina; hace el mercado de la casa y cocina para toda la familia, aunque luego no prueba lo que prepara.

Se vuelve muy tacaña, no solo con los demás, sino también con ella misma.

Empiezan a hacer ejercicio físico en exceso, en solitario, como caminar, aunque también puede optar por actividades como subir escaleras, saltar, bailar en casa, hacer abdominales y abusar de la rutina en el gimnasio.

Se obsesiona por pesarse constantemente, aunque un grupo puntual de afectados adquiere una cierta fobia a hacerlo.



**Universidad del Valle**

Facultad de Salud - Grupo de Comunicaciones



sala de  
Prensa

SALUD

Fuente: Instituto de Trastornos Alimentarios de Barcelona ([www.Itacat.com](http://www.Itacat.com))

Diario El Tiempo. 20 de Abril de 2016, Página 1.