

Los trastornos de la conducta alimentaria son enfermedades graves de salud mental y física que afectan a casi 28.8 millones de personas en los Estados Unidos, es decir, el 9% de la población total. Entre estos cambios podemos mencionar preocupación excesiva y obsesión por los alimentos, el cuerpo, el peso y la forma, comer mucho menos de lo normal o comer muchísimo más y sin control, o tener comportamientos repetitivos perjudiciales, como la inducción al vómito, el mal uso de laxantes y otros medicamentos, la práctica de ayunos o ejercicio excesivo.

Los trastornos alimenticios más comunes son la anorexia nerviosa, la bulimia nerviosa y el trastorno por atracón. Estos trastornos pueden dañar el cuerpo de muchas maneras. Si no son tratados, pueden derivar en enfermedades cardiovasculares, problemas de la salud bucal, problemas gastrointestinales, convulsiones, daños cerebrales, problemas del sueño y pérdida de masa ósea y muscular. Asimismo, estos trastornos de la conducta alimentaria pueden tener efectos perjudiciales en la salud reproductiva y en la maternidad, como pérdida de embarazo, bajo peso en recién nacidos, complicaciones durante la gestación y depresión posparto. Estos trastornos también están relacionados con tasas más altas de ansiedad, depresión y trastornos del temperamento. Es importante recordar que un buen diagnóstico y tratamiento pueden ayudar en la recuperación total de quienes padecen estos trastornos.

Las personas LGBTQIA+ tienen una mayor tasa de incidencia en los trastornos alimenticios en comparación con sus pares heterosexuales. La comunidad LGBTQIA+ tiene una mayor tasa de víctimas de violencia, traumas, bullying y discriminación, lo cual también está estrechamente relacionado con el desarrollo de los trastornos de la conducta alimentaria.

Los trastornos de la conducta alimentaria son cada vez más comunes entre los más pequeños y jóvenes. Según una investigación, el 77% de niños, niñas y adolescentes desde los 12 años no están satisfechos con sus cuerpos y, para los 14 años, entre el 60 y el 70% de las adolescentes quieren bajar de peso. El bullying de los compañeros y la presión de las redes sociales son factores que contribuyen al desarrollo de los trastornos de la conducta alimentaria en los jóvenes. El tratamiento de los trastornos alimenticios en los jóvenes es diferente del tratamiento que reciben los adultos debido al crecimiento y desarrollo normales de la infancia, así como los efectos a largo plazo, además de la necesidad de participación de los padres, las madres y los tutores. Es importante no subestimar el rol del padre, la madre o el tutor en el acompañamiento de los jóvenes para identificar y abordar sus preocupaciones sobre los trastornos alimenticios.

Los trastornos de la conducta alimentaria pueden ser muy comunes entre las personas con diabetes, lo cual daña el cuerpo y dificulta el tratamiento de esta enfermedad. Vivir con diabetes puede aumentar el riesgo de tener un trastorno alimentario, ya que hay una mayor atención y control de la ingesta de alimentos y el peso. Las personas con diabetes pueden experimentar diversos trastornos alimenticios, como restricciones muy severas en sus dietas, trastorno alimentario compulsivo y retención de la insulina para intentar perder peso. Los trastornos de la conducta alimentaria contribuyen a las complicaciones en la diabetes, como la retinopatía, una forma de ceguera causada por daños en las venas dentro y alrededor de los ojos, las neuropatías, daños en los nervios que afectan las piernas y los pies, o la nefropatía, un tipo de daño en los riñones. Las personas con diabetes que padecen trastornos alimenticios deben buscar ayuda con su médico de cabecera, así como también asistencia con profesionales de la salud mental con experiencia en trastornos alimenticios y diabetes.