

---

## Tratamiento de la anorexia en la adolescencia

Tanto la anorexia como la bulimia nerviosa, son consideradas desde una perspectiva multidimensional que incluye factores físicos, psicológicos, familiares y socioculturales, que interactúan entre sí tanto para desencadenar la enfermedad como para mantenerla.

El tratamiento requerirá también una intervención multidimensional incluyendo un tratamiento médico, psicológico y familiar. El tratamiento consistirá en ir introduciendo cambios para conseguir una mejora en sus trastornos físicos, psicológicos y en las relaciones interpersonales familiares y sociales.

¿Qué cambios se requieren por parte de la persona para salir de la anorexia o la bulimia?

- Aceptación de la enfermedad.
- Aceptar cuidar su salud.
- Aceptar ayuda y tratamiento tanto médico como psicológico, que le permitan restablecerse físicamente y le ayuden a cambiar sus pensamientos y comportamientos que tanto le perjudican.
- Esforzarse en introducir cambios para ella misma como persona, cambios que le ayuden a mejorar sus relaciones interpersonales, a afrontar y resolver problemas de la vida, en la forma de hacer proyectos, en sus habilidades sociales y competencia social, en la confianza en sí misma, en el aumento de su autoestima y con más seguridad en el medio que la rodea.

El tratamiento de la anorexia

Pero el hecho de haber tomado la decisión de dejar las conductas características de los Trastornos alimentarios, y someterse a tratamiento, no significa que se ha alcanzado el éxito definitivo. Es más bien, un proceso continuo que conduce a un cambio de comportamiento y de actitud.

En todo ese proceso de cambio, no sólo influyen sus pensamientos, también influirá qué información le va llegando del medio, del tratamiento y de su familia. Todos nosotros: los profesionales, los padres y familiares, el entorno y la propia persona, formamos parte de ese proceso y de ese camino hacia el éxito del tratamiento y de la mejoría de la persona.

¿Qué hacer ante un tropiezo en el tratamiento de la anorexia?

Dentro del proceso de tratamiento, que es lento y gradual, a medida que se van aprendiendo y poniendo en práctica los cambios, puede ocurrir que aparezcan de forma intrusa esos pensamientos con respecto a la comida y a su cuerpo que han acompañado durante años a la enfermedad.

Hay personas que sucumben a estos pensamientos y aparecen las recaídas, iniciando así el camino difícil de los episodios recurrentes y de la cronicidad de la enfermedad. Otras en cambio, se inclinan a pensar en lo aprendido y ahora saben que tienen un mayor control sobre sus pensamientos, más recursos personales para enfrentarse a ellos y que disponen de ayuda adicional. Ante los tropiezos la familia también juega un papel importante, por su forma de reaccionar y enfrentarse a ello. Lo mejor es informar y prestar la ayuda que se requiere.

---

Fuente: INJUVE {mos\_ri}