

---

## Desórdenes alimenticios en la adolescencia

Los desórdenes alimenticios generalmente ocurren entre las chicas adolescentes. Los desórdenes alimenticios entre los varones generalmente ocurren entre atletas, especialmente los luchadores.

Los desórdenes alimenticios más comunes son anorexia nerviosa y la bulimia. La anorexia es un desorden emocional que puede comenzar con una pérdida de peso extrema y la incapacidad de subir de peso. El 90 por ciento de las personas que sufren de éste desorden son mujeres. Los estudios científicos sugieren que una de cada 250 mujeres sufre de anorexia, y sus síntomas aparecen por primera vez durante los primeros años de la adolescencia. La bulimia se caracteriza por episodios de comer en exceso y luego vomitar intencionalmente, las ayunas y el ejercicio extremo. La bulimia tiende a presentarse entre las adolescentes mayores, y muchas de ellas también han padecido de anorexia.

Varios desórdenes físicos están relacionados con los desórdenes alimenticios, tales como los problemas renales, las arritmias cardíacas, irritación y desgarramiento del esófago, mareos y desmayos, y problemas estomacales e intestinales. La mortalidad es del 5 al 15 por ciento, pero esta cifra se puede disminuir con tratamiento.

Diríjase a un experto de inmediato si su hija:

- Baja de peso repentinamente sin razón médica;
- Reduce la cantidad de alimentos que consume, o deja de consumir carbohidratos y grasas;
- Hace demasiado ejercicio a pesar de sentirse débil y fatigada;
- Le aterroriza la idea de subir de peso;

- 
- Deja de menstruar;
  - Se excede al consumir alimentos de alto contenido calórico; o
  - Trata de controlar su peso vomitando o utilizando laxantes y diuréticos.