

Alumna: Martínez Pérez Viridiana Guadalupe

Maestra: Martínez Rodríguez Daniela

Materia: legislación en nutrición

9No cuatrimestre de Nutrición

Ensayo



Trastornos alimenticios

Los trastornos de conducta alimentaria como alteraciones específicas y severas en la ingesta de alimentos en personas que presentan patrones distorsionados en el acto de comer, son más frecuentes en las mujeres generalmente, se inician durante la adolescencia o la juventud temprana

Las conductas anormales de estos individuos constituyen una enfermedad de la cual engloba una serie de entidades patológicas como son físicas, psicológicas, y conductuales, Además, frecuentemente se presentan en asociación con otros trastornos psiquiátricos como, la depresión, ansiedad, trastorno obsesivo-compulsivo y abuso de sustancias, lo que determina un marcado deterioro en el funcionamiento social. Estas enfermedades pueden poner en riesgo la vida de los que las padecen, En ellos se encuentra la bulimia una grave enfermedad psiquiátrica caracterizada por la incapacidad de mantener un cuerpo saludable normal en relación con el peso, aspecto que se constituye en una obsesión, observándose insatisfacción permanente con la delgadez alcanzada haciendo purgas, dietas, ejercicio excesivo o ayuno, Para las personas con anorexia, es muy importante controlar su peso y su figura corporal, y hacen todo tipo de sacrificios que suelen interferir en su vida de forma significativa, para un tratamiento en general debe de estar compuesto por un Psiquiatra, un Psicólogo y un nutricionista, de hecho, sin la terapia nutricional, el tratamiento es ineficiente e ineficaz a largo plazo, Un aspecto importante en este tratamiento es involucrar a la familia, ya que mejorara la evolución, El segundo trastorno de la alimentación mejor caracterizado es la bulimia la característica de esta enfermedad es que la persona sufre episodios de

atracones compulsivos, pero la preocupación que tiene de no ganar peso conduce hacia conductas compensatorias de control para evitar la ganancia de peso, seguidas éstas de un gran sentimiento de culpabilidad y sensación de pérdida de control provocando el vómito; otras conductas son: uso excesivo de laxantes o de diuréticos, el ayuno y ejercicio físico muy intenso con el fin de no incrementar peso, el tratamiento nutricional de quien trata de enseñar al paciente a desarrollar un plan controlado y organizado de consumo de alimentos y conseguir que consuma de forma adecuada, variada y equilibrada, todos los grupos de alimentos y en todas las formas de cocinado, además en su mantenimiento de IMC dentro de los valores

La Pica considerado como un síntoma de trastorno psicológico y no una enfermedad, como un deseo compulsivo de comer sustancias no comestibles, Factores como hambre, náuseas, vómito, molestias digestivas, aumento de la producción de saliva, alteraciones del gusto y olfato han sido implicados en el origen y mantenimiento de la Pica, está motivada por la necesidad de algunos nutrientes esenciales deficitarios en el tratamiento nutricional la importancia en la adecuación de hierro, como también la educación nutricional suplementando las carencias que a la persona presente

Este nuevo trastorno como el deseo de ganar masa magra, no grasa, y una alteración de la imagen corporal, por la cual se ven pequeños y débiles cuando realmente son grandes y musculosos, tienen pensamientos obsesivos sobre su cuerpo y realizaban una práctica de ejercicio físico compulsiva para agrandararlo. Su vida psicológica y social se veía afectada porque preferían estar todo el tiempo en

el gimnasio o evitaban situaciones donde los demás pudieran ver lo poco musculosos que estaban. Además, la dieta era muy estricta y la suplementaban con sustancias proteicas, también hormonas anabolizantes.

En la ortorexia, se considera como la obsesión por la comida sana, hasta un nivel que cabe mencionarse como una preocupación patológica por la comida sana lleva a consumir exclusivamente alimentos procedentes de la agricultura ecológica, es decir, que estén libres de componentes transgénicos, sustancias artificiales, pesticidas o herbicidas, además de aquellas sustancias que hayan sufrido alguna clase de “condena o superstición”. Esta práctica puede conducir muchas veces a que se supriman la carne, la grasa y algunos grupos de alimentos que, en ocasiones, no se reemplazan correctamente por otros que puedan aportarle los mismos complementos nutricionales, La persona que sufre ortorexia no está preocupada por el sobrepeso, no tienen una percepción errónea de su aspecto físico, sino que su preocupación se centra en mantener una dieta equilibrada y sana.

La educación nutricional es una parte fundamental del tratamiento, ya que contribuirá a que el paciente modifique sus actitudes hacia la comida, elimine fobias y recupere un patrón de alimentación normal, favoreciendo de este modo su correcta recuperación nutricional, cada uno de estos trastornos lo caracteriza algo diferente, sin embargo, la alimentación juega un papel importante dentro de ello, como el satisfacer las necesidades adecuadas para la obtención de nutrientes necesarios, el tratamiento nutricional debe de ir acompañado de otros encargados de salud, como el apoyo y motivación de su familia.