PORTADA

**Escuela Normal de Educación Preescolar.**

**Lic. En educación preescolar.**

**Ciclo 2019-2020.**

**“Anorexia Nerviosa”**

**Curso: computación.**

**Unidad de aprendizaje I:**

**Herramientas Ofimáticas.**

**Competencias del curso:**

**\* Ejercitar el uso de las herramientas ofimáticas para automatizar, optimizar, reutilizar y compartir información en las tareas operativas.**

**Titular del curso: Diana Elizabeth Cerda Orocio.**

**Alumna: Daniela Guadalupe López Rocha.**

**Grado: 1º sección: “A”**

**Saltillo Coahuila, 29 de Abril de 2020.**

**TABLA DE CONTENIDO.**

Contenido

[INTRODUCCION. 4](#_Toc39070298)

[**DESARROLLO** 5](#_Toc39070299)

[**JUSTIFICACIÓN** 5](#_Toc39070300)

[**MARCO TEORÍCO.** 6](#_Toc39070301)

[**FACTORES INDIVIDUALES DE RIESGO DE ANOREXIA** 7](#_Toc39070302)

[**PREVENCIÓN DE LA ANOREXIA EN LA ADOLESCENCIA** 7](#_Toc39070303)

[**SOLUCIONES PARA PREVENIR LA ANOREXIA** 9](#_Toc39070304)

[**CONCLUSIONES.** 11](#_Toc39070305)

[**BIBLIOGRAFÍAS.** 13](#_Toc39070306)

[**ANEXOS** 14](#_Toc39070307)

# **INTRODUCCION**.

El tema del que trata este trabajo, es fruto de circunstancias ambientales, de un impacto tan fuerte en nuestra sociedad, sobre todo entre los jóvenes, que dificulta y hasta impide, el desarrollo normal de la persona.

La educación tiende a modelar nuestro cuerpo y a ajustarlo a las exigencias y normativas del entorno en que vivimos, adquiriendo una función muy relevante como mediador cultural. Según los valores, creencias y cánones estéticos que promueve cada sociedad, se va plasmando una imagen corporal ideal en cada uno de nosotros. En este marco surge uno de los trastornos mentales que afecta sobre todo a mujeres jóvenes y que actualmente aparece en el Manual Diagnostico y Estadístico de las Enfermedades Mentales, en su quinta edición, bajo el término de Trastornos de la conducta alimentaria y de la ingestión de alimentos.

En los últimos años el interés por estos trastornos ha sido creciente debido, a que se trata de una enfermedad caracterizada por la gravedad de sus síntomas, su elevada resistencia al tratamiento y riesgo de recaídas, así como al alto grado de comorbilidad y mortalidad que presenta. El tema que se aborda en el presente trabajo es la anorexia nerviosa. El objetivo es la revisión bibliográfica para conocer la evolución en su concepción y el estado actual de conocimiento.

# **DESARROLLO**

## **JUSTIFICACIÓN**

La ANOREXIA es una enfermedad grave, con muchas complicaciones asociadas, un gran impacto en la calidad de vida, una prevalencia en aumento y una tendencia a la codificación. Hoy en día es una entidad de difícil abordaje clínico y terapéutico sobre la cual sigue sin haberse logrado clarificar sus causas, curso y tratamiento de forma satisfactoria. Teniendo en cuenta el duro impacto que puede ocasionar esta patología se han ido desarrollado numerosos estudios epidemiológicos que intentan medir su alcance. Por otro lado, se ha hablado mucho de los factores de riesgo, aspecto que se considera fundamental para poder realizar una detección temprana e implantar estrategias y planes de prevención. Recientemente, se ha demostrado que su diagnóstico precoz, incrementa la probabilidad de recuperación. Su tratamiento, necesariamente multidisciplinar, es difícil y, con frecuencia, exige ingresos hospitalarios de larga duración, implicando un gran consumo de recursos. El impacto en el coste sanitario, sus complicaciones, su gravedad sintomática, la resistencia al tratamiento y las recidivas, son objeto de preocupación. Ello evidencia la necesidad de fomentar programas de prevención que ayuden a la reducción de la vulnerabilidad de la población ante los factores de riesgo que pueden llevar a este tipo de trastornos.

**Objetivos**

General: Conocer y analizar la evolución y estado actual de la ANOREXIA a partir de los aspectos históricos y clínicos, los avances en su detección, orientación y manejo terapéutico.

**Secundarios**

−Localizar fuentes bibliográficas que permitan identificar los aspectos relevantes sobre el tema.

−Conocer la utilidad práctica y real de los avances científicos en este campo así como las controversias entre los diferentes estudios.

# **MARCO TEORÍCO.**

La ANOREXIA es un trastorno de origen neurótico que se caracteriza por un rechazo sistemático de los alimentos y que se observa generalmente en personas jóvenes; suele ir acompañado de vómitos provocados, adelgazamiento extremo y, en el caso de las mujeres, desaparición de la menstruación.

A lo largo de la historia la ANOREXIA se ha descrito de diferentes formas, entre ellas “consunción nerviosa”, “apepsia histérica” y “anorexia histérica”. Precisamente al tratarse de la enfermedad psicosomática y somato-psíquica por excelencia, ha favorecido que a lo largo de la historia las distintas disciplinas hayan establecido hipótesis causales, que explica la cantidad de denominaciones (más de 25) que 5 ha recibido y las diferentes etapas por las que ha transcurrido su descripción e interpretación. En el siglo XX se produce una revolución conceptual y metodológica sobre la ANOREXIA a la que se llegó mediante un largo proceso de contraste de teorías y escuelas. La visión moderna de la ANOREXIA se fija con Bruch (1978), quien describe que esta patología se desarrolla en un contexto familiar concreto, afectando al desarrollo de la personalidad global. A sí mismo, destacó algunas características presentes en el desarrollo del trastorno como las influencias socio ambiental, problemas de autoestima y adaptación social, obsesiones y predisposiciones genéticas.

Estos son algunos de los signos y síntomas emocionales y conductuales de esta enfermedad:

* Negar el hambre o poner excusas para no comer
* Comer solo unos pocos alimentos «seguros», por lo general, con bajo contenido de grasas y calorías
* Adoptar rituales rígidos para las comidas o la alimentación, por ejemplo, escupir la comida después de masticarla
* Mentir sobre la cantidad de comida que se ingirió
* Sentir temor a aumentar de peso, que puede incluir pesarse o medirse el cuerpo repetidas veces
* Mirarse con frecuencia al espejo para ver los defectos que se perciben
* Quejarse por estar gordo o tener partes del cuerpo que son gordas
* Cubrirse con capas de ropa
* Retraimiento social
* Insomnio.

# **FACTORES INDIVIDUALES DE RIESGO DE ANOREXIA**

Se ha hablado de un posible componente genético ligado a un gen, detectado en un gran número de pacientes diagnosticados de este desorden alimentario y activado por situaciones de malnutrición. Diversos estudios de concordancia gemelar apoyan este posible componente genético.

Se ha detectado un aumento de la actividad serotoninérgica que parece estar muy ligado a la disminución de la ingesta de alimentos y a alteraciones de la conducta. Igualmente se han observado, a través de pruebas de imagen, alteraciones anatómicas y metabólicas en los sujetos con anorexia, que podrían estar ligadas a la presencia de la enfermedad.

Finalmente, se ha relacionado de forma predominante la presencia de esta enfermedad con alteraciones psiquiátricas como depresión mayor o [trastorno obsesivo-compulsivo](https://www.webconsultas.com/categoria/tags/trastornos-alimentarios).

**Factores familiares**

Presencia de [alcoholismo](https://www.webconsultas.com/categoria/salud-al-dia/alcoholismo) o trastornos psiquiátricos en familiares de primer grado (padres y hermanos).

**Factores culturales**

Cánones de belleza inalcanzables impuestos por la sociedad y un excesivo culto al cuerpo. Además de estos factores, el inicio de dietas restrictivas es un factor precipitante de la enfermedad

# **PREVENCIÓN DE LA ANOREXIA EN LA ADOLESCENCIA**

La mayoría de los casos de anorexia se dan en mujeres con edades comprendidas entre los 14 y los 18 años. Jóvenes que han recibido un falso mensaje que ensalza la delgadez como la representación del éxito, la felicidad, lo correcto y lo natural. El deseo de cambiar el aspecto físico no implica que se padezca una enfermedad mental, pero sí incrementa las posibilidades de desarrollar un trastorno alimentario cuando se convierte en una [obsesión](https://www.webconsultas.com/mente-y-emociones/test-de-psicologia/test-vives-obsesionado-11688) y se adoptan conductas inapropiadas. La [adolescencia](https://www.webconsultas.com/dieta-y-nutricion/alimentacion-en-las-etapas-de-la-vida/caracteristicas-y-cambios-en-la-adolescencia)–como nos cuenta desde su propia experiencia [Beatriz Esteban en esta entrevista](https://www.webconsultas.com/entrevistas/dieta-y-nutricion/beatriz-esteban-autora-de-sere-fragil-sobre-experiencia-con-la-anorexia)– es una etapa especialmente vulnerable porque la personalidad no está suficientemente formada, de ahí la importancia de establecer programas de prevención de la anorexia, para evitar el desarrollo de este y otros trastornos alimentarios.

Los educadores en contacto con adolescentes juegan un papel muy importante en la detección precoz de los trastornos alimentarios, y deben avisar a los familiares si observan alteraciones emocionales o cambios en el comportamiento o el aspecto físico de los jóvenes.

Si el joven necesita perder peso por motivos de salud, debe hacerlo siempre bajo control médico y con el conocimiento de los padres. Si estos observan que el deseo de perder peso está injustificado, o que el joven empieza a reducir sin motivo la cantidad de comida, deben consultar inmediatamente con un especialista.

Los familiares deben evitar hacer comentarios despectivos sobre el aspecto físico de otras personas. Se puede criticar una mala acción o el mal carácter de alguien, pero no burlarse de su fealdad o gordura.

En esta misma línea, se debe enseñar al adolescente a valorar las virtudes de los otros en vez de juzgarlos por su aspecto físico.

Favorecer la integración y convivencia entre personas procedentes de distintos ámbitos sociales y culturales, ayuda al adolescente a comprender que ser diferente no significa ser peor ni mejor.

Potenciar su autoestima para que valore sus cualidades y capacidades y no se avergüence de sus limitaciones.

Un ambiente familiar positivo, sin caer en la [sobreprotección](https://www.webconsultas.com/bebes-y-ninos/educacion-infantil/sobreproteger-al-nino-un-gran-error) proporcionará al adolescente la seguridad y el apoyo necesarios para superar sus problemas.

|  |  |
| --- | --- |
| **CAUSAS** | **CONSECUENCIAS** |
| Causas **socioculturales**  Vivimos en una sociedad en las que **la imagen tiene una importancia desmesurada**. La publicidad, los cánones de belleza han establecido la delgadez como valor que confirma tanto la identidad de las personas como de su éxito. El mensaje de que sin ser delgado no se puede ser feliz ni tener relaciones sociales satisfactorias es omnipresente. Esta presión lleva a muchos pacientes a desarrollar trastornos alimentarios como la anorexia, entre otros.  Causas **individuales**  Aunque **no existe un perfil único de pacientes de anorexia**, existe una serie de rasgos que se repiten con cierta frecuencia:  -Falta de independencia  -Miedo a madurar  -Autoestima bajo  -Perfeccionismo y autocontrol extremos | La anorexia tiene consecuencias que no se limitan a la pérdida de peso. La malnutrición y la débil alimentación provocan graves problemas físicos. De hecho, la persona anoréxica posee numerosas carencias en vitaminas, proteínas o ácidos grasos.  Esto puede provocar trastornos metabólicos, perturbaciones neurológicas¸ daños cardiovasculares, problemas renales, pérdida de cabello, mareos, etc. También son frecuentes los problemas de osteoporosis que provocan decalcificación de los huesos, fracturas óseas y, en algunos casos, el desgaste y la caída de los dientes.  Se han constatado consecuencias psicológicas en los enfermos de anorexia, como una depresión, una pérdida de la alegría de vivir, una bajada de la libido, un temperamento colérico o dificultades de concentración. Socialmente, esto se traduce a menudo por un aislamiento y un alejamiento de la familia y de los parientes. |

# **SOLUCIONES PARA PREVENIR LA ANOREXIA**

Como pautas preventivas encaminadas a evitar las dificultades mayores sobre la anorexia, destacamos las siguientes:

Mantener la rutina de las comidas familiares de forma organizada (si no es posible la comida, la cena), ya que uno de los síntomas primeros en la anorexia es el no querer participar en la comida y “evitar que los demás vean lo que comes”.

Continuar con las revisiones médicas periódicas hasta la adolescencia para prevenir pérdidas de peso importantes o desproporción con la altura.

Procurar una educación familiar y escolar basada en la prevalencia de los valores humanos sobre los estéticos de “culto” al cuerpo, intentando contrarrestar los mensajes sociales (televisión, muñecas Barbie, modas, anuncios, etc).

Seguir la evolución del hijo/a preadolescente ante cambios en su forma de ser y comportarse, ya que otros síntomas de la anorexia pueden ser la hiperactividad, las actitudes perfeccionistas, la auto exigencia personal y un excesivo orden en su vida.

Asesorarse como padres y atender, para corregir desde edades tempranas, aquellos desajustes alimentarios que van surgiendo, puesto que la prevención evita los futuros

Favorecer un clima familiar adecuado, con frecuente comunicación y conocimiento de los hijos para poder darse cuenta de los desajustes que se inician.

# **CONCLUSIONES.**

* La anorexia nerviosa constituye un trastorno relevante dentro del grupo de los diversos trastornos de la conducta alimentaria, que ha ido en aumento en estos últimos años.
* Es una enfermedad multicausal donde interaccionan aspectos biológicos, psicológicos, familiares y socioculturales con una falla en la adaptación al medio social que intenta ser compensada por conductas patológicas vinculadas a la alimentación y preocupación excesiva por el cuerpo.
* En este trastorno, en algún momento aparecen trastornos orgánicos, aún cuando el organismo mantiene un equilibrio a pesar de la pérdida de peso cuantiosa por mecanismos de autorregulación. Incluso se observan alteraciones clínicas y de laboratorio a partir de pérdidas de peso mayores al 25% pudiendo llegar a ser mortales.
* Quienes desarrollan anorexia nerviosa son mujeres con problemas de autonomía, baja autoestima, perfeccionistas pero con miedo a madurar y rasgos familiares con poca [comunicación](https://www.monografias.com/trabajos12/fundteo/fundteo.shtml).
* Este trastorno incide en mujeres adolescentes y jóvenes que reciben gran influencia social y cultural, respecto a la moda y en prototipo de belleza.
* Ha cundido la idea que estar delgado es sinónimo de saludable. Aunque es verdad que el sobrepeso es perjudicial para la salud, no es cierto que a más delgado, más sano. Los estudios fiables que analizan las variables que influyen en la longevidad afirman que un poco de sobrepeso es una de las que correlaciona mejor con una vida más larga.
* El que una persona obesa sea considerada o no atractiva, depende de las exigencias de la moda, puesto que hay culturas en donde la gordura es sinónimo de belleza.
* El sentirse gordo es una de las causas más frecuentes de la aparición de trastornos alimentarios, no es necesario que lo sea en realidad, sino que el individuo lo considere y que ésto le afecte.
* Observamos que el entorno de las relaciones interpersonales, sobre todo la familia desempeña un rol decisivo - en muchos casos- en la aparición y mantenimiento del trastorno.
* Los rasgos familiares que pueden conducir a producir anorexia son poca comunicación, imposibilidad de resolver conflictos, sobreprotección de los padres, reglas rígidas, [límites](https://www.monografias.com/trabajos6/lide/lide.shtml) generacionales inexistentes y alta expectativa hacia los hijos, entre otros.
* Es necesario brindar un tratamiento integral que incluya a diversos profesionales de la salud, ya que si bien es cierto en un inicio tiene origen social y psicológico, una vez que está presente en la vida de una persona la variable biológica desempeña un rol trascendente en el mantenimiento de este trastorno.
* Hoy en día existe solución a este problema multicausal; y para ello podemos contar con la intervención psicológica desde diversos enfoques teóricos.

# **BIBLIOGRAFÍAS.**

<https://www.monografias.com/trabajos32/anorexia-nerviosa/anorexia-nerviosa.shtml#concl>

<https://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/enfermedades/anorexia-nerviosa>

<https://www.msdmanuals.com/es-mx/hogar/trastornos-de-la-salud-mental/trastornos-de-la-conducta-alimentaria/anorexia-nerviosa>

******ANEXOS.**

****