



¿Qué Causa un Trastorno de la Conducta Alimentaria?

Los trastornos de la conducta alimentaria son condiciones complejas que emergen de la combinación de conductas presentes por largo tiempo, factores biológicos, emocionales, psicológicos, interpersonales y sociales. Los científicos e investigadores aún se encuentran aprendiendo acerca de las causas de estas condiciones físicas y emocionales que tanto daño hacen. Sin embargo, sabemos algunas generalidades que contribuyen al desarrollo de los trastornos de la conducta alimentaria.

Mientras que los trastornos de la conducta alimentaria pueden comenzar con preocupaciones con la comida y peso, son mucho más que solamente comida. La gente con trastornos de la conducta alimentaria utiliza la comida y el control de la comida en un intento de compensar los sentimientos y emociones que de otra manera son vistos como insostenibles. Para algunos, la dieta, el atracón y la purgación, pueden comenzar como una forma de lidiar con las emociones dolorosas y para sentirse en control de su propia vida, pero al final estos comportamientos dañan la salud física y emocional, la autoestima y la sensación de competitividad y control de la persona.

Factores Psicológicos que pueden Contribuir a los Trastornos de la Conducta Alimentaria:

- Baja autoestima
- Sentimientos de insuficiencia o falta de control de su vida
- Depresión, ansiedad, enojo y soledad

Factores Interpersonales que pueden Contribuir a los Trastornos de la Conducta Alimentaria:

- Relaciones personales y familiares problemáticas
- Dificultad para expresar sentimientos y emociones
- Historia de haber sido molestado o ridiculizado basado en su talla o peso
- Historia de abuso físico o sexual

Factores Sociales que pueden Contribuir a los Trastornos de la Conducta Alimentaria:

- Presiones culturales que glorifican la “delgadez” y le dan un valor a obtener un “cuerpo perfecto”
- Definiciones muy concretas de belleza que incluyen solamente mujeres y hombres con ciertos pesos y figuras
- Normas culturales que valorizan a la gente en base a su apariencia física y no a sus cualidades y virtudes internas

Factores Biológicos que pueden Contribuir a los Trastornos de la Conducta Alimentaria:

- Los científicos todavía se encuentran investigando por posibles causas bioquímicas o biológicas de los trastornos de la conducta alimentaria. En algunos individuos con trastornos alimentarios, se ha encontrado que ciertas sustancias químicas del cerebro (llamadas neurotransmisores) que controlan el hambre, el apetito y la digestión se encuentran desbalanceados. El significado exacto y las implicaciones de estos desbalances aún se encuentra en investigación.
- Los trastornos de la conducta alimentaria usualmente se presentan en familias. Los estudios actuales nos indican que la genética tiene contribuciones significativas en los trastornos alimentarios.

Los trastornos de la conducta alimentaria son condiciones complejas que resultan de una variedad de causas potenciales. Sin embargo, una vez que comienzan, pueden crear ciclos autoperpetuantes de destrucción física y emocional. La ayuda profesional es recomendada en el tratamiento de los trastornos de la conducta alimentaria.

Translation courtesy of: Eva Trujillo, MD / Comenzar de Nuevo, AC. Reviewed by: Ovidio Bermudez, MD.

