



# **NOTA DE PRENSA**

*XXVI Congreso Nacional de Psiquiatría*

## **CATEDRÁTICO DE PSIQUIATRÍA ADVIERTE DE QUE LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA SE DAN «EN CHICAS CADA VEZ MÁS JÓVENES Y EN PERSONAS CADA VEZ MÁS MAYORES»**

- *Los factores genéticos pueden llegar a ser responsables de un trastorno de la conducta alimentaria en un 60 u 80%*
- *«Las burlas relacionadas con la imagen corporal o la idealización social de la delgadez mueven a muchas personas hacia la dieta, que es en una gran parte de los casos la puerta de entrada en el trastorno alimentario»*
- *Las cifras que se manejan para la prevalencia total de los trastornos alimentarios en personas jóvenes oscila entre el 5,5 y el 17,9% en mujeres y entre el 0,6 y el 2,4% en varones. «Se trata solamente de la punta del iceberg»*
- *Hoy en día, sólo tres fármacos están reconocidos específicamente para trastornos de la conducta alimentaria; concretamente, para anorexia nerviosa, bulimia y trastorno por atracones*
- *«Las psicoterapias siguen siendo elementos centrales en el tratamiento y deberían usarse sistemáticamente en estos pacientes»*

**Salamanca, noviembre de 2023.-** El XXVI Congreso Nacional de Psiquiatría, que se celebra en el Palacio de Congresos y Exposiciones de Castilla y León, en Salamanca, ha acogido la participación de uno de los mayores expertos españoles en trastornos de la conducta alimentaria, el profesor Francisco J. Vaz Leal, catedrático de Psiquiatría de la Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud de la Universidad de Extremadura (Hospital Universitario de Badajoz).

Las cifras que se manejan para la prevalencia total de los trastornos alimentarios en personas jóvenes oscilan entre el 5,5 y el 17,9% en mujeres y entre el 0,6 y el 2,4% en varones. En el caso de la anorexia nerviosa, las cifras estarían alrededor del 1,5% en mujeres y del 0,2% en varones.

Para la bulimia nerviosa, las tasas de prevalencia serían del 1,9% y del 0,6%, respectivamente. Finalmente, para el trastorno de atracones, las cifras estarían alrededor del 2,8% para mujeres y el 1% en el caso de los hombres.

«Los datos de que disponemos sobre prevalencia son necesariamente aproximativos y, en la mayoría de los casos, se mueven por debajo de lo que en realidad existe, ya que una gran parte de las personas que padecen un trastorno alimentario lo ocultan y, en consecuencia, no acceden a los dispositivos asistenciales ni son detectados por los estudios epidemiológicos», explica el Prof. Vaz Leal. «Son cifras preocupantes, qué duda cabe, más aún cuando consideramos que en muchos casos se trata solamente de “la punta del iceberg”, y todavía más si tenemos en cuenta que los trastornos de la alimentación tienden a persistir a lo largo del tiempo y presentan una gran tendencia a la recurrencia y a asociarse con otros problemas psiquiátricos, como la ansiedad o la depresión».

### **Naturaleza de los trastornos de la conducta alimentaria**

Los trastornos alimentarios son enfermedades complejas en lo que se refiere a su etiología, derivando de esa complejidad, precisamente, las dificultades que conlleva su tratamiento. «Afectan preferentemente (aunque no exclusivamente) a personas jóvenes de sexo femenino, con un espectro de edad que cada vez se amplía más, en el sentido de que los vemos aparecer en chicas cada vez más jóvenes y personas cada vez más mayores», advierte el Prof. Vaz Leal.

Las causas de los trastornos alimentarios son múltiples, ya que surgen de la interacción de factores biológicos con factores de tipo psicológico o psicopatológico y factores de tipo social o cultural.

Dentro de las causas, la genética juega «un papel importante» en la génesis de los trastornos alimentarios en tanto que es «un elemento determinante de la predisposición, pudiendo llegar los factores genéticos a ser responsables del problema en un 60-80%. Se asocian a la vulnerabilidad genética, todavía a nivel biológico, otros factores que tienen que ver con la regulación del apetito, con la sensibilidad de determinadas áreas cerebrales relacionadas con la recompensa, otros elementos de tipo endocrinometabólico y un largo etcétera, del que cada vez vamos sabiendo más». En algunos casos, determinados acontecimientos traumáticos acaecidos durante la infancia se añaden para provocar cambios epigenéticos e incrementar la fragilidad del futuro paciente.

Los sujetos que padecen trastornos alimentarios, por otra parte, suelen presentar características psicológicas bastante específicas, «como por ejemplo, rasgos de tipo obsesivo-compulsivo o rasgos propios del trastorno por déficit de atención con hiperactividad. También suelen ser muy perfeccionistas y exhiben a menudo rasgos evitativos de personalidad. A ello se añaden en muchos casos dificultades de relación, una gran sensibilidad ante las valoraciones ajenas, alteraciones de la imagen corporal y problemas de alexitimia (incapacidad o dificultad para reconocer y expresar las emociones propias)».

El entorno social y cultural juega, finalmente, un papel importante en el desencadenamiento de estos problemas. «Factores tales como las burlas relacionadas con la imagen corporal o la idealización social de la delgadez mueven a muchas personas hacia la dieta, que es en una gran parte de los casos la puerta de entrada en el trastorno alimentario», pone de manifiesto el catedrático de Psiquiatría.

### **La COVID-19, factor añadido**

Según describe el experto, el confinamiento impuesto durante la pandemia de COVID-19 «provocó un agravamiento en la mayoría de los casos, ya que potenció tanto el aislamiento (en personas con problemas de relación interpersonal) como el incremento de los contactos con la familia (en casos de pacientes que tenían una mala relación familiar). También provocó problemas de acceso a los dispositivos asistenciales, con interrupción en muchos casos de los tratamientos en curso y problemas de seguimiento clínico (por ejemplo, en lo referente al estado de nutrición)».

A ello, el Prof. Vaz Leal añade las restricciones para el ejercicio, «algo que en las personas que padecen un trastorno alimentario juega un papel importante como elemento regulador de la ansiedad y el malestar asociado al hecho de comer».

El resultado, de acuerdo con lo que han reflejado diversos estudios, fue un incremento de las hospitalizaciones, una acentuación de los síntomas y un agravamiento de otros problemas asociados, como la depresión, la ansiedad o el insomnio.

### **Tratamientos**

La efectividad de los tratamientos farmacológicos en los trastornos alimentarios «es limitada» y, aunque se utilizan con frecuencia diversos fármacos para el tratamiento de los problemas asociados (como la depresión o la ansiedad), tan solo tres fármacos tienen, a día de hoy, reconocida inequívocamente su utilidad: «la olanzapina en la anorexia nerviosa, la fluoxetina en la bulimia y la lisdexanfetamina en el trastorno de atracones».

Asimismo, el catedrático de Psiquiatría añade que «las psicoterapias (en su formato familiar, cognitivo-conductual, interpersonal o siguiendo otros formatos más o menos específicos) siguen siendo elementos centrales en el tratamiento y deberían usarse sistemáticamente en estos pacientes».

Lo mismo que en el caso de otros trastornos psiquiátricos, hay tratamientos que en estos momentos están en fase de ensayo o se están utilizando, aun sin que existan todavía pruebas concretas acerca de su eficacia. Entre éstos, el Prof. Vaz Leal enumera los fármacos que pueden actuar a nivel del sistema glutamatérgico, la ketamina o la esketamina, algunos psicodislépticos o la estimulación cerebral, pero mientras nos llegan evidencias acerca de su efectividad, tendremos que seguir recurriendo a los métodos de tratamiento más tradicionales», concluye.

El XXVI Congreso Nacional de Psiquiatría, organizado por la Sociedad Española de Psiquiatría y Salud Mental (SEPSM) y la Fundación Española de Psiquiatría y Salud Mental (FEPSM), reúne en la capital charra a más de 1.500 psiquiatras, siendo la cita más relevante de la psiquiatría y la salud mental del año en España.

**Para más información: Gabinete de Prensa XXVI Congreso Psiquiatría Salamanca  
Docor Comunicación. Iñaki Revuelta 678 538 552**