

CENS N° 174 – B° KENNEDY – SANTA LUCIA – SAN JUAN

DOCENTE: ROMERO, Sergio Daniel

CURSO: 1° 1° y 1° 2°

TURNO: Noche – Educación de Adultos

AREA CURRICULAR: Educación Cívica

GUIA DE ESTUDIO N° 5

CUE 7000259-00

Contenido tentativo del 1er y 2do trimestre:

- Situaciones familiares especiales.
- Cambios en la organización familiar. La adopción, familias Monoparentales. Los abusos: Características.
- Las patologías: Anorexia, bulimia, esquizofrenia, la Sociopatía.
- La violencia de género.

Capacidad a desarrollar:

- Comunicación: interpretación de enunciado y consignas.
- Responsabilidad y compromiso: responsabilidad y autonomía en la entrega de tareas.
- Interpretar distintas situaciones comunicativas.
- Valorar el enriquecimiento personal y colectivo.

Metodología:

- **Lectura y análisis de texto.**

Mail ante cualquier duda o consulta:

- **Romero, Daniel:** dannycoy55555rome@gmail.com

ACTIVIDADES

- 1) Analizar la información provista y realizar un esquema sobre la Anorexia, explicando todas sus características e implicancias tanto en la persona como en la sociedad.
- 2) Determinar, mediante un resumen, todo lo referido a la Bulimia, y los efectos sobre la juventud y su implicancia en la sociedad.

LA ANOREXIA

Te explicamos qué es la anorexia, cuáles son sus síntomas, causas y consecuencias. Además, sus características generales y cómo prevenirla.

¿Qué es la anorexia?

La anorexia es **un trastorno de la conducta alimentaria** caracterizado por la restricción del consumo de alimentos que provoca una pérdida de peso acelerada. Esta restricción es ocasionada por una percepción distorsionada y delirante del propio cuerpo y la fantasía de que el malestar desaparecerá como consecuencia de la pérdida de peso. Aunque en la actualidad **afecta principalmente a mujeres**, es una enfermedad mental que puede darse tanto en varones como en mujeres y comienza habitualmente en la pubertad pero puede sostenerse durante toda la vida. Las complicaciones de la anorexia **se desarrollan no solo en la psiquis del paciente sino también en su cuerpo**, ya que la falta de alimento provoca estados de inanición que afectan a todo el organismo.

La anorexia puede clasificarse en:

- **Anorexia restrictiva.** El paciente restringe su consumo de alimentos. Este comportamiento puede estar acompañado de ejercicio físico.
- **Purgado.** Además de la restricción del consumo de alimentos y/o el ejercicio físico, los pacientes se auto provocan el vómito.

Síntomas físicos de la anorexia

El síntoma más evidente es **la pérdida significativa del peso**. Sin embargo, dado que la pérdida de peso puede darse por múltiples razones, para considerarla como un síntoma de anorexia debe estar acompañada de síntomas comportamentales. Debido a que la pérdida de peso es abrupta y sostenida, **aparecen con rapidez problemas endócrinos** y en las mujeres puede suspenderse el ciclo menstrual por varios meses.

Síntomas comportamentales de la anorexia

Son frecuentes las excusas para evitar comer y el control del propio peso. Incluso antes de que aparezcan los evidentes síntomas físicos (como la pérdida significativa del peso), el entorno social y familiar de la persona que padece anorexia puede identificar determinados **síntomas que se expresan en su comportamiento**.

Entre ellos se encuentra la **preocupación excesiva por el contenido calórico** de los alimentos. Además, desde las primeras etapas se presenta una percepción distorsionada del propio cuerpo. Se observará también **estados de hiperactividad**, un control reiterado y frecuente del propio peso y las “trampas” para evitar la comida, como irse a dormir más temprano u ocupar los horarios de las comidas con otras actividades.

Causas sociales de la anorexia

Las causas de la anorexia **son múltiples, pero muchas de ellas provienen del entorno social** de la persona que sufre la enfermedad. En la familia, las dificultades para la comunicación y la expresión de emociones pueden llevar a uno de los integrantes a expresarse a través del padecimiento de su cuerpo. En otros casos la causa puede estar en **ataques repetidos a la autoestima del paciente**, tanto por parte de su familia como de ámbito social amplio.

Causas psicológicas de la anorexia

La anorexia puede estar ligada a la búsqueda de la perfección física. Se ha observado en muchos pacientes que además de las causas sociales existía **una predisposición previa** para el surgimiento de la enfermedad.

Esa predisposición se asocia a características de la personalidad como **el perfeccionismo, una personalidad obsesiva** y la baja autoestima.

Consecuencias clínicas de la anorexia

La anorexia puede causar sensación de frío y disminución de la masa ósea. La anorexia no es solo una enfermedad psicológica sino que tiene consecuencias en el organismo como:

- Reducción de las pulsaciones cardíacas.
- Arritmias que pueden derivar en paro cardíaco.
- Baja presión arterial.
- Disminución de la masa ósea, que en niños y adolescentes puede disminuir la velocidad de crecimiento.
- Disminución de la motilidad intestinal.
- Anemia
- Sensación de frío constante
- Deshidratación de la piel
- Coloración amarillenta en palmas de las manos y plantas de los pies.

- Pérdida de cabello
- Fragilidad de uñas
- Hinchazones y dolores abdominales

Población de riesgo

Aunque **cualquier persona puede sufrir trastornos de la alimentación**, existen determinados grupos sociales que son las principales poblaciones de riesgo, estos son frecuentemente las jovencitas en su pre – adolescencia, las mujeres jóvenes y actualmente se han sumado, aunque en un menor número, los varones jóvenes, las mujeres adultas y los niños. Entre ellos se encuentran en primer lugar los estudiantes o **profesionales de actividades que requieren un control del peso**, como los bailarines, gimnastas etc. Por otro lado se ha observado que en las **poblaciones urbanas de los países occidentales** se da esta enfermedad con mayor frecuencia que en otro tipo de poblaciones.

Prevención de la anorexia

La contención y la comunicación en la familia son fundamentales. Dado que la anorexia **comienza habitualmente entre los años previos a la adolescencia** y el comienzo de la adultez, los familiares pueden tomar actitudes de prevención. **Algunos consejos son evitar malos hábitos de comidas** (como comer solos mirando televisión) y tratar que los adolescentes coman acompañados (no como una supervisión sino como una oportunidad de compartir un momento). Además, **fomentar una comunicación entre los miembros de la familia** facilita a los adolescentes la expresión de sus preocupaciones y evitar así que se manifiesten en un desorden de la alimentación.

Tratamiento en internación

Se indica el tratamiento con internación en un centro médico cuando:

- La gravedad de la desnutrición afectó los signos vitales.
- Las relaciones familiares son nocivas y es necesario aislar al paciente.
- Se agravan los desórdenes psíquicos asociados a la enfermedad.

El tratamiento en un centro médico permite una intervención interdisciplinaria que implica tanto aspectos físicos como psíquicos.

Tratamiento ambulatorio

Cuando no se dan las condiciones para una internación, siempre es preferible el tratamiento ambulatorio ya que **no excluye al paciente de su ámbito social** y afectivo. El tratamiento ambulatorio **requiere también de la intervención de diversos profesionales** que se ocupen de la buena nutrición del paciente pero también de atender los padecimientos psicológicos. En estos casos es indispensable la cooperación del ámbito familiar.

Fuente: <https://www.caracteristicas.co/anorexia/#ixzz6OLSChjab>

LA BULIMIA

¿Qué es la Bulimia?

La bulimia o bulimia nerviosa es **un trastorno psicológico y alimenticio**, en el cual las personas ingieren comida de maneras poco saludables y compulsivas, que luego les ocasionan sentimientos de culpa que los llevan a deshacerse del exceso de comida ingerido a través de distintos métodos. El trastorno de la bulimia **está muy vinculado al miedo a engordar y las presiones sociales** de la sociedad cada vez más centrada en el aspecto físico de las personas, por lo que es muy frecuente en adolescentes y mujeres jóvenes, cuya angustia por encajar en cánones estéticos de propaganda suele ir en conflicto con sus modos vitales y a menudo conduce a la depresión. El ciclo bulímico ha sido descrito como **una alternancia entre “atracones” de mucha comida en poco tiempo**, producto de un manejo pobre de la angustia, seguido de culpa y el empleo de laxantes o vómitos inducidos para liberarse de lo comido. Este cuadro tiene fuertes efectos negativos tanto en la mente como en el cuerpo de quienes lo padecen.

Etimología

La palabra ‘bulimia’ **proviene de la unión de las palabras griegas *bus* (buey) y *limós* (hambre)**, por lo que quiere decir literalmente “hambre de buey”, indicando que las personas bulímicas comen de manera descontrolada. El manejo común de *bulimia nerviosa* para este trastorno fue acuñado por el psiquiatra británico Gerald Russell en el año de 1979.

Población en riesgo

La bulimia es un trastorno que aqueja mayoritariamente a mujeres de cualquier edad, estrato social, grupo étnico y procedencia de sociedades industrializadas, particularmente

en Japón y los países occidentales. **Normalmente se inicia en la adolescencia o la adultez temprana**, y suele iniciar con atracones luego de un período de dieta estricta o abstinencia. La población más vulnerable son **los y las adolescentes, sometidos a la presión social de los medios de comunicación** y de la publicidad, que les exigen aproximarse a un cuerpo perfecto, a menudo inalcanzable.

Síntomas de la bulimia

Los principales y más característicos síntomas de la bulimia son **los atracones de comida**, descritos como la ingesta desordenada de alimentos en un período igual o inferior a dos horas, que pretende calmar oralmente una sensación de angustia. En estos atracones nerviosos **la persona devora mucho más de lo que una persona normal comería**, y como resultado posterior sufre un cuadro de culpabilidad aplastante y de un miedo irracional a engordar. Entonces la persona puede lidiar con su culpa a través de métodos distintos: **el ejercicio excesivo, el uso de saunas, la restricción** (dieta estricta) de las siguientes comidas, el ayuno absoluto, la suspensión de líquidos, el uso excesivo de laxantes y diuréticos o, el más común de los métodos: el vómito inducido.

Efectos psicológicos de la bulimia en la salud

La bulimia **suele estar acompañada de problemas de autoestima**, cuadros de angustia difíciles de controlar y de culpabilidad aplastante. Esto todo empeora con la bulimia, ya que a la angustia sigue la culpa y a ésta una nueva angustia y así sucesivamente. Los pacientes bulímicos están atrapados en este ciclo que deteriora su salud física y mental a medida que se agrava.

Efectos físicos de la bulimia en la salud

Este desorden alimenticio **impacta duramente en el metabolismo, conduciendo a la pérdida de masa ósea**, la arritmia cardíaca y las insuficiencias renales. Además, la inducción constante al vómito acarrea erosiones dentales y deshidratación, lo cual conduce a irregularidades menstruales, estrés por calor y deficiencias nutricionales.

Frecuencia de la bulimia

El ciclo bulímico **entre atracones y actos compensatorios** tienen lugar al menos dos veces por semana y durante un período mínimo de tres meses.

Tipos de bulimia

Existen dos tipos de bulimia identificados:

- **Purgativa.** Aquella en que se dan las conductas compensatorias como el vómito, los laxantes, diuréticos, enemas y otras formas invasivas de despojar al cuerpo del exceso de alimentos o de calorías. Es la forma predominante de bulimia.
- **No purgativa.** No se llevan a cabo las “purgas” del organismo, sino que se lidia con la culpa de los atracones mediante ejercicio excesivo, ayuno o simple depresión. Se da apenas en el 6-8% de los casos.

Estilos de personalidad

La bulimia **está asociada a los trastornos de la personalidad**, tales como el *borderline* o trastorno límite de la personalidad, y suele ser más frecuente en los estilos de personalidad dependiente, pasivo-agresiva, esquizoides, límites, evitativa, autodestructiva e histriónica.

Complicaciones secundarias de la bulimia

El cuadro bulímico a menudo se agrava en presencia de otros padecimientos, muchos de los cuales son consecuencia del estrés emocional y físico a los que el cuerpo es sometido, tales como:

- Pérdida del cabello por deficiencias nutritivas.
- Deterioro de la salud dental y bucal, seguida de halitosis (mal aliento).
- Jaquecas y migrañas frecuentes.
- Pérdida de potasio en sangre.
- Debilidad física.
- Disminución de la menstruación y complicaciones vaginales.
- Disfonía o ronquera.

Tratamiento para la bulimia

La bulimia **debe ser atendida por especialistas en un contexto adecuado**, ya que la bulimia a menudo pasa desapercibida entre los hábitos del paciente, pudiendo incluso incorporarse de manera definitiva en su vida. El tratamiento durante las primeras etapas, en

cambio, presenta un mucho mejor margen de recuperación, y **suele acompañarse de antidepresivos y ansiolíticos**, así como anti psicóticos. La idea es ayudar al paciente a percibir una manera más “normal” de alimentarse. Además, en un porcentaje del 30% se producen recaídas y en un 40% aparecen síntomas crónicos.

Fuente: <https://www.caracteristicas.co/bulimia/#ixzz6OLYqaeX4>

DIRECTORA: Prof. Gabriela Moreno.