

Renut (2010) 4 (14) 728-737

## **Anorexia y Bulimia Nerviosa. Aproximación nutricional**

Teresa Herera<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Nutricionista Clínica especialista en desórdenes de la alimentación. Diplomada en especialización profesional en suplementos dietarios en el tratamiento de sobrepeso y obesidad. Jefe de la Oficina de Investigación y desarrollo de proyectos. Directora de la Radio IIDENUT, conductora del programa Hablando de Nutrición. Co-autora del libro Fundamentos de la Nutriología Pediátrica. Email: teresa.herrera@iidenut.com

Capacidades adquiridas: Al finalizar el artículo, los lectores podrán:

- a. Describir las connotaciones nutricionales de los desórdenes de la nutrición
- b. Describir los lineamientos generales del tratamiento nutricional de la anorexia nerviosa
- c. Describir los lineamientos generales del tratamiento de la bulimia nerviosa.

**Palabras claves:** *Anorexia, bulimia, nutrioterapia, densidad calórica, alta densidad nutritiva.*

---

### **Resumen**

La prevalencia, entre los adolescentes, de trastornos de la conducta alimentaria como anorexia nerviosa (AN), bulimia nerviosa (BN) y otros (obesidad, alimentación compulsiva, o no especificados), viene creciendo día a día de modo sostenido y a gran velocidad; y siendo la alimentación una necesidad básica, importante y vital para el crecimiento y desarrollo, debe entenderse que este acto ejerce una poderosa influencia en la estructura y funcionamiento del organismo por lo tanto una conducta alimentaria adecuada hace posible que esto se desarrolle de manera adecuada y óptima.

Cada sociedad tiene formas habituales de alimentarse según sus costumbres y características socioculturales y religiosas; cuando un individuo se aparta de los límites racionales presentando características anormales tanto en la calidad como en la cantidad o distribución de las comidas a esto se le llama "Trastornos en la Conducta Alimentaria".

El tratamiento de los trastornos en la conducta alimentaria representa todo un desafío de Salud Pública por su alta incidencia, gravedad y evolución clínica prolongada con propensión a la cronicidad y por el grupo etéreo afectado, por lo tanto, es indispensable buscar las herramientas que permitan una detección temprana y una intervención especializada con un equipo multidisciplinario que incluya médico, psicólogo, nutricionista, psiquiatra, de modo que el pronóstico de recuperación sea el mejor posible.