

# Trastornos de la conducta alimentaria en pediatría: Descripción y rol del Nutricionista

Eating disorders in pediatrics: Description and role of the nutritionist

Karen Andrea Lancheros Molano

Hospital Universitario Fundación Santafé de Bogotá.

Contacto: karen.lancheros@fsfb.org.co

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

- a. Describir los factores que predisponen para padecer trastornos de la conducta alimentaria.
- b. Describir las características de los trastornos de la conducta alimentaria desde el ámbito nutricional
- c. Describir la terapia nutricional en los trastornos de la conducta alimentaria.

---

## Resumen

Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) son patologías mentales crónicas y multicausales. Presentan como antecedentes a factores genéticos, hereditarios de depresión o ansiedad. La labor del Nutricionista es administrar una adecuada educación nutricional y alimentaria que permita contribuir con información adecuada con el establecimiento de hábitos saludables.

**Palabras claves:** trastornos de la conducta alimentaria, anorexia nerviosa, bulimia nerviosa, terapia nutricional

## Abstract

Eating disorders (EDs) are chronic, multicausal mental illnesses. They are often associated with genetic factors, hereditary depression, or anxiety. The role of a nutritionist is to provide appropriate nutritional and dietary education that contributes to the establishment of healthy habits with appropriate information.

**Keywords:** eating disorders, anorexia nervosa, bulimia nervosa, nutritional therapy

---

## Introducción

Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) son un conjunto de patologías mentales crónicas multicausales, que se caracterizan por alteraciones específicas y severas en la ingesta de los alimentos: bien sea por la restricción completa de ingesta con ayunos prolongados

eventualmente hasta la inanición (como en el caso de la anorexia) o episodios de atracones compulsivos con conductas compensatorias de control para evitar la ganancia de peso (como en el caso de la bulimia). En ambas situaciones, los pacientes presentan una idea desestructurada y de inconformidad con su composición corporal.

Por lo general los TCA tienen como antecedentes factores genéticos, hereditarios de depresión o ansiedad; rasgos de personalidad rígidos, perfeccionista o compulsivos; y a nivel familiar falta de comunicación, poca definición de roles o familias desestructuradas. Se suma también a la minucia en su composición: la influencia negativa de las redes sociales y los medios de comunicación con “ideales de cuerpo, conductas o figuras”. Estos trastornos se acompañan de alteraciones endocrinas, hidroelectrolíticas, cardiovasculares, digestivas, hepáticas y neurológicas que potencialmente pueden dejar secuelas irreversibles para el desarrollo y crecimiento del adolescente; sin embargo es importante resaltar que pese a la complejidad, reticencia de los pacientes para comprender su diagnóstico y diversidad de estos; hay cura, y el éxito en su manejo radicará en la capacitación de un equipo interdisciplinar, en el que participan: psiquiatras, psicólogos, pediatras, gastroenterólogos, nutricionistas, enfermeros y terapeutas ocupacionales; cada profesional contribuye de forma incuestionable desde su especialidad. En sus habilidades de desempeño deben estar: amplio conocimiento y actualización en este campo, capacidad de escucha activa y validación emocional tanto para el paciente como para su núcleo familiar y de acompañamiento, flexibilidad, empatía y paciencia.

En el caso puntual del desempeño del Nutricionista, la herramienta terapéutica fundamental para conseguir normalizar la conducta alimentaria será una adecuada educación alimentaria y nutricional ya que va a

permitir aportar conocimientos de macro y micronutrientes que faciliten la adopción de conductas saludables, abandonar ideas erróneas y disminuir el temor irracional hacia determinados alimentos; así como minimizar el riesgo nutricional evitando la idea de alimentos negativos o prohibidos. Junto a una anamnesis juiciosa y delicada que acompañen una correcta exploración física y su correspondiente seguimiento periódico; todo fundamentado en un desarrollo adecuado del proceso de cuidado nutricional.

**En conclusión**, es evidente que el universo de los TCA es amplio y aún restan bastantes avances tanto para identificar los mecanismos fisiopatológicos implicados en su desarrollo, como en el fortalecimiento de investigación y establecimiento de protocolos y guías de trabajo que nos permita el establecimiento de estrategias más adecuadas de prevención e intervención. Sin embargo, existen razones para el optimismo. La invitación es entonces a que como profesionales desde nuestro compromiso ético del servicio a los pacientes; busquemos el avance de este campo y comprendamos que la nutrición no consistirá en el peso que se pierda o se gane sino la calidad de vida que se obtiene.

---

Recibido el 29 de noviembre de 2024.

Aceptado para publicación el 13 de diciembre de 2024

**Declaración de conflicto de interés:** La autora declara no tener conflicto de interés.

## Referencias bibliográficas

1. Carolina LG, Janet T. Trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes: descripción y manejo. Rev médica Clín Las Condes [Internet]. 2011;22(1):85–97. Disponible en: [http://dx.doi.org/10.1016/s0716-8640\(11\)70396-0](http://dx.doi.org/10.1016/s0716-8640(11)70396-0)
2. Lambruschini y Rosaura Leis N. Trastornos de la conducta alimentaria [Internet]. Aeped.es. [citado el 29 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/8-TCA.pdf>
3. View of Eating disorders: Anorexia nervosa and bulimia nervosa [Internet]. Edu.co. [citado el 29 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://journalusco.edu.co/index.php/rfs/article/view/1827/2927>
4. Gómez-Candela C, Palma-Milla S, Miján-de-la-Torre A, Rodríguez-Ortega P, Matía-Martín P, Loria-Kohen V, et al. Consenso sobre la evaluación y el tratamiento nutricional de los trastornos de la conducta alimentaria: anorexia nerviosa, bulimia nerviosa, trastorno por atracón y otros. Resumen ejecutivo. Nutr Hosp [Internet]. 2018 [citado el 29 de agosto de 2024];35(2):489–94. Disponible en: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-16112018000200489](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112018000200489)
5. Castro Alija MJ, Valero Pérez M, Belmonte Cortés S, de Diego Díaz Plaza M. Educación alimentaria y nutricional en los trastornos del comportamiento alimentario. Nutr Hosp [Internet]. 2022 [citado el 29 de agosto de 2024];39(SPE2):27–32. Disponible en: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-16112022000500005](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112022000500005)