

Los expertos alertan del aumento de una especie de anorexia en diabéticos

El psicólogo Iñaki Lorente avisa de que esta combinación “es mortal”

Los diabéticos son personas que deben estar constantemente preocupadas por lo que comen, cuándo y cómo. Esta situación de constante fuerza de voluntad ante las tentaciones alimenticias está llevando a la aparición de un trastorno alimenticio similar a la anorexia o a la bulimia que “puede llevarlos a la muerte”, según señala el psicólogo especialista en esta patología Iñaki Lorente.

“Cualquier enfermedad crónica tiene una implicación psicológica porque supone reestructurar tu vida y también la de tus familiares”, explica el psicólogo especialista en diabetes Iñaki Lorente, que ha participado recientemente en unas jornadas de concienciación organizadas por la Asociación Tinerfeña de Diabéticos.



El psicólogo especialista en diabetes Iñaki Lorente.

Lorente, que también es diabético desde que tiene 30 años, explica que todos los diabéticos “necesitan en algún momento de su vida apoyo psicológico”, lo que no significa que deriven, de forma necesaria, en una terapia. Por ello, considera importante que en los equipos multidisciplinares que atienden esta enfermedad, junto al nefrólogo o al oftalmólogo, se cuente con psicólogos.

Lorente alertó de una patología psiquiátrica que afecta en gran medida a los diabéticos y que puede ser “mortal debido a su implicación física”. Se trata de un trastorno alimenticio que podría asemejarse a una anorexia o a una bulimia en parte de sus manifestaciones y que es una enfermedad que no se da en el resto de la población.

Iñaki Lorente explica que se trata de una patología que afecta, sobre todo, a los adolescentes y que se basa en la pérdida de la voluntad para controlar su alimentación con la consiguiente afectación psicológica.

“Un diabético está constantemente pensando en lo que tiene que comer, controlando su comida y renunciando constantemente a cosas que le gustan. Eso exige una fuerza de voluntad muy grande. En un momento dado, el diabético decide que no tiene fuerza de voluntad suficiente y se salta su control de comidas”, explica el psicólogo. Esto para una persona que está régimen para bajar de peso puede ser grave pero no mortal, sin embargo, para un diabético “comerse, por ejemplo, tres donuts es una bomba”.

Físico y psíquico

El problema del diabético se complica porque sabe que está haciendo mal, que es algo perjudicial para su salud y, además, tienden a ocultarlo tanto al médico como a la familia. “Esto tarde o temprano le pasa factura porque come a escondidas, siempre con sentimiento de culpa”, explica Lorente quien recalca que “hay casos curiosos de chavales que como es algo que no pueden decir a sus padres, lo que hacen es dejarles pistas, se comen el donuts y en vez de tirar el papel lo dejan por la casa para que se den cuenta. Es una fórmula de pedir ayuda”. Esta sensación va disminuyendo la calidad de vida del paciente tanto física como psicológicamente porque comienzan con ideas tipo “no soy capaz, no tengo fuerza de voluntad o qué tonto soy”, ejemplifica el especialista y recalca que “es una situación con la que tienen que romper por algún lado pues comienzan con trastornos del sueño, disminuye el rendimiento escolar y lo pasan realmente mal”.

Los afectados por este problema se sienten muy solos con él porque no pueden contarlo a nadie y entran en una espiral sin salida. La parte física del problema es fácil de detectar en los análisis de sangre y “si existe una buena conexión con el médico, es posible que sea éste quien derive al psicólogo. El endocrinólogo y el educador diabetológico son buenos aliados en estos casos”, explica Lorente.

Padres y adolescencia

Por contra, los padres y la familia más directa no son las personas más adecuadas para ayudar en estos casos. “Los padres no suelen estar en la mejor disposición de ayudar porque no alcanzan a entender por qué sus hijos van en contra de su propio organismo”, recalca el especialista.

Además de la diabetes en sí, se trata de enfermos que atraviesan por la adolescencia. “Los adolescentes por definición tienen que fastidiar a sus padres. Lo que pasa es que el diabético juega con lo que más fastidia a sus padres que es con su propia diabetes porque los padres se suelen preocuparse mucho por la salud de sus hijos. El problema es que con la diabetes se puede entrar en un coma diabético”, aclara el psicólogo y aboga por un abordaje de la enfermedad crónica desde todos los puntos.