



DRUNKOREXIA Y DIABULIMIA

Nuevos trastornos alimenticios

La obsesión por no engordar desarrolla hábitos de alimentación poco saludables que dan lugar a nuevas patologías

Son muchos los trastornos que provocan distintos desórdenes alimenticios. A los ya conocidos y extendidos términos de anorexia y bulimia, se unen ahora otros vocablos que definen diferentes alteraciones de la conducta relacionadas con la alimentación.

Son muchas las publicaciones que difunden estos nuevos conceptos que se incluyen ya dentro del léxico de los desórdenes alimentarios. Es el caso de la drunkorexia que, sin ser la denominación médica oficial del trastorno, hace referencia a una serie de comportamientos insanos como dejar de comer para compensar las calorías ingeridas tras el consumo de alcohol. Reciente es también el término de diabulimia, un creciente problema entre los diabéticos, que utilizan la condición de la disciplina alimenticia que exige su enfermedad para intentar adelgazar.

Drunkorexia

La drunkorexia consiste en llevar a cabo conductas de carácter desequilibrado asemejadas a la anorexia, ya que se deja de comer o se vomita. Sin embargo, en la drunkorexia el vómito o el no aporte de alimentos es sustituido por el consumo de alcohol, es decir, que se prefiere la ingesta de alcohol para poder dejar de comer y, así, poder vomitar mejor.

La tendencia a dejar de comer durante horas o apenas comer durante el día para compensar las calorías ingeridas con las bebidas se está extendiendo, sobre todo, entre las chicas jóvenes. La obsesión por estar delgada y la aceptación social del consumo de alcohol son parte del origen de este grave trastorno de la conducta alimenticia.

Diabulimia

Este término hace referencia a una alteración de la conducta en personas a las que se les acaba de diagnosticar diabetes tipo 1 y necesitan un tratamiento crónico



ARCHIVO

A menudo, tras los trastornos alimenticios subyace la búsqueda de la aceptación social.

con insulina. Uno de los signos que preceden al diagnóstico de la diabetes tipo 1 es la pérdida de peso por el desequilibrio hormonal que se produce. La insulina es la hormona que en condiciones de salud regula el metabolismo de los distintos nutrientes, en particular el de los hidratos de carbono o azúcares.

Cuando el páncreas no secreta suficiente insulina, las células no pueden obtener energía a partir de los azúcares de los alimentos y estos se eliminan por la orina, lo que conduce a un menor consumo y aprovechamiento energético, con la consiguiente pérdida de peso. Tras el diagnóstico de la enfermedad, se comienza la terapia con una dieta adecuada combinada con insulina y la persona va recuperando el peso perdido. Muchas personas comen más azúcares para evitar las temidas hipoglucemias, bajadas bruscas de los niveles de glucosa en sangre (glucemia), lo que, a la larga, conduce al sobrepeso.

En este contexto, la diabulimia consiste en utilizar la condición de la disciplina alimenticia y, so-

bre todo, del control de la insulina que exige la diabetes para perder peso. Las personas afectadas reducen las dosis de insulina con el fin de bajar de peso de manera intencionada. El organismo, al no tener suficiente insulina, no puede aprovechar todos los azúcares, el aporte energético es menor y, en consecuencia, se pierde peso.

Los trastornos de la conducta son especialmente peligrosos si se suman a una enfermedad crónica como es la diabetes. Sin insulina, aumentan los niveles de glucosa en sangre. Cuando llegan a unos niveles muy elevados (hiperglucemia) y se mantienen demasiado tiempo, se produce la cetoacidosis diabética, en la que la sangre se vuelve demasiado ácida. Los ácidos de la sangre dañan las células; esto puede conducir a una situación de coma, que puede llegar a ser mortal. A la larga, el exceso de azúcares daña los vasos sanguíneos que irrigan los nervios provocando neuropatías. Si el daño se produce en los vasos sanguíneos de la retina se puede sufrir retinopatía diabética, afectando a la visión.