

Atención primaria de los trastornos de conducta alimentaria en mujeres adolescentes y factores influyentes

Primary Care of Eating Disorders in Adolescent Females and Influencing Factors

Diego Cuevas-Ortiz,¹ Dafne L. Hernández-García,¹ María Fernanda Hernández-Romo.^{1*}

Introducción

El presente trabajo aborda los resultados del análisis realizado durante el *Journal Club* de la Coordinación de Investigación del Hospital Ángeles Lindavista, efectuado el 10 de julio de 2024, con la participación de doce estudiantes de pregrado de tercer y cuarto año de la carrera de Médico Cirujano de la Universidad Nacional Autónoma de México, adscritos al hospital. La discusión fue guiada por los doctores en ciencias: Raúl Sampieri Cabrera, Laura Gómez Virgilio y Gustavo López Toledo, así como por la médica Azucena Brito.

El artículo presentado fue “Relación entre los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) y los ideales de belleza femenina”, publicado por la revista *Scientific* en el año 2021.¹

En México, cerca de 25% de la población adolescente enfrenta algún trastorno de conducta alimentaria (TCA) (Secretaría de Salud, 2023), y alrededor de 1.6% se encuentra en riesgo de padecerlo (ENSANUT, 2022). Entre 2005 y 2018, la prevalencia de estos trastornos aumentó en 4.9%,² afectando principalmente a mujeres adolescentes entre los 15 y 19 años. Desde el enfoque de atención primaria a la salud es importante identificar los factores de riesgo asociados a los TCA y definir el papel de los médicos generales y familiares para disminuir su incidencia y prevenir casos clínicos graves.

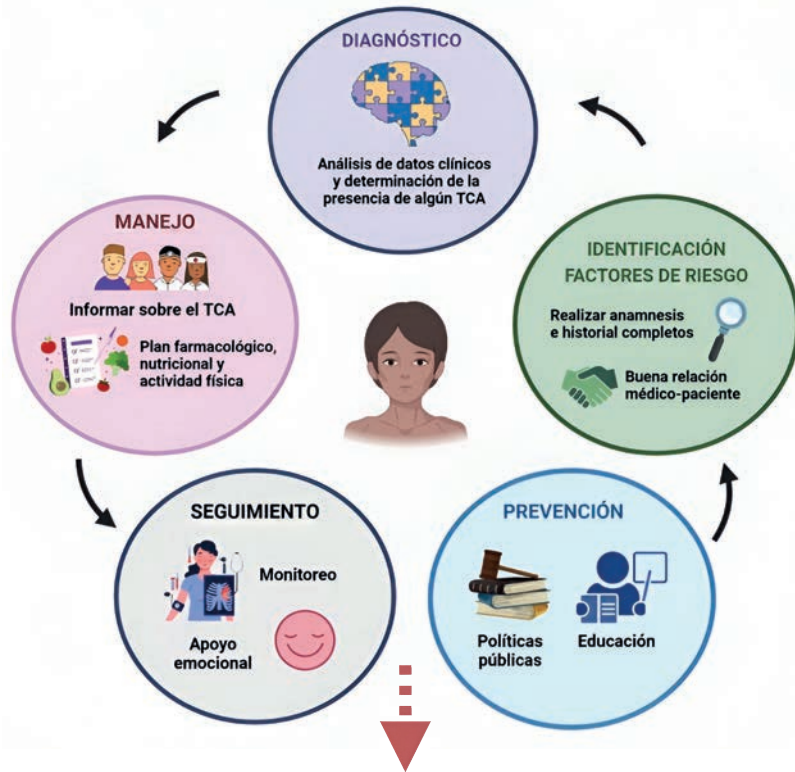
Sugerencia de citación: Cuevas-Ortiz D, Hernández-García DL, Hernández-Romo MF. Atención primaria de los trastornos de conducta alimentaria en mujeres adolescentes y factores influyentes. *Aten Fam.* 2025;32(1): 79-81. <http://dx.doi.org/10.22201/fm.14058871p.2025.1.90137>

Este es un artículo open access bajo la licencia cc by-nc-nd (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

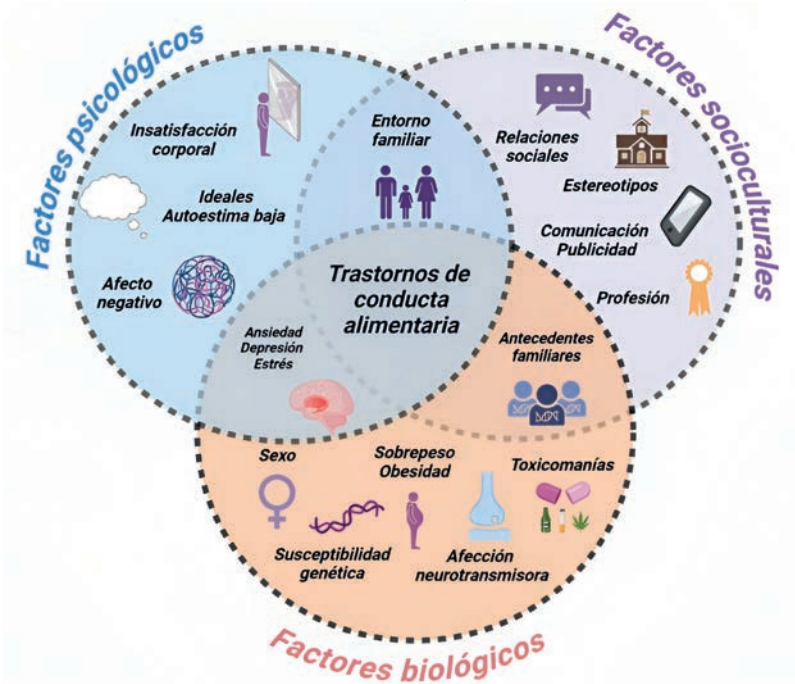
¹Pregrado de la Carrera de Médico Cirujano de la Facultad de Medicina, UNAM.

*Correspondencia:
María Fernanda Hernández-Romo
fernandahernandezromoo@gmail.com

Atención primaria de los trastornos de conducta alimentaria en mujeres adolescentes



Factores influyentes



Desarrollo

Los trastornos de conducta alimentaria son un conjunto de conductas persistentes y obsesivas relacionadas con la ingesta de alimentos, encaminadas al control del peso y la imagen corporal; tales como dietas restrictivas, atracones, saltarse comidas, ayuno prolongado, vómito autoinducido, ingesta de laxantes, diuréticos u otros medicamentos no prescritos por profesionales de la salud.³ El desarrollo de los TCA involucra factores biológicos (sexo, edad, susceptibilidad genética, antecedentes familiares, sobrepeso u obesidad, toxicomanías y alteraciones en los neurotransmisores que regulan el apetito), psicológicos (depresión, ansiedad, estrés, afecto negativo, autoestima baja, ideal de delgadez e insatisfacción corporal) y socioculturales (entorno familiar, relaciones sociales, exigencias profesionales, estereotipos impuestos por la sociedad, medios de comunicación y publicidad) (figura 1).

En México aproximadamente 7.5% de la población total adolescente (INEGI, 2020) presenta un TCA. Esto en parte, porque los adolescentes son considerados un grupo poblacional saludable, lo que limita la “necesidad” percibida de atención en salud. Asimismo, la escasa información y comprensión sobre los trastornos por parte de los médicos en atención primaria contribuye al incremento de los casos.⁴

El primer paso para abordar de manera efectiva los trastornos de la conducta

alimentaria es la prevención. Si bien es necesario implementar programas y políticas públicas que fomenten la educación y concientización sobre los TCA entre adolescentes, familias y la sociedad en general, también se requiere que los médicos identifiquen los factores de riesgo durante la anamnesis y el historial clínico. Para lograr esto, se debe establecer una relación médico-paciente continua y respetuosa. Además, la anamnesis y exploración física adecuadas proporcionan datos y signos (como hábitos alimenticios y cambios constantes y bruscos en el peso) que son esenciales para un diagnóstico oportuno. Esto mejora las posibilidades de recuperación y evita la progresión del trastorno y la necesidad de tratamientos intensivos y costosos a largo plazo.^{4,5}

En la atención primaria a la salud el manejo de los TCA consiste en proporcionar información adecuada tanto al paciente como a su familia sobre la naturaleza del trastorno, brindar psicoeducación sobre requerimientos nutricionales, recomendar un plan de actividad física y de alimentación personalizada. Además, si se detecta un TCA se debe canalizar a otros especialistas de la salud, como nutricionistas, endocrinólogos, psicólogos y psiquiatras. Por último, para prevenir recaídas y asegurar que los pacientes mantengan su estado de salud es necesario su seguimiento, ajustar los planes de tratamiento conforme sea necesario y ofrecer apoyo emocional continuo.^{4,5}

Conclusiones

Los médicos generales y familiares deben reforzar su liderazgo en la detección de los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) gracias a su accesibilidad y cercanía con adolescentes y sus familias. Así, la implementación de estrategias de prevención y detección temprana mitigará los efectos negativos de los TCA en las dimensiones física, mental y social.

Referencias

1. Terán C. Relación entre los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) y los ideales de belleza femenina. *Revista Científica*. 2021;6(22):30-55.
2. Silva C, Hernández Martínez AE, González Alcántara KE. Conductas alimentarias de riesgo en jóvenes mexicanas. *Revista de Psicología de la Universidad Autónoma del Estado de México*. 2023;12(34):75-96.
3. Franco-Paredes K, Díaz-Reséndiz FJ, Peláez-Fernández MA, Bautista-Díaz ML. Variables that explain disordered eating behaviors among women: the mediating role of body dissatisfaction. *Eating and Weight Disorders*. 2024;29(1):4.
4. Hyam L, Yeadon-Ray O, Richards K, Semple A, Allen K, Owens J, et al. “FREED instils a bit of hope in the eating disorder community... that things can change”: an investigation of clinician views on implementation facilitators and challenges from the rapid scaling of the First Episode Rapid Early Intervention for Eating Disorders programme. *Front Psychiatry*. 2024;15:1327328.
5. Solmi M, Monaco F, Højlund M, Monteleone AM, Trott M, Firth J, et al. Outcomes in people with eating disorders: a transdiagnostic and disorder-specific systematic review, meta-analysis and multivariable meta-regression analysis. *World Psychiatry*. 2024;23(1):124-138.