



# Anorexia Nerviosa

La Anorexia Nerviosa es uno de los trastornos psiquiátricos más graves y complejos.

Aunque su prevalencia es menor que la de otros trastornos del estado de ánimo, presenta una de las tasas de mortalidad más elevadas entre las enfermedades mentales, atribuible tanto a complicaciones médicas como al suicidio. Afecta predominantemente a adolescentes y mujeres jóvenes, aunque su incidencia en varones y en poblaciones más diversas ha ido en aumento.

## 1 ¿Qué es?

La anorexia nerviosa es un trastorno de la conducta alimentaria caracterizado por:

- Restricción persistente de la ingesta calórica.
- Miedo intenso a ganar peso o engordar, incluso estando por debajo del peso mínimo normal.
- Alteración en la percepción del peso corporal o la figura, con una autoestima excesivamente influida por el cuerpo.

Existen dos subtipos principales:

- **Tipo restrictivo:** pérdida de peso mediante dieta, ayuno o ejercicio excesivo.

- **Tipo con atracones/purgas:** además de la restricción, se presentan episodios de atracones seguidos de vómito autoinducido o uso de laxantes o diuréticos.

## 2 ¿Qué ocurre en el cerebro con anorexia?

Las neuroimágenes funcionales han demostrado cambios en regiones clave para la toma de decisiones y la evaluación del riesgo, como el córtex prefrontal dorsolateral y la ínsula. Esto puede explicar la rigidez cognitiva, la negación del hambre y la persistencia de conductas alimentarias restrictivas, incluso ante consecuencias adversas.

También se ha observado una disociación entre la experiencia emocional y su procesamiento consciente.

## 3 Tratamientos para la Anorexia

El tratamiento debe ser multidisciplinario, combinando estrategias médicas, nutricionales y psicoterapéuticas:

- **Terapia cognitivo-conductual (CBT-E):** intervención de elección con evidencia sólida.
- **Terapia familiar (modelo Maudsley):** especialmente eficaz en adolescentes.

# Anorexia Nerviosa

- **Rehabilitación nutricional supervisada:** recuperación gradual del peso corporal.
- **Intervenciones farmacológicas:** aunque limitadas, algunos antidepresivos o antipsicóticos atípicos pueden utilizarse como coadyuvantes para síntomas comórbidos.
- **Hospitalización o tratamiento intensivo:** indicado en casos de riesgo médico o ideación suicida.

## 4 ¿Qué es la estimulación magnética transcranial repetitiva (rTMS)?

La rTMS es una técnica de neuromodulación no invasiva que utiliza pulsos magnéticos dirigidos a áreas específicas del cerebro para modificar su actividad.

Se ha explorado como alternativa terapéutica en la anorexia nerviosa, dada su implicación en el control de la impulsividad, la ansiedad y la percepción corporal.

## 5 ¿Cómo se ha probado la eficacia de la rTMS para Anorexia?

Los estudios clínicos iniciales han mostrado que la estimulación de la corteza prefrontal dorso-lateral izquierda:

- Mejora la regulación emocional y disminuye la ansiedad alimentaria.
- Reduce las distorsiones en la imagen corporal.
- Favorece la toma de decisiones flexibles y menos punitivas.
- En algunos casos, contribuye al incremento de peso moderado cuando se combina con terapia psicológica intensiva.

