



Bulimia Nerviosa

La Bulimia Nerviosa es un trastorno de la conducta alimentaria de alta prevalencia que suele comenzar en la adolescencia o adultez temprana. Aunque muchas personas mantienen un peso dentro del rango normal, la enfermedad conlleva riesgos médicos y psiquiátricos significativos, incluyendo desregulación emocional, alteraciones metabólicas graves y una alta comorbilidad con depresión, ansiedad y consumo de sustancias.

1 ¿Qué es?

La Bulimia Nerviosa se caracteriza por episodios recurrentes de atracones seguidos de conductas compensatorias inapropiadas, con el objetivo de evitar el aumento de peso.

Los atracones son episodios en los que la persona consume, en un corto período, una cantidad de alimentos significativamente mayor de lo que la mayoría comería, acompañados de una sensación de pérdida de control.

Las conductas compensatorias incluyen:

- Vómito autoinducido.
- Uso excesivo de laxantes o diuréticos.
- Ayuno prolongado o ejercicio físico excesivo.

La autoevaluación está desproporcionadamente influida por el peso y la figura corporal.

2 ¿Qué ocurre en el cerebro con bulimia?

Estudios de neuroimagen han revelado que las personas con bulimia presentan:

- Activación exagerada del estriado ventral ante estímulos alimentarios.
- Déficit en la corteza orbitofrontal y áreas responsables de la autorregulación.
- Disminución de la conectividad entre regiones que integran emociones y control de la conducta.

Estas disfunciones explican en parte la pérdida de control durante los atracones y la dificultad para inhibir las conductas compensatorias, a pesar del malestar físico o psicológico que generan.

3 Tratamientos para la Bulimia

El tratamiento debe ser integral, combinando intervenciones psicológicas, médicas y, cuando se requiere, farmacológicas:

Bulimia Nerviosa

- **Terapia Cognitivo-Conductual (CBT-BN):** es la intervención de primera línea, centrada en la normalización de la alimentación, identificación de patrones disfuncionales y regulación emocional.
- **ISRS (por ejemplo, fluoxetina a dosis elevadas):** aprobada por la FDA, especialmente útil para reducir la frecuencia de atracones y purgas.
- **Psicoeducación nutricional y restauración de hábitos saludables.**
- **Terapia familiar o interpersonal, en especial en adolescentes.**
- **Atención médica continua** para abordar complicaciones como desequilibrios electrolíticos, erosión dental o esofagitis.

4 ¿Qué es la Estimulación Magnética Transcraneal repetitiva (rTMS)?

La rTMS es una técnica de neuromodulación cerebral no invasiva que utiliza pulsos magnéticos para modificar la actividad de redes neuronales específicas.

Se aplica mediante una bobina sobre el cuero cabelludo, dirigida a áreas como la corteza prefrontal dorsolateral, implicada en el control inhibitorio, toma de decisiones y regulación emocional.

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

Diversos ensayos clínicos han explorado la aplicación de rTMS en Bulimia Nerviosa, con resultados preliminares prometedores:

- Disminución en la frecuencia de atracones y conductas compensatorias.
- Mejora en la regulación emocional y la impulsividad.
- Modulación de circuitos neuronales vinculados al craving alimentario.

- Reducción de comorbilidad ansioso-depresiva.

6 Conclusión clave

La Bulimia Nerviosa es una condición compleja que requiere intervenciones terapéuticas especializadas y sostenidas.

La rTMS se perfila como una herramienta emergente para intervenir en los circuitos cerebrales alterados, especialmente en pacientes con respuesta parcial a los tratamientos convencionales, ofreciendo una opción segura, no invasiva y respaldada por evidencia científica preliminar.

Consultar con un equipo de salud mental especializado es esencial para determinar si esta terapia es adecuada para cada caso.

