



**Psicoterapeuta**  
psicoterapeuta - psicoanalista

**Consulta privada**  
en **Barcelona**

teléfono:  
mail@psiquismo.es  
www.psiquismo.es

---

## La anorexia y su tratamiento en psicoterapia



La **anorexia** se considera un síndrome cuyas características esenciales son:

- el miedo intenso a ganar peso
- la alteración significativa de la percepción de la forma del cuerpo y
- la aparición, en las mujeres, de la amenorrea

Se presenta generalmente en la adolescencia, convirtiéndose, la "búsqueda de la delgadez", en la principal motivación.

Aunque aparece en ambos sexos, es más frecuente en el sexo femenino.

La **anorexia** presenta un trastorno grave de la conducta alimentaria. Empiezan por una disminución de la ingesta, sobre todo de los alimentos con alto contenido calórico (hidratos de carbono y grasas) y acaban con una dieta muy restringida, que bordea el ayuno. Es típico, también, en la **anorexia**, el ejercicio físico exagerado.

Son personas que tienden al aislamiento.  
La rigidez, la obsesión y la dependencia de las familias son características. Tienen un estado de ánimo vulnerable, alteración del carácter, ira, irritabilidad, agresividad.  
Inseguridad, sensación de incapacidad para cualquier tarea que tengan que realizar.  
Sentimientos de culpa y auto desprecio tras la ingesta de la comida.  
Desinterés sexual.  
Dificultad en la concentración y el aprendizaje.  
Baja autoestima.

Teniendo en cuenta que la **anorexia** puede acarrear serios problemas de salud psicofísicos y, debido a todas estas alteraciones de ciertos rasgos de la personalidad, emocionales y de pensamiento, es necesario un abordaje psicoterapéutico conducido por un **psicoterapeuta, psicólogo o psiquiatra** para que puedan acercarse a su problemática psíquica y poder así cambiar el patrón alimentario.