



**Psicoterapeuta**  
psicoterapeuta - psicoanalista

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

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

---

## La bulimia y su tratamiento en psicoterapia



La **bulimia** se caracteriza por episodios repetidos de comidas excesivas (**atracones**) seguidos de conductas compensatorias anormales, como los vómitos auto provocados o la toma de laxantes y/o diuréticos. Es frecuente, también, un ejercicio físico, deporte o danza exagerado. Es más común en las mujeres, pero puede darse en los dos sexos. Suele iniciarse al final de la adolescencia o principio de la adultez.

Estos episodios compulsivos de **atracones**, van seguidos de un gran sentimiento de culpa, sensación de angustia y de pérdida de control.

En estas alteraciones del comportamiento alimentario, suelen existir algunas alteraciones de los procesos psíquicos, como:

- depresión (en algunos casos existe una alternancia entre la euforia y la depresión)
- autocrítica severa
- imperiosa necesidad de aprobación de los demás
- baja autoestima, pueden odiarse por haber aumentado unos gramos de peso
- dificultad en la concentración y aprendizaje
- vida social intensa con episodio de aislamiento
- actividad sexual que puede oscilar de la abstinencia a la promiscuidad
- abuso de alcohol y drogas

Son personas con una gran hipersensibilidad al fracaso, y esto les produce severos estados de ansiedad y depresión que intentan frenar con el “**atrachón**”, apareciendo luego la conducta compensatoria, el **vómito**, debido al rechazo a la obesidad y a la importancia que tiene para ellas su imagen corporal.

Teniendo en cuenta que la **bulimia** acarrea serios problemas de salud psicofísicos, y debido a las 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 auténtica problemática psíquica y poder, así, cambiar el patrón alimentario.