

Trastornos alimentarios, un problema de salud pública que requiere atención y visibilización

Especialistas destacan la importancia de atenderlos de manera integral, ya que están relacionados al suicidio

Casi una de cada diez personas, en algún momento de su vida, tendrán algún diagnóstico de problemas de la conducta alimentaria, expresó el doctor Sergio Armando Covarrubias Castillo, Jefe del Servicio de Psiquiatría del [Antiguo Hospital Civil de Guadalajara “Fray Antonio Alcalde”](#). [1]

En rueda de prensa celebrada en el marco del **Día Internacional de la Lucha contra los Trastornos de la Conducta Alimentaria** –que se conmemora el 30 de noviembre–, señaló que es importante **sensibilizar a la población al respecto de un grupo de problemas asociados con la salud mental** y que involucran a otras áreas como la medicina interna, endocrinología, nutrición, psicología, por lo que **requieren un manejo interdisciplinario**.

“Se calcula que **la prevalencia en mujeres es de aproximadamente 8.6 por ciento** de la población, y en **hombres de 4.07 por ciento**. Se tiene estipulado que **del año 2000 a 2018 se duplicó la prevalencia en el mundo** de este tipo de diagnósticos, y **una de las poblaciones que más rápido están creciendo son niños y adolescentes**, con hasta 22 por ciento que ya cursan algún tipo de síntoma asociado con problemas de la conducta alimentaria”, informó.

Explicó que estos trastornos **son la segunda patología de tipo mental con mayor mortalidad**, solamente detrás del abuso de opioides; además, un porcentaje significativo de las personas que fallecen de forma directa o indirecta por los trastornos de la conducta alimentaria sería por suicidio.

“La conducta suicida se tiene como una complicación que afecta prácticamente a cualquier tipo de problema de salud mental, pero en pacientes con anorexia nerviosa se estima que 31 por ciento de las personas que ya tienen este diagnóstico han tenido por lo menos un intento suicida. En caso de bulimia nerviosa, 23 por ciento y en caso de trastorno por atracones, 23 por ciento”, lamentó Covarrubias Castillo.

Explicó que este tipo de padecimientos no son solamente un problema de salud mental, de nutrición,

psicología o psiquiatría; sino que **son problemas de salud pública que requieren atención y visibilización** para hacer estrategias dirigidas de manera temprana a la identificación y, por lo tanto, prevenir complicaciones que puedan afectar a lo largo de la vida.

“Se tiene calculado que **al año se pierden 3.3 millones de años de vida productiva**, hablando específicamente en lo laboral y académico, por trastornos de la conducta alimentaria”, dijo.

La licenciada Érika Montes Díaz, adscrita al Servicio de Nutrición Clínica de ese nosocomio, aclaró que **los trastornos de la conducta alimentaria no son malos hábitos ni decisiones personales, son enfermedades complejas** que requieren de comprensión, sensibilidad y acompañamiento.

“Aunque las estadísticas nos digan que es más común en mujeres y en adolescentes, es importante aclarar que **se pueden presentar a cualquier edad**, cualquier género y cualquier tipo de cuerpo; porque normalmente lo asociamos con la delgadez extrema y en realidad se puede presentar en personas con peso socialmente aceptado como normal”, apuntó.

Una condición multifactorial

La cultura de la dieta, la presión estética y la desinformación crean un terreno fértil para desarrollar los trastornos de la conducta alimentaria, y el principal factor de riesgo es iniciar dietas restrictivas sin acompañamiento profesional o nutricional adecuado, subrayó.

“Si están pensando en iniciar alguna dieta busquen al profesional adecuado. En mi experiencia con las consultas, **los pacientes no llegan y buscan comer mejor, llegan y buscan comer menos, y éste es nuestro reto: educar al paciente**, enseñarle que el valor o lo que buscamos va más allá de la báscula, va a que se sientan mejor, que vivan más plenos, que tengan mejor relación con los alimentos, que tengan bienestar, que mejoren los síntomas gastrointestinales; buscamos que vean sus avances más allá de la báscula”, resumió.

Destacó que **promover una relación saludable con los alimentos puede salvar vidas**, al igual que visibilizar estos padecimientos, además de que la salud no se mide en kilos, se mide en autocuidado, en bienestar y en mejora de hábitos.

La doctora Soledad Aldana Aguiñaga, especialista en Psicología de la salud, adscrita a la Unidad de Cirugía Bariátrica del HCG “Doctor Juan I. Menchaca”, reiteró que **visibilizar estos problemas da la opción de prevenirlos**.

“Solemos asociar los trastornos de conducta alimentaria con los más comunes, que son la anorexia y la bulimia, pero **en el tema de la obesidad los trastornos de conducta alimentaria también están presentes** y no se exenta que una persona que está en una delgadez extrema pueda, a lo largo de su vida, pasar al grado de obesidad justamente por la complicación de alguno de estos trastornos y no haberlo prevenido a tiempo”, declaró.

La especialista comentó que, si bien los trastornos de conducta alimentaria están clasificados como un trastorno de la esfera mental, el hecho de poder visualizarlos antes de que avance da la oportunidad de tratarlos.

“Muchas veces, las personas acuden con el psicólogo, nutriólogo, psiquiatra, cuando el trastorno ya no sólo es evidente, sino que está poniendo en riesgo la vida del paciente. Un paciente puede morir por desnutrición, obesidad y sus complicaciones, y en las historias clínicas que realizamos a diario de nuestros pacientes nos damos cuenta que el trastorno no es de aparición reciente, sino que tenía muchos años en incubación”, subrayó.

Atentamente

“Piensa y Trabaja”

“1925-2025. Un Siglo de Pensar y Trabajar”

Guadalajara, Jalisco, 25 de noviembre de 2025

Texto: Laura Sepúlveda Velázquez

Fotografía: Adriana González

Etiquetas:

[Sergio Armando Covarrubias Castillo](#) [2]

[Érika Montes Díaz](#) [3]

[Soledad Aldana Aguiñaga](#) [4]

[Hospital Civil de Guadalajara](#) [5]

URL Fuente:

<https://www.comsoc.udg.mx/noticia/trastornos-alimentarios-un-problema-de-salud-publica-que-requiere-atencion-y-visibilizacion>

Links

[1] <https://portal.hcg.gob.mx/hcg/unidadfaa>

[2] <https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/sergio-armando-covarrubias-castillo>

[3] <https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/erika-montes-diaz>

[4] <https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/soledad-aldana-aguinaga>

[5] <https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/hospital-civil-de-guadalajara>