



TRATAMIENTO DE LA CONDUCTA DE ATRACÓN

Unidad de Psicología Clínica y de la Salud
Consorcio Hospital General Universitario de Valencia

Cuquerella, M.A., Ferrandis, M., Cano, I., Sinuela, L. y Carbajo, E.



INTRODUCCIÓN

La conducta de atracón se define como: comer rápido en poco tiempo, ingiriendo una cantidad claramente superior a la habitual y con sensación de pérdida de control. Pudiendo aparecer como un trastorno o formar parte de otro desorden alimentario. Destacándose en su etiología el papel de una dieta inadecuada y del malestar emocional. Nuestro propósito es la concienciación a los profesionales de salud mental de este problema, así como sugerir formas de intervención.

MÉTODO

La evaluación debe integrar diferentes áreas de la vida del paciente (ver tabla1) y la intervención debe ser multidisciplinar (ver tabla2).

RESULTADOS

En el trastorno por atracón se considera que el tratamiento cognitivo conductual es un tratamiento bien establecido, destacándose el papel del tratamiento de autoayuda cognitivo conductual en casos leves y precisándose de mayor número de investigaciones para la farmacoterapia. Sin embargo, cuando la conducta de atracón se encuentra dentro de otro trastorno de la conducta alimentaria el nivel de eficacia de estas técnicas es menor.

Tabla 1. Evaluación

Historia biográfica
Autoestima
Autoconcepto
Análisis funcional de conducta
Estado fisiológico
Alimentos prohibidos
Historia de dietas
Comorbilidad con otros trastornos mentales

Tabla 2. tratamiento

Farmacología (destacándose antidepresivos)
Psicoterapia (Intervención cognitivo-conductuales)
Dieta equilibrada
Pérdida de peso

CONCLUSIONES

Por todo ello, consideramos de especial relevancia la intervención multidisciplinar en este tipo de conducta y la importancia de continuar investigando su tratamiento.

BIBLIOGRAFÍA

- Amigo, I., Fernández J.R. y Pérez, M. (2010). Manual de psicología de la salud. Madrid: Piramide
- Asociación Americana de Psiquiatría. (2014). Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (5ª ed.). Madrid: Panamericana.
- Fairburn, C. (2011). La superación de los atracones de comida: Como recuperar el control. Paidós Ibérica.
- Pérez, M., Fernández J.R., Fernández, C., y Vázquez, I. (2010). *Guía de tratamientos psicológicos eficaces I*. Psicología de la salud. Madrid: Pirámide.