

La adicción a la comida (pp. 383-394)

Francisco Alonso-Fernández

Universidad Complutense de Madrid (España)

Se definen las enfermedades adictivas en función de cinco criterios. La adicción a la comida es uno de los géneros más importantes de las llamadas “nuevas adicciones” o “adicciones sociales”. Las principales modalidades de la adicción a la comida son los episodios bulímicos, las adicciones hiperfágicas y la adicción monoalimentaria. Se describen aquí los aspectos más importantes de la bulimia: los factores de riesgo, los síntomas y la terapia y se pone especial énfasis en distinguirla de la bulimia nerviosa, que es la bulimia asociada a la anorexia. La bulimia adictiva tiene una prevalencia puntual de 1% en la población femenina. Las adicciones hiperfágicas se asocian casi siempre con sobrepeso y siguen el modelo de comer con voracidad según tres modalidades: el tipo neurótico infantil, el tipo depresivo y el tipo ansioso/psicosomático. Su tratamiento comprende ciertos medicamentos, también usados contra los episodios bulímicos, las normas conductuales en relación con el régimen de comidas y los remedios específicos para cada uno de los tipos. Finalmente, se exponen los rasgos generales de la adicción al chocolate, que es la adicción monoalimentaria mejor conocida y su ansia (craving) tiende a asociarse con el periodo premenstrual.