



# Anorexia y osteoporosis



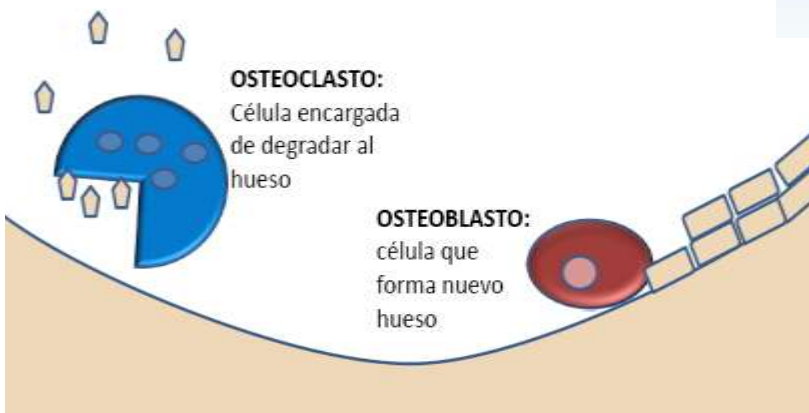
## INTRODUCCION

La anorexia nerviosa es un trastorno de la alimentación afecta muchas funciones corporales, entre ellas la formación y salud de los huesos. La osteoporosis es una consecuencia común y grave de este trastorno de la alimentación.



## El hueso normal: estructura y recambio

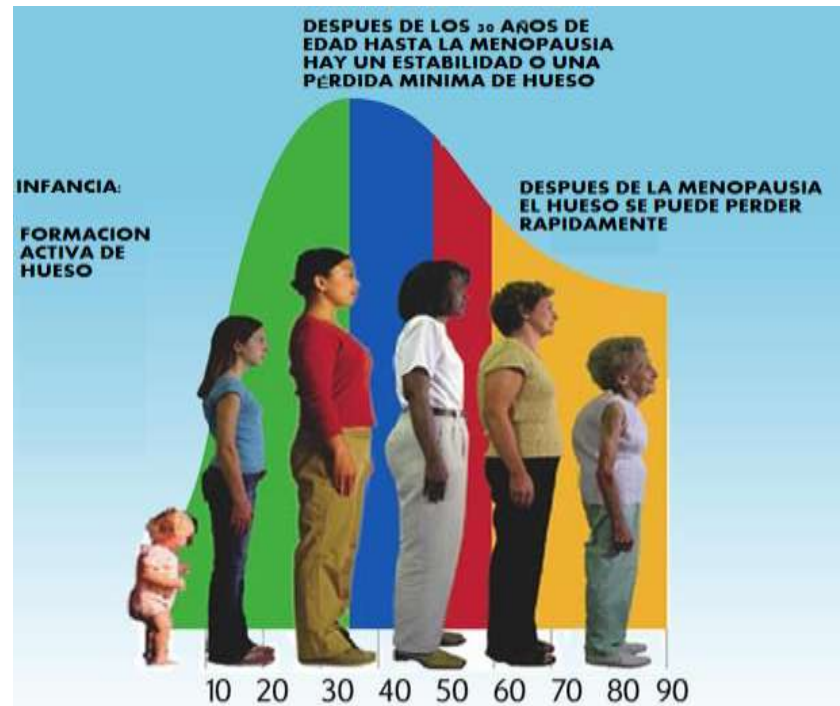
El hueso no es una estructura inerte en nuestro cuerpo, es un tejido vivo formado por varias células encargadas de remodelarlo y mantenerlo sano. Existen células encargadas de formar la estructura del hueso y otras de degradarlo, tratando de que estas dos funciones estén en equilibrio.



El hueso necesita cambiar de manera constante para:

1. Mantener los niveles de calcio y fósforo en la sangre según los requerimientos del cuerpo
2. Permitirnos crecer
3. Repararse cuando hay una fractura

El hueso cambia su estructura durante toda la vida, aunque hay etapas en las que los cambios son más importantes como durante el desarrollo, los embarazos y la menopausia.



La calidad del hueso depende de nuestros genes, actividad física, hormonas y sobre todo de la alimentación. La mayor ganancia de hueso se da antes de los 30 años de edad. Una persona que padece anorexia no tiene ni los nutrientes ni hormonas necesarias para formar un hueso

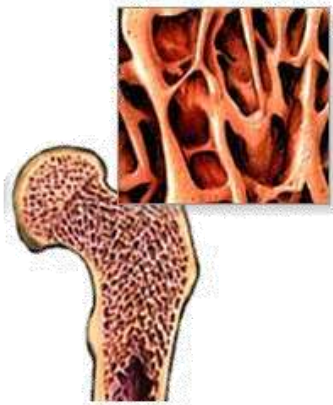


saludable por lo que pueden tener **osteoporosis** aun en etapas tempranas de la vida.

### ¿Qué es la osteoporosis?

La osteoporosis es una enfermedad del hueso en la que la destrucción es mayor que la formación de hueso nuevo, por lo que al final, se hace frágil y quebradizo. (Ver sección de Metabolismo óseo y osteoporosis en esta misma página web)

Osteoporosis



### ¿Cuáles son las consecuencias de la osteoporosis y anorexia?

La osteoporosis hace que los huesos sean tan frágiles que cualquier caída produce una fractura. En las personas con anorexia, el problema se hace mayor ya que el cuerpo no tiene las reservas necesarias como para permitir que el hueso sane rápidamente, lo que las obliga a estar inmóviles por mucho tiempo, favoreciendo otras complicaciones derivadas de la fractura como úlceras, resequedad de la piel, debilidad, pérdida muscular, etc..

La osteoporosis puede ser causa de discapacidad, dolor y pérdida de la

estatura que no son reversibles aun con la corrección de la anorexia y un tratamiento adecuado.



El tratamiento de la osteoporosis puede ser complicado aun en condiciones normales, en el contexto de anorexia es aun más difícil ya que el hueso sigue perdiéndose rápidamente. Los suplementos de calcio y vitaminas no son suficientes para reponer las pérdidas. Las fracturas pueden repararse, pero las secuelas son permanentes, por esta razón, no se debe dejar que el problema a llegue a estos extremos para buscar atención médica.

### **Bibliografía**

1. Rigotti NA, et al. The Clinical Course of Osteoporosis in Anorexia Nervosa. *JAMA*. 1991;265(9):1133-1138.

