



Docente:

Tatiana Castañeda Quirama
lcastaneda@poligran.edu.co

Estudiantes.

Albeiro Montoya Ceballos
Paula Mejía Terreros.

Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano
Psicología Medellín

Incidencia De Los Esquemas Mal Adaptativos Tempranos En El Comportamiento Alimentario. Incidence Of Early Maladaptive Schemas In Eating Behavior.

Resumen.

Diferentes investigaciones sobre el inicio y mantenimiento de los trastornos de la conducta alimentaria han sugerido una relación significativa entre los esquemas cognitivos y las patologías del comportamiento alimenticio. El desarrollo de esta investigación tuvo como objetivo realizar una revisión documental sobre la relación entre los trastornos de la conducta alimentaria y los esquemas mal adaptativos tempranos; utilizando como metodología la revisión temática. Los resultados arrojan que la anorexia nerviosa puede asociarse a los esquemas de defectuosidad-vergüenza e insuficiente autocontrol, mientras que, la obesidad y los atracones se asocian a los dominios de desconexión-rechazo y autonomía y desempeño deficiente.

Palabras clave:

Anorexia nerviosa, bulimia nerviosa, trastorno de atracones, esquema mal adaptativo.

Abstract:

Different investigations on the onset and maintenance of eating disorders have suggested a significant relationship between cognitive schemas and eating behavior pathologies. The aim of this research was to carry out a documentary review on the relationship between

eating disorders and early maladaptive schemas; using the thematic review as methodology. The results show that anorexia nervosa can be associated with the schemas of defectiveness-shame and insufficient self-control, while obesity and binge eating are associated with the domains of disconnection-rejection and autonomy and poor performance.

Keywords:

Nervous anorexy, bulimia nervosa, binge eating disorder, maladaptive schema.

Introducción.

Los trastornos de la conducta alimentaria han sido una problemática que se ha estudiado a lo largo del tiempo por su prevalencia e incremento en el número de casos; también se evidencia que están asociados a la presencia de esquemas mal adaptativos tempranos específicamente la anorexia, bulimia y trastorno de atracones. Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) y de la ingesta de alimentos son, una alteración en el consumo de alimentos que conlleva a un deterioro significativo de la salud física y

del funcionamiento psicosocial. (APA, 2014).

Para el caso de Colombia se han identificado aumentos significativos de diagnósticos de TCA en edades entre los 7 y 12 años. Durante los últimos 5 años se han acrecentado las conductas de riesgo para desarrollar este tipo de trastornos. Los hallazgos indican que la anorexia se incrementó entre 0.8 % y 1% y la bulimia en un 3.5%, siendo Medellín la ciudad con más casos con un índice de mortalidad del 25 % (Gempeler, 2019).

Ahora bien, los esquemas mal adaptativos tempranos (EMT) se desarrollan a lo largo de la vida de los individuos siendo estables y duraderos. A su vez, son creencias incondicionales sobre el sí mismo en relación con el ambiente y se caracterizan porque se auto perpetúan, son disfuncionales, se activan por acontecimientos significativos y surgen en consecuencia de vivencias disfuncionales con padres o hermanos (Rodríguez, 2009).

De esta forma, se ha encontrado que el autocontrol

insuficiente y el aislamiento social se asocian directamente con el riesgo de padecer un TCA. (Hovrud et.al, 2019). Al respecto, es de destacar que cuando el individuo se encuentra en un entorno estresante, es posible que desarrolle un esquema de imprevisibilidad en el que el entorno es incontrolable y los cuidadores son percibidos como poco fiables. Estos esquemas cognitivos tienen el objetivo de dirigir las conductas de autorregulación (Proffitt & Hill, 2018). Por lo tanto, cuando se vivencian experiencias negativas de cuidado, se pueden producir alteraciones en la representación del yo causando una vulnerabilidad a padecer un TCA. (Estevez, et.al, 2019).

Además, se pudo identificar en diferentes estudios, que la obesidad, los atracones y sobrealimentación pueden estar asociados a la presencia de dominios de Desconexión/Rechazo y de Autonomía y Desempeño Deficiente. De manera similar, el impulso de la delgadez en pacientes con TCA puede asociarse a los esquemas cognitivos de defectuosidad/vergüenza e insuficiente autocontrol. (Nicol, et.al 2020).

Es de resaltar que, las personas con diagnóstico de anorexia nerviosa suelen describir a sus familias como cohesivas y organizadas y con una baja tolerancia al conflicto; también se ha observado que no se reconocen los límites individuales de cada miembro, lo cual influye en el desarrollo de la autonomía; a diferencia de pacientes con diagnóstico de bulimia que refieren a sus

familias como conflictivas y menos cohesionadas (Serra, 2015).

En concordancia con los resultados anteriores, es posible mencionar que después de realizar una revisión bibliográfica sobre los esquemas mal adaptativos que se asocian con los Trastornos alimentarios (TA), se identificó que en Colombia existen pocas

poco abordaje investigativo y pueden tener impacto en la conceptualización e intervención clínica de estas patologías.

Por ello, el objetivo general es realizar una revisión documental sobre la información existente acerca de los trastornos de la conducta alimentaria y su relación con los esquemas mal adaptativos tempranos.



Vector de Comida creado por freepik - www.freepik.es

investigaciones que relacionen estas variables. Así mismo se encontró son escasas las investigaciones que han centrado su atención en la evaluación de los TCA en hombres, y en algunos casos se ha excluido la influencia que tienen los padres y la familia en la aparición de dichos trastornos. Por ende, esta investigación toma relevancia, ya que son variables que han tenido

Metodología.

El presente artículo utilizó la revisión temática, con el fin de extraer la información más relevante y necesaria para la construcción del problema de investigación (Hernández, 2014).

Para la elaboración de este artículo se hizo una revisión de 21 materiales bibliográficos, de los cuales 6 están en idioma

inglés y 2 son tesis de grado de maestría. De estos se utilizaron como muestra un total de 8 artículos los cuales se seleccionaron por pertinencia y actualidad.

Como técnica de recolección de datos se utilizó la observación documental de presentación resumida que consiste en hacer una lectura de los textos, con el propósito de analizar y filtrar la información pertinente para la investigación (Balestrini, 1997).

El tratamiento de los datos compilados se llevó a cabo a través de la técnica de análisis de contenido, la cual se caracteriza porque se hace una interpretación de la información con el fin de descomponerla y clasificarla (Marradi, 2007).

Resultados.

Los TCA son trastornos heterogéneos y multifactoriales en los cuales se hacen presentes diferentes factores genéticos, biológicos, familiares y culturales. Cabe resaltar que, las características de la personalidad, aprendizaje, historia de abuso, maltrato o perfeccionismo se han asociado a la presencia y mantenimiento de los TCA.

La anorexia nerviosa puede asociarse a los esquemas de defectuosidad- vergüenza e insuficiente autocontrol. Por otro lado, la bulimia, la obesidad y los atracones se asocian a los dominios de desconexión-rechazo y autonomía y desempeño deficiente.

Además, se ha evidenciado que, la familia y los estilos parentales de acompañamiento representan tanto un factor protector como un factor de riesgo para el desarrollo de los TCA.

Discusión y Conclusiones.

La presencia de los trastornos de la conducta alimentaria se ha investigado a mayor profundidad en países como Estados Unidos, México y Argentina.

De igual forma, se logra observar que múltiples investigaciones han enfocado su atención en factores externos como la cultura y las redes sociales dejando de lado el relacionamiento familiar y la influencia que tienen en el desarrollo de un EMT.

En relación con lo mencionado anteriormente se puede concluir que los esquemas mal adaptativos tempranos de privación emocional, defectuosidad/vergüenza, aislamiento social, insuficiente autocontrol y búsqueda de aprobación están asociados a los trastornos de la conducta alimentaria.

Para próximas investigaciones se sugiere tener en cuenta la relación entre los trastornos de vigorexia, pica y rumiación con los esquemas mal adaptativos tempranos, ya que es un tema de gran relevancia para la conceptualización y el diseño de planes de intervención de estas psicopatologías.

Referencias.

American Psychiatric Association (APA). (2014). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM5-5. España: Panamericana.

Balestrini, M. (1997). Como se elabora el proyecto de investigación. [Archivo PDF].

https://issuu.com/sonia_duarte/docs/como-se-

Hernández, R; Fernández, C; & Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación.

McGRAW-HILL.

<http://observatorio.epac.artagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>

Hovrud, L; Simons, R; & Simons, J. (2019). Cognitive Schemas and Eating Disorder Risk: the Role of Distress Tolerance. International Journal of Cognitive Therapy, 1-13.

https://www.researchgate.net/publication/337354915_Cognitive_Schemas_and_Eating_Disorder_Risk_the_Role_of_Distress_Tolerance

Marradi, A., Archenti, N., & Piovani, J. (2007). Metodología de las ciencias sociales.

Buenos Aires: Editorial Emecé.

<https://comycult.files.wordpress.com/2018/04/marradi-archenti-y-piovani-metodologia-de-las-ciencias-sociales-scan.pdf>

Nicol, A; Mak, A; Murray, K, Walker, L; Buckmaster, D. (2020). The Relationships Between Early Maladaptive Schemas and Youth.

Cognitive Therapy and Research, 1- 37.

<https://doi.org/10.1007/s10608-020-10092-6>

- Proffitt, R; & Hill, S. (2018). Unpredictability, Body Awareness, and Eating in the Absence of Hunger: A Cognitive Schemas Approach. *Health psychology*, 37(7), 691-699. https://www.researchgate.net/publication/325825494_Unpredictability_Body_Awareness_and_Eating_in_the_Absence_of_Hunger_A_Cognitive_Schemas_Approach
- Rodríguez, E. (2009). La terapia centrada en esquemas de Jeffrey Young. *Av. Psicol*, 17(1), 59-74. <http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2009/>.
- Serra, M. (2015). Los trastornos de la conducta alimentaria. Editorial UOC. <https://elibro.net/es/ereader/poligran/57904?page=17>
- Vélez, H; Rojas, W; Barrero, J; & Restrepo, J; (2010). *Medicina psicomática y psiquiatría de enlace*. Primera edición, editorial corporación para investigaciones biológicas.