

## Estudio de caso: anorexia

### Descripción del caso

- Paciente de 14 años de edad que acude acompañada por sus padres a una consulta psiquiátrica y dietética debido a una pérdida de peso progresiva y constante (19 kg en 9 meses) con amenorrea y actividad física intensa y de larga duración.
- Los padres refieren una reducción gradual de la ingesta de alimentos a lo largo del año pasado, con una limitación estricta de dulces y alimentos de alto aporte calórico.
- A la paciente se le diagnosticó anorexia nerviosa y se comenzó el tratamiento psiquiátrico, con monitorización en casa tras el rechazo de los padres a su ingreso.
- Se inició una intervención multidisciplinar con monitorización psiquiátrica, dietética y familiar y con terapia cognitivoconductual.
- De acuerdo con un diario de comidas entregado por la familia, se determinó una ingesta media diaria de 670 kcal/día, con 34 gramos de proteínas, 82 gramos de carbohidratos y 21 gramos de lípidos. A pesar de haber explicado a la familia la gravedad de la situación y los riesgos asociados, se negaron vehementemente a la hospitalización.

### Preguntas

A partir de la información recabada, determine:

- Estado antropométrico de la paciente en relación con su edad
- Requerimiento calórico para mantener el peso actual
- Requisitos nutricionales (calorías y macronutrientes) para equilibrar el peso
- Recomendaciones básicas de actividad física
- Expectativas a corto plazo (4 semanas)
- Enfoque dietético si no se alcanza el objetivo establecido
- Expectativas a largo plazo (2 años)



## Ejemplo de enfoque dietético para el caso presentado

### Evaluación antropométrica y nutricional

14y 1m (169 months), female					
	Value	Imperial	%ile	Z-score	50%ile
Weight (kg)	21	46.3 lb	0%	-7.69	49.6
Stature (cm)	149	58.7 in	4%	-1.76	161
Wt-for-stature (kg)					
BMI-for-age	9.5		0%	-10.35	19.4

Estimated Daily Caloric Needs	2,228 kcal/day
-------------------------------	----------------

#### Macronutrients:

Macronutrient	Recommended Intake Per Day
Carbohydrate	251 - 362 grams ⓘ
Total Fiber	26 grams
Protein	18 grams
Fat	62 - 87 grams ⓘ
Saturated fatty acids	As low as possible while consuming a nutritionally adequate diet.
Trans fatty acids	As low as possible while consuming a nutritionally adequate diet.
α-Linolenic Acid	1.1 grams ⓘ
Linoleic Acid	11 grams ⓘ
Dietary Cholesterol	As low as possible while consuming a nutritionally adequate diet.
Total Water	2.3 liters (about 10 cups) ⓘ

### Definición de requisitos nutricionales

Se comenzó un plan dietético de 1000 kcal durante un periodo de 1 semana, con un incremento gradual de 100 kcal/semana hasta llegar a una ingesta de 2000 kcal/día, con posibilidad de modificación según la evolución.



	Al inicio	A las 6 semanas	A las 12 semanas
Proteínas (g)	49	78	83
Lípidos (g)	26	43	64
Carbohidratos (g)	135	214	258
Calorías	1000	1600	2000

- Se puso en marcha un plan dietético diario consistente en 5 comidas de sólidos y 2 tentempiés de alto contenido proteico (a base de suplementos dietéticos de bajo volumen).
- Se recomendó una reducción de la actividad física a 45-60 minutos/día y 3-4 días/semana

## Reevaluación a las 4 semanas

14y 2m (170 months), female					
	Value	Imperial	%ile	Z-score	50%ile
Weight (kg)	22.4	49.4 lb	0%	-6.99	49.9
Stature (cm)	149	58.7 in	4%	-1.79	161
Wt-for-stature (kg)					
BMI-for-age	10.1		0%	-8.87	19.4

Estimated Daily Caloric Needs	1,840 kcal/day
-------------------------------	----------------

### Macronutrients:

Macronutrient	Recommended Intake Per Day
Carbohydrate	207 - 299 grams ⓘ
Total Fiber	26 grams
Protein	19 grams
Fat	51 - 72 grams ⓘ
Saturated fatty acids	As low as possible while consuming a nutritionally adequate diet.
Trans fatty acids	As low as possible while consuming a nutritionally adequate diet.
α-Linolenic Acid	1.1 grams ⓘ
Linoleic Acid	11 grams ⓘ
Dietary Cholesterol	As low as possible while consuming a nutritionally adequate diet.
Total Water	2.3 liters (about 10 cups) ⓘ

Número de proyecto: 2021-1-RO01- KA220-HED-38B739A3

- Se continuó con un plan dietético de 1500 kcal/día, con un incremento gradual a 1800 kcal.
- Tras la reevaluación, se observó una evolución lenta pero positiva del peso.
- La paciente logró satisfacer sus necesidades calóricas la mayoría de los días, pero con un sentimiento de culpa.
- La dieta se basó en líquidos y semisólidos que se sirvieron bajo supervisión parental.
- Se inició la transición a 3 comidas principales y 3 tentempiés de alto contenido calórico/proteico (a base de suplementos dietéticos de bajo volumen).
- La evolución del peso fue positiva pero lenta.
- Mejoró la situación psiquiátrica.
- La paciente no logró que la ingesta calórica fuera superior a 1400-1500 kcal/día. Se recomendó aumentar el número de comidas (siempre ligeras y frecuentes), con 4 tentempiés de alto contenido calórico/proteico (2 de ellos durante la noche).

#### 14y 6m (174 months), female

	Value	Imperial	%ile	Z-score	50%ile
Weight (kg)	27.3	60.2 lb	0%	-5.07	50.8
Stature (cm)	150	59.1 in	4%	-1.73	161
Wt-for-stature (kg)					
BMI-for-age	12.1		0%	-5.4	19.6

## Evolución del peso tras la intervención dietética personalizada a los 2 años (aprox.)

#### 14y 1m (169 months), female

	Value	Imperial	%ile	Z-score	50%ile
Weight (kg)	21	46.3 lb	0%	-7.69	49.6
Stature (cm)	149	58.7 in	4%	-1.76	161
Wt-for-stature (kg)					
BMI-for-age	9.5		0%	-10.35	19.4



- La situación de la paciente mejoró considerablemente.
- Continuó la intervención dietética y terapéutica y el tratamiento farmacológico.

#### 16y 3m (195 months), female

	Value	Imperial	%ile	Z-score	50%ile
Weight (kg)	44.1	97.2 lb	7%	-1.49	54.2
Stature (cm)	156	61.4 in	15%	-1.03	163
Wt-for-stature (kg)					
BMI-for-age	18.1		16%	-0.98	20.6