

## Estudio de caso

### Anorexia nerviosa

#### Descripción del estudio de caso

Una madre de gemelos, dos chicos de 16 años, se ha puesto en contacto con su médico de familia porque está preocupada por uno de sus hijos. Ambos chicos miden 180 cm. Sin embargo, el gemelo más joven pesa 66 kg, mientras que el mayor pesa 50 kg. La madre refiere que el gemelo mayor siente aversión por la comida y ha reducido su dieta a patatas fritas y chocolate. El gemelo más joven tiene una dieta variada y hace todas las comidas diarias en una cantidad satisfactoria. El gemelo mayor no deja de señalar que su hermano engordará si sigue comiendo de todo. Además, la madre explica que el gemelo mayor se cansa enseguida, está perdiendo masa muscular y tiene dolor articular, especialmente en los tobillos y las rodillas.

El médico de familia ha examinado a ambos chicos y ha observado que, aparte del peso del gemelo mayor, el resto de valores son normales en el momento de la exploración. Aun así, como el IMC del gemelo mayor es de 15,4 y teniendo en cuenta la preocupación de la madre, lo deriva a un equipo de especialistas que tratan TCA.

#### Preguntas

1. ¿Qué tipo de ejercicio recomendaría a este paciente (el gemelo mayor)? ¿Le recomendaría ejercicios de cardio (resistencia)? ¿Por qué o por qué no? ¿Le recomendaría ejercicios de resistencia, como estiramientos? ¿Por qué o por qué no?
2. ¿Cree que la cinesioterapia es el método correcto para los pacientes con anorexia nerviosa? ¿Por qué o por qué no?
3. ¿En qué circunstancias sería aceptable la cinesioterapia para un paciente como el del estudio de caso?



**Respuestas:**

**Pregunta 1:** el tipo de ejercicio recomendado para este paciente incluiría ejercicios de resistencia, es decir, estiramientos suaves. Los ejercicios de cardio (resistencia) podrían representar una grave amenaza para la salud del paciente (e incluso llevar a un desenlace mortal). Por ejemplo, al sudar, los niveles de electrolitos del paciente podrían desplomarse súbitamente.

**Pregunta 2 y pregunta 3:** la cinesioterapia debe aplicarse a pacientes con anorexia nerviosa solo en unas condiciones estrictamente controladas, es decir, con una monitorización constante de las constantes vitales del paciente.

