



# REVISTA MEXICANA DE TRASTORNOS ALIMENTARIOS

## MEXICAN JOURNAL OF EATING DISORDERS

<http://journals.iztacala.unam.mx/index.php/amta/>



### ARTÍCULO

## Emotion dysregulation and eating symptoms: Analysis of group sessions in patients with eating disorder



Maritza Rodríguez Guarín<sup>a,b,\*</sup>, Juanita Gempeler Rueda<sup>a</sup>, Natalia Mayor Arias<sup>a</sup>, Camila Patiño Sarmiento<sup>a</sup>, Lyda Lozano Cortés<sup>a</sup> y Verónica Pérez Muñoz<sup>a</sup>

<sup>a</sup> *Equilibrio: Programa integral para trastornos de alimentación, afectivos y de ansiedad, Bogotá, Colombia*

<sup>b</sup> *Departamento de Psiquiatría, Facultad de Medicina, Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá, Colombia*

Recibido el 11 de octubre de 2016; revisado el 6 de diciembre de 2016; aceptado el 9 de enero de 2017

Disponible en Internet el 8 de febrero de 2017

### KEYWORDS

Emotion regulation;  
Eating disorders;  
Dialectical behavioral  
therapy;  
Group therapy;  
Qualitative

**Abstract** The aim of this article was to explore and analyze the relationship between emotions, feelings and moods, with eating behavior and other behaviors in patients with eating disorders (ED). A total of 43 women aged among 14 to 45 years ( $M=19.8$ ,  $SD=6.8$ ), 19 were diagnosed with anorexia nervosa, 22 with bulimia nervosa and two with binge eating disorder. All participants attended to an ambulatory intensive program. Based on a qualitative methodology, it was analyzed the content of a dialectical behavior therapy group session. Before negative emotions it was observed that patients—regardless of the ED diagnostic—preferentially use suppression strategies rather than re-appraisal. Specifically, patients with anorexia nervosa tend to face negative emotions based on the expression of restrictive symptoms while bulimic ones tend to binge and/or purge. It was notorious the difficulty of all patients to name and discriminate emotions or associate them with maladaptive behaviors. ED treatment requires therapeutic techniques aimed to strength tolerance when discomfort is induced by negative emotions, but also promoting re-appraisal of these emotions.

© 2017 Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Estudios Superiores Iztacala. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

\* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: [maritzarodriguez@programaequilibrio.org](mailto:maritzarodriguez@programaequilibrio.org) (M. Rodríguez Guarín).

La revisión por pares es responsabilidad de la Universidad Nacional Autónoma de México.

**PALABRAS CLAVE**

Regulación de emociones;  
Trastornos alimentarios;  
Terapia conductual dialéctica;  
Terapia grupal;  
Cualitativo

## Disregulación emocional y síntomas alimentarios: Análisis de sesiones de terapia grupal en pacientes con trastorno alimentario

**Resumen** El objetivo de este estudio fue explorar y analizar la relación entre emociones, sentimientos y estados de ánimo con el comportamiento, principalmente el alimentario, en pacientes con trastornos de la conducta alimentaria (TCA). Participaron 43 mujeres, de entre 14 y 45 años de edad ( $M=19.8$ ,  $DE=6.8$ ), 19 con el diagnóstico de anorexia nerviosa, 22 con bulimia nerviosa, y dos con trastorno por atracón). Todas asistían a un programa ambulatorio intensivo. Con base en una metodología cualitativa, se analizaron los contenidos de una sesión de terapia grupal conductual dialéctica. Frente a emociones negativas, se observó que estas pacientes —independientemente del tipo de TCA— usan preferentemente estrategias de supresión más que de reinterpretación. Específicamente, las pacientes con anorexia nerviosa suelen afrontar las emociones negativas con base en la expresión de síntomas restrictivos; mientras que aquellas con síntomas bulímicos, lo realizan a través de atracones y/o purgas. Fue notoria la dificultad de todas las pacientes para nombrar y discriminar sus emociones, o asociarlas con sus comportamientos maladaptativos. El tratamiento de los TCA requiere del uso de técnicas terapéuticas enfocadas a fortalecer en estas pacientes la tolerancia al malestar inducido por emociones negativas, pero que además promuevan la reinterpretación de estas.

© 2017 Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Estudios Superiores Iztacala. Este es un artículo Open Access bajo la licencia CC BY-NC-ND (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

## Introducción

De acuerdo con [Werner y Gross \(2010\)](#), la regulación de emociones es un conjunto de procesos que utiliza el individuo para decrecer, mantener o incrementar uno o más aspectos de la emoción. Estos procesos pueden ser automáticos o requerir de un esfuerzo del individuo; pueden ser ejercidos por la misma persona (intrínsecos), o ejercidos por otra persona desde afuera (extrínsecos), como ocurre con la función reguladora que ejerce la madre cuando calma a su hijo. Los procesos regulatorios de las emociones le permiten al individuo ejercer influencia en cuáles emociones tiene, cuándo las tiene, cómo las experimenta, y cómo las expresa ([Dan-Glauser y Gross, 2013](#)).

Las estrategias para regular las emociones pueden modificar de manera diferencial los tres componentes básicos de la emoción: la respuesta fisiológica, la experiencia o el comportamiento; de modo que dichas estrategias alterarán la coherencia entre esos tres canales de respuesta. Pueden ser estrategias de supresión (regulación a la baja), si el individuo intenta reducir —de alguna manera— uno o varios de los componentes de su respuesta emocional, o si su uso conduce a la evitación, la negación, la disociación, la rumiación o al aislamiento; o bien, estrategias de reinterpretación, a través de las cuales la persona logra identificar y reconocer sus malestares, de modo que los puede interpretar, contextualizar y manejar de una forma adaptativa. Por el contrario, la persona acepta su emoción cuando la experimenta sin tratar de cambiarla, controlarla o evitarla ([Dan-Glauser y Gross, 2011, 2013](#)).

[Gratz y Roemer \(2004\)](#) han señalado que la conciencia que tenga el individuo acerca de sus estados emocionales es clave para su regulación. A algunas personas se les dificulta identificar y rotular sus emociones, y particularmente cuando la valencia de estas es negativa. Pero además de

su reconocimiento, se requiere que el sujeto ejerza algún grado de aceptación y tolerancia ante las emociones negativas, en lugar de ignorarlas, evitarlas o escapar de ellas. En tanto que una regulación pobre de las emociones puede generar diversas consecuencias, entre ellas, un pobre control de impulsos.

De esta forma, las dificultades en el reconocimiento y la expresión de las emociones, mismas que subyacen a la disregulación emocional, son aspectos clave en la psicopatología de los trastornos del afecto, de la ansiedad, del trastorno por déficit de atención, del trastorno límite de la personalidad, del trastorno por estrés postraumático, de la dependencia a sustancias, y también de los trastornos del comportamiento alimentario (TCA). En estas psicopatologías las fallas en la regulación de emociones ocurren principalmente en los procesos de regulación intrínseca y, dada la excesiva emocionalidad negativa, los pacientes suelen apelar a mecanismos de regulación a la baja, es decir, a estrategias de supresión ([Campbell-Sills y Barlow, 2007](#); [Iancu, Cohen, Yehuda y Kotler, 2006](#); [Inzlicht, Bartholow y Hirsh, 2015](#); [Medina-Pradas, Navarro, López, Grau y Obiols, 2011](#)).

En los pacientes con TCA los procesos anómalos en la regulación emocional se reflejan en la expresión de las emociones y la presencia de sesgos atencionales. Estudios dirigidos a evaluar la cognición social en pacientes con anorexia nerviosa (AN) han revelado que, en comparación con controles sanos, estas pacientes presentan un desempeño deficiente en las tareas de reconocimiento y de funcionamiento emocional, con un sesgo atencional respecto a aquellos rostros que expresan cólera, el que no se presenta ante rostros *neutrales*. Por tanto, la depresión y los sesgos atencionales parecen predecir la existencia de dificultades en la regulación de emociones entre estas pacientes ([Adenzato, Todisco y Ardito, 2012](#); [Harrison,](#)

متن کامل مقاله

دریافت فوری ←

**ISI**Articles

مرجع مقالات تخصصی ایران

- ✓ امکان دانلود نسخه تمام متن مقالات انگلیسی
- ✓ امکان دانلود نسخه ترجمه شده مقالات
- ✓ پذیرش سفارش ترجمه تخصصی
- ✓ امکان جستجو در آرشیو جامعی از صدها موضوع و هزاران مقاله
- ✓ امکان دانلود رایگان ۲ صفحه اول هر مقاله
- ✓ امکان پرداخت اینترنتی با کلیه کارت های عضو شتاب
- ✓ دانلود فوری مقاله پس از پرداخت آنلاین
- ✓ پشتیبانی کامل خرید با بهره مندی از سیستم هوشمند رهگیری سفارشات