

Trastorno por consumo de alimentos relacionado con el sueño

■ El trastorno por ingesta de alimentos y bebidas relacionado a los periodos de sueño (TIABS) es una condición clasificada como parasomnia, caracterizada por una conducta anormal de comer y beber excesivamente durante estados de parcial inconsciencia que se dan en la transición entre la etapa de sueño MOR y el momento del despertar, a lo largo del sueño nocturno. En los sistemas de clasificación esta entidad apareció hace más o menos dos décadas, por lo que se considera que se le ha prestado poca atención dentro de la clínica. Debido a esto muchos casos de TIABS se diagnostican erróneamente como episodios de bulimia de presentación nocturna. Por lo general los episodios aparecen a la mitad de la noche (de una a tres horas después de iniciado el sueño) y se caracterizan por el consumo de grandes cantidades de alimentos y bebidas principalmente de alto contenido de grasas y carbohidratos. Muchos sujetos con esta condición incrementan su peso corporal y amanecen con malestares gastro-intestinales que les pueden producir hiporexia a lo largo del día. Algunos de ellos llegan incluso a presentar episodios depresivos generados por el malestar causado por esta conducta y sus consecuencias sobre el peso y la salud. Es por ello que los clínicos deben de considerar esta entidad en su proceso de diagnóstico diferencial, y conocer cuáles son sus mejores alternativas de tratamiento. De acuerdo a los estudios de prevalencia se calcula que entre el 60 al 80% de los sujetos con este trastorno son mujeres, lo cual es muy similar a la prevalencia de los trastornos de la conducta alimentaria que se presentan durante el día, y la edad de inicio más común es durante la adolescencia o etapa adulta temprana. A pesar de que se considera que le sucede cuando mucho al 1% de la población general, el problema es más frecuente en ciertos grupos específicos de población (en los Estados Unidos se ha ubicado en el 4% de la población de mujeres universitarias). Por otra parte, hay evidencia de que su presencia es más frecuente en sujetos con otro tipo de enfermedades mentales, de tal manera que en estos casos el problema puede ser más complicado debido a los efectos que muchos psicofármacos generan en el apetito. Un aspecto del tema que se conoce poco es el relacionado a lo que sucede con los pacientes que toman hipnóticos. Con este objetivo un reciente estudio se dio a la tarea de llevar a cabo una encuesta epidemiológica en sujetos consumidores de hipnóticos y el efecto sobre el TIABS. El trabajo se

llevó a cabo en la clínica de la Escuela de Medicina de la Universidad de Tokyo y su objetivo principal fue comparar la tasa de prevalencia del TIABS entre consumidores y no consumidores de benzodiacepinas usadas como hipnóticos. Se administró un cuestionario auto-aplicable a 1540 pacientes que acudían a tratamiento a las instalaciones de la clínica. De manera particular se puso atención en distinguir entre este trastorno y un trastorno de sonambulismo. Se recabó información sobre edad, sexo, peso y altura, rotación de periodos de trabajo entre horarios diurnos y nocturnos, grado de escolaridad, así como otros datos demográficos adicionales. Los problemas de sueño se identificaron con la escala "Índice de Calidad de Sueño de Pittsburgh (PSQI)". En cuanto al uso de hipnóticos se determinó su duración, así como el consumo nocturno de alcohol y los posibles efectos secundarios de los hipnóticos. El tipo de padecimiento se clasificó de acuerdo al DSM IV-TR. Se llevó a cabo un análisis estadístico comparando a sujetos con y sin uso de hipnóticos y la presencia de TIABS.

El análisis de los resultados encontró que de 88 pacientes que usaban hipnóticos, el 8.4% tenían consumo nocturno de alimentos, por lo que conformaron el grupo de TIABS. En cuanto al grupo que no los consumía la identificación del trastorno se ubicó en un 3.3%. Esto se consideró como una diferencia significativa ($p < 0.001$) de mayor prevalencia entre consumidores de hipnóticos. Un análisis adicional encontró que el trastorno fue más común en aquellos que tomaban de manera simultánea dos o más hipnóticos. También la frecuencia fue mayor entre quienes recibían antipsicóticos. No se encontraron diferencias entre los grupos en cuanto a distribución por sexo, índice de masa corporal, proporción de individuos viviendo solos, nivel educativo, consumo de alcohol, presencia de cambio de horario de trabajo ni tipo de diagnóstico psiquiátrico. En el grupo con el trastorno alimentario, el 14% lo reportó como muy frecuente (casi diario) y el 29.5% como ocasional (una o dos veces a la semana).

En la discusión los autores consideran que la prevalencia encontrada por ellos es similar a lo reportado en otros estudios. Si bien no se incluyó a una muestra de consumidores de hipnóticos sin trastornos psiquiátricos, consideran que en estos enfermos la prevalencia debe ser mayor. A diferencia de otros estudios éste no encontró que el trastorno fuera más frecuente entre mujeres. Al hacer un análisis diferencial sobre el tipo de hipnótico utilizado, no se encontró que el más relacionado con el TIABS fuera el zolpidem, que es el que se relacionó con más frecuencia en otros estudios. Debido a que la prevalencia fue mayor en los consumidores de dos o más hipnóticos, los autores infieren que el riesgo de que el trastorno se presente aumenta cuando los sujetos



reciben dosis elevadas de hipnóticos. Es interesante el que no hayan encontrado que el trastorno fuese más común en ciertos tipos de enfermedades mentales; sobre todo debido a que hay varios trabajos que encuentran que su prevalencia aumenta en pacientes diagnosticados con trastornos de la conducta alimentaria. Es interesante el hecho de que el trastorno fuera más frecuente en pacientes que toman antipsicóticos. Es posible que esta asociación se deba al efecto orexigénico de estos medicamentos. También es interesante que los efectos subjetivos de los hipnóticos (mareo, fatiga, sueño diurno, amnesia y cefalea) fueron más frecuentes en pacientes con el trastorno alimentario nocturno. Es posible entonces que el uso de hipnóticos en ciertos pacientes sea un factor que favorezca el desarrollo del TIABS.

Si bien este trabajo tiene muchas limitaciones para poder extrapolar sus resultados, es importante debido a que corrobora que el TIABS es un trastorno relativamente frecuente en pacientes psiquiátricos y que con frecuencia no se diagnostica. Se requerirán estudios prospectivos para aclarar algunos puntos relacionados con este tema. Por el momento es importante que los clínicos no descuiden la posible identificación del trastorno y que utilicen con cautela varios hipnóticos de manera simultánea y en combinación con antipsicóticos.

Bibliografía

TAKAESU Y, ISHIKAWA J, KOMADA Y y cols.: Prevalence and factors associated with sleep-related eating disorders in psychiatric outpatients taking hypnotics. *J Clin Psychiatry*, 77:e-892-e898, 2016.