



## **I Disturbi dell'Alimentazione**

### **I Disturbi di Alimentazione sono divisi in due categorie: Anoressia Nervosa e Bulimia Nervosa**

I disturbi dell'alimentazione sono al giorno d'oggi molto frequenti, soprattutto nelle donne, e si evidenziano in quei soggetti che hanno un'alterata percezione del proprio peso e della propria immagine corporea. Questi disturbi si presentano accompagnati da bassa [autostima](#), difficoltà nel mantenere relazioni sociali e familiari, depressione, disturbi della sessualità, sensi di colpa, sbalzi d'umore. Nei paesi Occidentali colpiscono prevalentemente le donne in una fascia di età compresa tra i 12 e i 25 anni (su 100 ragazze 8/10 soffrono di un disturbo del comportamento alimentare). La cultura sembra giocare un ruolo fondamentale in questi disturbi soprattutto quando la moda propone la magrezza quale canone di bellezza assoluto.

I Disturbi dell'Alimentazione sono stati divisi in due categorie specifiche:

#### [Anoressia Nervosa](#)

Una persona è definita anoressica quando il peso corporeo scende sotto l'85% del peso previsto in base all'età, al sesso e all'altezza del soggetto. Chi soffre di anoressia ha un'immagine distorta del proprio corpo che percepisce costantemente in condizioni di sovrappeso ed è dominato da un'intensa paura di ingrassare, anche in presenza di un evidente sottopeso. Le cause che portano all'insorgere dell'anoressia nervosa possono variare da un caso all'altro. Alcune ragazze possono pensare di dimagrire per aderire alla moda che nella nostra cultura riveste una

grande importanza e che vede nella magrezza uno dei canoni più importanti per poter essere “bella”. Secondo molti psichiatri, infatti, l’attuale propensione a prediligere un modello di bellezza femminile che esalta la magrezza ha conseguenze devastanti sui comportamenti alimentari di molte adolescenti. L’anoressia mentale può anche essere vista come una difesa nei confronti di un ambiente familiare iperprotettivo e soffocante. Lo studio e l’osservazione delle famiglie di pazienti con disturbi del comportamento alimentare hanno fornito alcuni dati relativi alla patogenesi di questi disturbi, indicando di solito degli schemi di relazione quali: invischiamento (i membri della famiglia si intromettono nei pensieri e sentimenti degli altri membri); iperprotettività (una preoccupazione di tipo intrusivo riguardante il funzionamento psicologico e corporeo del bambino); assenza di risoluzione dei conflitti e coinvolgimento del bambino nei conflitti tra i genitori. Nel tentativo di raggiungere un certo grado di autonomia l’anoressica ‘affama’ il proprio corpo con l’intento di uccidere l’oggetto materno dal quale cerca di distinguersi ed emanciparsi.

### **Bulimia Nervosa**

La bulimia nervosa è un disturbo alimentare contraddistinto da episodi di abbuffate accompagnati solitamente da atteggiamenti compensatori (es. vomito autoindotto). I soggetti bulimici si sono persuasi che abbuffarsi e ricorrere ai comportamenti di compensazione può temporaneamente distrarli dalle loro problematiche. La bulimia inizia solitamente con una [dieta](#) o comunque unitamente al desiderio di perdere peso. Il soggetto che ha fatto di tutto per poter dimagrire, si sente senza speranza. Ritiene che se solo riuscisse a ridurre il peso sarebbe più contento e soprattutto in grado di realizzarsi molto di più. Alcune volte scopre casualmente l’abbuffata e il comportamento compensatorio; cioè è probabile che vomiti spontaneamente dopo il pasto. Oppure può aver sentito da un’amica di “questo interessante modo per poter mangiare tutto quello

che si vuole e nonostante ciò perdere peso". O meglio può averlo appreso dalla tv o dai giornali. Paradossalmente, molte donne bulimiche riportano di aver conosciuto delle tecniche di compensazione da programmi televisivi e articoli di giornali, proposti appositamente per informare e mettere al corrente il pubblico sui rischi della bulimia.