

Informazioni sulla Anoressia Nervosa

Principali caratteristiche dell'anoressia nervosa

- il rifiuto di mantenere un peso corporeo superiore al minimo normale, considerata l'età e l'altezza.
- perdita di peso del 15%, o più, dell'originale peso corporeo
- un intenso timore di aumentare di peso o di diventare grassi
- timore di non saper controllare l'aumento di peso
- una distorta immagine del proprio aspetto fisico
- amenorrea, nelle donne (perdita del periodo mestruale)

Comportamenti associati all'anoressia nervosa

- imporsi restrizioni dietetiche
- incettare, nascondere, sminuzzare, sbriciolare o gettare il cibo
- impegnarsi in comportamenti impulsivi e ritualistici (per esempio: tagliare il cibo in pezzetti minuti e sistemarli e risistemarli nel piatto)
- dimostrare ansietà nella preparazione di certi alimenti (per esempio: misurare e pesare certi alimenti)
- costante preoccupazione per il cibo (leggere spesso le ricette di cucina o preparare il cibo soltanto per gli altri)
- vestire indumenti larghi o in diversi strati, per nascondere la perdita di peso
- svolgere un'eccessiva attività fisica o esercizi fisici eccessivi
- ritrosia sociale e tendenza ad avere segreti

Conseguenze fisiche della perdita di peso

- difficoltà a concentrarsi e a pensare lucidamente
- sensibilità al freddo
- abbassamento della pressione sanguigna con possibili svenimenti e sensi di vertigine
- debolezza generale
- diminuzione della massa corporea e di alcuni organi, compreso il cervello
- caduta dei capelli e dei peli
- colore e tono anemico della pelle
- disidratazione che può provocare costipazione e le screpolature della pelle
- osteoporosi
- comparizione di una lanuggine sul volto e sulle braccia

L'anoressia nervosa è prevalente nelle donne (il 95% delle persone colpite sono donne) e di solito compare nella prima o nella tarda adolescenza. Le persone più tipicamente affette da anoressia nervosa sono le ragazze adolescenti motivate a cercare il successo. Una caratteristica comune delle persone afflitte da anoressia nervosa è un'assidua ricerca della perfezione, ed una difficoltà ad adattarsi a nuove situazioni.

L'anoressia nervosa puo' insorgere con l'abitudine alle diete e continuare poi con cicli di astinenza dal cibo per ottenere una riduzione del peso. Le persone con anoressia nervosa possono ricorrere, per ottenere e mantenere un basso peso corporeo, ad una diminuzione dell'alimentazione, all'assunzione di lassativi e diuretici e all'induzione al vomito. Queste persone possono inoltre mangiare meno del necessario, tendono ad evitare cibi ad alto contenuto calorico e possono ricorrere ad esercizi fisici estenuanti. Tutti questi comportamenti minacciano il benessere fisico della persona, il suo amor proprio ed incidono sulla confidenza sulle proprie capacita'. Il 15 per cento delle persone afflitte da anoressia nervosa muoiono a causa della malattia o a causa di problemi cardiaci causati dal disordine alimentare.

Il trattamento dell'anoressia nervosa deve essere individualizzato e puo' comportare l'ospedalizzazione della persona o la sua partecipazione a programmi ospedalieri diurni e la somministrazione di medicinali (in particolare gli antidepressivi) nonche' alla psicoterapia individuale e di gruppo. Il terapeuta puo' ricorrere a diversi ritrovati della medicina e della psicologia: alla terapia del comportamento, alla terapia del conoscitivo e ad una combinazione delle due terapie. Inoltre: alla terapia familiare, alla terapia psicodinamica o dell'arte espressiva. Il Sheena's Place funziona quale risorsa comunitaria per le persone affette da anoressia nervosa, affinche' queste persone possano accedere ai supporti di cui hanno bisogno nel corso del loro recupero.