

Anorexia Nervosa

Principais características da anorexia nervosa

Recusa em manter um peso normal mínimo para a idade e altura.

Perda de 15% ou mais do peso original.

Medo intenso de ganhar peso ou engordar.

Receio que o aumento de peso esteja fora de controlo.

Imagem corporal distorcida.

Amenorreia nas mulheres (perda de menstruação).

Comportamentos associados à anorexia nervosa

Restrição dietética.

Acumular, dissimular, debicar, desfazer e deitar fora comida.

Comportamentos compulsivos ou ritualistas tais como cortar a comida em pedaços pequenos ou arrumar os alimentos no prato.

Comportamentos associados à ansiedade ao lidar com certos géneros alimentares (medir, pesar).

Preocupação com comida, ler receitas, preparar refeições apenas para outros.

Usar roupa larga ou em várias camadas para esconder a perda de peso.

Actividade compulsiva e exercício físico.

Isolamento social, secretismo.

Consequências físicas da perda de peso

Dificuldade em concentrar-se e pensar claramente.

Sensibilidade ao frio.

Pressão arterial baixa que poderá resultar em desmaio, tonturas, perda da consciência.

Fraqueza generalizada.

Atrofia dos músculos e de outros órgãos tais como o cérebro.

Enfraquecimento ou queda de cabelo.

Tom de pele pálido (anémico).

Desidratação que poderá provocar prisão de ventre e pele seca.

Osteoporose (porosidade excessiva dos ossos)

Desenvolvimento de lanugem (cabelo fino como penugem) na face e braços.

A anorexia nervosa é mais frequente entre as pessoas do sexo feminino (95% dos anorécticos são mulheres) e normalmente tem início durante a adolescência. O indivíduo típico que sofre de anorexia nervosa é um adolescente do sexo feminino de elevado desempenho. Uma das características das pessoas com anorexia nervosa é a tendência para o perfeccionismo e dificuldade de adaptação a mudanças.

A **anorexia nervosa** pode desenvolver-se a partir de dietas e continuar num ciclo de perder de peso e não comer. Os indivíduos com anorexia nervosa podem exibir uma combinação de comportamentos restrictivos e purgantes (laxativos, diuréticos, vômito auto-provocado) para manter um peso baixo. Os comportamentos restrictivos incluem comer pouco, evitar alimentos de calorias elevadas e dedicar-se a exercício estenuante. Estes comportamentos afectam a saúde física do indivíduo, a auto-estima e os sentimentos de competência. Quinze por cento das pessoas que desenvolvem anorexia morrem directamente da doença ou das consequências dessa patologia alimentar como por exemplo paragem cardíaca.

O tratamento da anorexia nervosa deverá ser individualizado e pode incluir: programas de internamento hospitalar, programas diários para pacientes não internados, medicação, em particular anti-depressivos para aliviar os sintomas da depressão e psicoterapia individual ou de grupo. Os terapeutas utilizam várias abordagens entre elas a mais comum para o tratamento da anorexia nervosa inclui **terapia comportamental, terapia comportamental-cognitiva,**

terapia familiar e terapias psicodinâmicas ou de expressão artística. Sheena's Place funciona como um recurso comunitário para o apoio a anorécticos em qualquer altura da sua recuperação.

Sheena's Place, 87 Spadina Road, Toronto, Ontario M5R 2T1 416 927-8900 Fax 416 927-8844
www.sheenasplace.org