

## Anoressia - Alterazione nel modo di vivere

Categoria : RUBRICA MEDICA

Pubblicato da [Dott. Michele Sannino](#) in 15/9/2009

Una persona è affetta da **Anoressia Nervosa** se manifesta tutte e quattro le seguenti caratteristiche: - Perdita di peso rilevante (più del 15% del peso considerato normale per età, sesso e altezza) - Paura intensa di ingrassare anche quando si è in sottopeso - Alterazione nel modo di vivere il peso, la taglia e le forme corporee - Scomparsa delle mestruazioni (nelle donne assenza di almeno tre cicli mestruali consecutivi)

La caratteristica principale dell'anoressia nervosa è il rifiuto del cibo, ma chi soffre di tale disturbo ha sempre una intensa fame e appetito. Il rifiuto di mangiare nasce dalla forte paura di ingrassare e dalla necessità di controllare



l'alimentazione. Per evitare di ingrassare chi soffre di anoressia nervosa mette in atto una serie di comportamenti tipici del disturbo quali seguire una dieta ferrea, fare esercizio fisico in maniera eccessiva, indursi il vomito dopo aver mangiato anche piccole quantità di cibo.

Si distinguono due forme di anoressia nervosa: l'anoressia restrittiva, forma in cui il dimagrimento è causato dal digiuno e dall'intensa attività fisica, e l'anoressia con bulimia, forma in cui la persona mette in atto comportamenti che insieme al digiuno servono a diminuire il peso corporeo (abuso di lassativi e/o diuretici, vomito).

La percezione ed il valore attribuiti all'aspetto fisico ed al peso corporeo risultano distorti in questi soggetti. Alcuni si sentono grassi in riferimento alla totalità del loro corpo, altri pur ammettendo la propria magrezza, percepiscono come "troppo grasse" alcune parti del corpo, in genere l'addome, i glutei, le cosce.

Possono adottare le tecniche più disparate per valutare dimensioni e peso corporei, come pesarsi di continuo, misurarsi ossessivamente con il metro, o controllare allo specchio le parti percepite come "grasse". Nei soggetti con anoressia nervosa i livelli di autostima sono fortemente influenzati dalla forma fisica e dal peso corporeo. La perdita di peso viene considerata come una straordinaria conquista ed un segno di ferrea autodisciplina, mentre l'incremento ponderale viene esperito come una inaccettabile perdita delle capacità di controllo.

Sebbene alcuni possano rendersi conto della propria magrezza, tipicamente i soggetti con questo disturbo negano le gravi conseguenze sul piano della salute fisica del loro stato di emaciazione.