

# Bulimia nervosa

## Definizione

La bulimia nervosa è un disturbo della nutrizione e dell'alimentazione che si caratterizza per un'eccessiva assunzione di cibo, le cosiddette "abbuffate", seguite da episodi volti a liberarsi della quantità di cibo ingerita, con metodi quali vomito autoindotto o uso di lassativi.

Secondo il DSM-5 per parlare di bulimia nervosa devono presentarsi i seguenti criteri diagnostici:

1. le abbuffate ricorrenti consistono di mangiare per un determinato periodo di tempo quantità di cibo superiori alla norma.  
Ovvero un consumo di grandi quantità di cibo indipendentemente dalla percezione di fame e con la sensazione di perdita di controllo (ad es. mangiare un pacco intero di merendine subito dopo un pranzo completo).
2. Si ha la sensazione di perdere il controllo durante l'abbuffata.
3. La presenza di condotte di compenso (o atti compensatori), finalizzate a neutralizzare gli effetti delle abbuffate, come il vomito autoindotto, l'assunzione impropria di lassativi e diuretici o la pratica eccessiva di esercizio fisico.
4. Una continua ed estrema preoccupazione per il peso e le forme corporee.
5. Le abbuffate sono vissute in genere con estrema vergogna e disagio; spesso sono associate a momenti di solitudine, di stress, di sensazione psicologica di vuoto o di noia, ed il cibo viene rapidamente ingerito in maniera scomposta, incoerente ed eccessiva.
6. Le abbuffate e gli atti compensatori devono verificarsi in media una volta alla settimana per tre mesi.
7. I livelli di autostima sono dettati dalla forma fisica e dal peso.

È possibile distinguere due forme di bulimia nervosa:

1. bulimia con condotte di eliminazione (dopo l'abbuffata si ricorre all'uso del vomito auto-indotto, lassativi e diuretici)
2. bulimia senza condotte di eliminazione (non si utilizza il vomito auto-indotto o uso di diuretici e lassativi ma altri comportamenti compensatori inappropriati quali il digiuno o l'esercizio fisico eccessivo)

## Caratteristiche cliniche e decorso.

Il disturbo cognitivo centrale nella bulimia nervosa è un caratteristico set di attitudini e preoccupazioni nei confronti del peso e delle forme corporee; al centro del disturbo c'è la tendenza a giudicare il proprio valore esclusivamente o in gran parte in funzione del peso e delle forme corporee.

La preoccupazione per il peso e le forme corporee rende comprensibile la maggior parte degli aspetti comportamentali di questo disturbo: la dieta ferrea, il vomito auto-indotto, l'uso di lassativi e diuretici, il pesarsi frequentemente. Questi comportamenti si possono infatti verificare solo se la persona crede che il proprio peso e le forme corporee sono di estrema importanza per giudicare il proprio valore personale.

La bulimia nervosa insorge alla fine dell'adolescenza o all'inizio della giovinezza ed è molto più frequente nel sesso femminile (9 a 1 nel rapporto con il sesso maschile).

l'esordio si ha generalmente in un'età compresa tra i 15 e 25 anni di età, con un picco nella fascia di età che va dai 17 ai 19 anni.

Tale patologia tende spesso ad essere nascosta per vergogna e le conseguenze mediche, spesso sottovalutate, sono conseguenze sia delle abbuffate che delle condotte di compenso.

È una patologia difficile da riconoscere in quanto le persone affette spesso presentano un peso corporeo nella norma.