**SANATATEA MINTALA**

**TULBURARI ALE COMPORTAMENTULUI ALIMENTAR - BULIMIA (2)**

Bulimia nervoasă este o [tulburare de tip psihiatric manifestata prin tulburarea comportamentului alimentar](https://bioclinica.ro/pentru-pacienti/articole-medicale/excesele-alimentare-si-afectiunile-asociate), care poate pune în pericol viața, afectează sănătatea metabolică și generează un deficit important de nutrienți, dar poate avea și multe alte efecte negative asupra organismului. Bulimia este un comportament alimentar aberant, caracterizat prin consumul unor cantități foarte mari de alimente, uneori foarte repede, pe ascuns, urmată de o altă perioadă în care se încearcă prevenirea creșterii în greutate, prin provocarea de vărsături (cel mai des), utilizarea abuzivă de laxative, suplimente de slăbit, diuretice sau chiar clisme. Totodată, bulimicul va face exerciții fizice exagerate, până la epuizare, și va refuza complet mâncarea, pentru anumite perioade de timp.

Persoanele cu această suferință manifestă o preocupare exagerată pentru greutatea și forma corpului, au un ideal fizic și o percepție extrem de critică asupra aspectului propriei persoane. Apare, de obicei, în timpul adolescenței sau la vârsta adultă timpurie.

Traumele stresante sau schimbările majore din viață se consideră că sunt, uneori, responsabile pentru tulburările de alimentație. O categorie de cauze este legată de factorii biologici. S-a constatat că persoanele care au frați, surori, părinți sau copii care au dezvoltat o manifestare alimentară anormală de natură psihică au fost mai predispuse la a adopta atitudini similare. Tulburările psihiatrice parentale, stresul matern prenatal, diferiți factori familiali, excesul de greutate din copilărie, toate acestea cresc riscul apariției tulburărilor alimentare.

O persoană care suferă de bulimie nervoasă poate prezenta mai multe semne și simptome. Multe dintre manifestarile persoanei cu bulimie nervoasă reprezintă efectul direct al vărsăturilor autoinduse. Prezenta unui sentiment de vinovatie este o constanta. Aceste manifestari sunt: fluctuații constante ale greutății; dezechilibre electrolitice; vase de sânge sparte în ochi; glande salivare mărite; ulcerații pe mucoasa bucală și faringiană de la vărsăturile repetate; deshidratare cronică; leziuni și inflamații ale esofagului; [reflux gastric cronic](https://bioclinica.ro/pentru-pacienti/articole-medicale/boala-de-reflux-gastroesofagian-cauze-simptome-investigatii-diagnostic-tratament-si-recomandari-generale); infertilitate, absența menstruației; distrugerea smalţului dinţilor (din cauza acidului gastric); tulburări ale tranzitului intestinal (constipaţie și diaree); dureri abdominale intense; piele ternă, cenușie, deshidratată; căderea părului. Se poate ajunge la aritmie cardiac, chiar stop cardiac.

Bulimia se instalează progresiv. Boala apare treptat și există o serie de semne care pot pune în stare de alertă familia, părinții, prietenii. Afecțiunile psihice cu tulburarea comportamentului alimentar sunt, de regulă, boli tăcute. Pacientul nu se plânge de starea sa, nu spune nimănui despre comportamentul său, disimuleaza și neaga suspiciunile familiei.

Semnele care ar putea constitui semnale de alarmă pentru familie sunt:

1. O preocupare exagerată pentru greutatea corporală, combinată cu o imagine negativă cu privire la propria persoană. Individul se va cântări foarte des și va fi extrem de nemulțumit de greutate și de felul cum arată.
2. Refuzul de a mânca anumite alimente, combinat cu momente de apetit exagerat, în care va consuma cantități foarte mari de mâncare, mai ales din categoria celor pe care anterior le refuza.
3. Perioade de dietă extrem de restrictivă, combinate cu efort fizic epuizant.
4. Refuzul de a mânca în public, mâncatul în secret (în cantități mari), mâncatul noaptea.
5. Mersul la baie imediat după masă, în timpul meselor sau pentru lungi perioade de timp.
6. Abcese ale încheieturilor, ca urmare a utilizării aberante a diureticelor.
7. Infecția glandelor salivare (sialoadenita), ca urmare a unei obstrucții litiazice sau prin hiposecreția salivară mai frecventă la nivelul parotidelor, este un semn al bulimiei și anorexiei. Pot să apară și infecții cu Staphylococcus aureus sau cu alți agenți patogeni atât la nivelul glandelor salivare, cât și al amigdalelor.
8. Leziuni ale gingiilor și afectarea dinților (pete gri pe dinți) din cauza acidului gastric din stomac, în timpul vărsăturilor repetate, provocate voluntar.