

BULIMIA

O que é a Bulimia?

Bulimia nervosa é uma disfunção alimentar resultante da grande preocupação com o peso do corpo, que pode provocar problemas psicológicos graves. Manifesta-se principalmente em mulheres jovens, embora a sua incidência esteja a aumentar também entre homens. A Bulimia é uma das principais fontes de morte de muitas adolescentes em fase de crescimento.

As pessoas com Bulimia normalmente envergonham-se dos seus problemas alimentares e procuram escondê-los. Os vômitos geralmente ocorrem em segredo, os pacientes tornam-se, com frequência, viciados na indução de vômitos e, por fim, são capazes de vomitar quando querem. Além disso, utilizam indevidamente laxantes e diuréticos.

O perfil típico duma doente bulímica é o de uma mulher jovem, com história pessoal ou familiar de obesidade e de distúrbios do humor, que acha que tem excesso de peso e começa a fazer uma dieta. Apesar de perder algum peso, não fica satisfeita e revela uma preocupação exagerada com o seu peso e forma corporal. Isto leva-a a fazer dietas cada vez mais rigorosas. Seguem-se os episódios de refeições muito abundantes quando perde o controlo sobre a ingestão alimentar. O seu medo de engordar é tão grande como a sua atracção pela comida. Então, perturbada pela sua falta de controlo e pela possibilidade de ficar gorda decide induzir o vômito e usar laxantes para poder comer grandes quantidades de comida sem ganhar peso. Os episódios bulímicos agravam-se e o seu problema tende a tornar-se crónico, com flutuações frequentes na gravidade dos sintomas.

Sintomas de Bulimia:

- Medo de engordar
- Alimentação compulsiva (incapacidade de se controlar)
- Comer à escondidas
- Períodos menstruais irregulares
- Uso excessivo de laxantes e/ou indução do vômito
- Obsessão por exercícios físicos
- Depressão

A Bulimia nervosa é uma disfunção alimentar associada à anorexia nervosa, com uma diferença: a pessoa bulímica tende a apresentar períodos em que se alimenta em excesso, seguidos pelo sentimento de culpa por causa do ganho de peso. Para "compensar" o ganho de massa, o bulímico exercita-se de forma desmedida, vomita o que come e/ou faz uso excessivo de purgantes e diuréticos.

Além dos mesmos danos à saúde causada pela anorexia, a Bulimia nervosa tem outras complicações, tais como danos severos ao esófago, às glândulas salivares e aos dentes, por causa do ácido estomacal presente no vômito, que consome os órgãos. O médico e os familiares têm mais dificuldade em detectar a bulimia do que a anorexia devido à não existência de perda de peso. Algumas pistas incluem aumento das glândulas salivares das maçãs do rosto, cicatrizes nos nós dos dedos por terem sido utilizados para induzir o vômito, desgaste do esmalte dentário devido ao ácido do estômago e um valor baixo de potássio no sangue. No entanto, o diagnóstico dependerá da descrição dos doentes de um comportamento «comida excessiva-purga».

Complicações médicas

- Inflamação na garganta (inflamação do tecido que reveste o esófago pelos efeitos do vômito).
- Face inchada e dolorida (inflamação nas glândulas salivares).
- Cáries dentárias.
- Desidratação.
- Desequilíbrio electrolítico.
- Vômitos com sangue.
- Dores musculares e câibras.

Tipos de bulimia

Tipo Purgativo

Este tipo descreve apresentações nas quais o paciente se envolveu regularmente na auto-indução de vômito ou no uso indevido de laxantes, diuréticos ou enemas durante o episódio actual.

Tipo Sem Purgação

Este tipo descreve apresentações nas quais o paciente usou outros comportamentos compensatórios inadequados, tais como jejuns ou exercícios excessivos, mas não se envolveu regularmente na auto-indução de vômitos ou no uso indevido de laxantes, diuréticos ou enemas durante o episódio actual.

A Bulimia pode ser curada?

A grande pergunta é que se a Bulimia pode ser curada.

Sim, ela pode ser vencida com devidos cuidados e também a criança, em caso da mulher estar grávida. O tratamento é geralmente longo e tem o acompanhamento de tratamento psicológico.

Causas

Pouco se conhece a respeito das causas da Bulimia, possivelmente devido a ser um modelo onde múltiplas causas devem interagir para o surgimento da doença, incluindo aspectos socioculturais, psicológicos, individuais, familiares, neuroquímicos e genéticos.

O desequilíbrio hormonal pode estar na origem de bulimia em mulheres e cientistas propõem a utilização de contraceptivos orais para tratamento da doença. É uma nova perspectiva do que se pensava ser apenas um distúrbio mental.

Até agora, a bulimia nervosa estava classificada com uma doença mental que afecta essencialmente as mulheres e que se apresenta como um desejo incontrolável de comer, seguido de um forte sentimento de culpa.

Recentemente, Sabine Naessén, investigadora do Karolinska University Hospital, na Suécia, apresenta os resultados da tese de doutoramento e indica que a bulimia pode ter origem em disfunções hormonais. Num estudo de comparação entre mulheres bulimicas e mulheres saudáveis, entre outros factores, a cientista verificou que as primeiras apresentaram níveis da hormona sexual masculina, testosterona, mais altos e da hormona sexual feminina, estrogénio, mais baixos que as mulheres que constituíram o grupo de controlo. Sendo, que a testosterona está directamente relacionada com o aumento descontrolado do apetite e a sensação de fome. Resultados que colocam a possibilidade do recurso a novas terapêuticas como contracepção oral à base de estrogénio.

Tratamento:

As duas abordagens de tratamento são a psicoterapia e os medicamentos. É melhor que a psicoterapia seja feita por um terapeuta com experiência nas alterações do apetite, podendo ser muito eficaz. Um medicamento antidepressivo pode muitas vezes ajudar a controlar a Bulimia nervosa, inclusive quando a pessoa não parece deprimida, mas a perturbação pode reaparecer quando a medicação é interrompida.

Referências bibliográficas:

- http://pt.wikipedia.org/wiki/Bulimia_nervosa
- <http://www.psiqweb.med.br/bulimia.html>
- <http://www.huc.min-saude.pt/psicdisalimentares/bulimia.html>
- http://bvsmis.saude.gov.br/html/pt/dicas/66anorex_bulimia
- <http://www.fct.unl.pt/fct/gapa/canais/aluno/dificuladades-psicologicas-anorexia-e-bulimia>
- <http://www.tvciencia.pt/arqvcd/ctvcvcd01.asp?tipo=N&cdc=161&nsq=1&search=no&titulos=no>
- <http://www.abcdasaude.com.br/artigo.php?139>

Trabalho Realizado por:

- Sandra Vanessa
- Rita Gomes