

Αίτια

Τα ακριβή αίτια της βουλιμίας, είναι άγνωστα, όμως υπάρχουν πολλοί πιθανοί παράγοντες που θα μπορούσαν να παίξουν ρόλο στην ανάπτυξη της.

Κοινωνικοπολιτισμικοί παράγοντες

Κατά τη διάρκεια της δεκαετίας του '60 δόθηκε έμφαση στο να είναι οι γυναίκες αδύνατες. Οι ερευνητές απέδειξαν ότι τις τελευταίες δύο δεκαετίες το προτιμώμενο στυλ σώματος, ιδιαίτερα για τις γυναίκες γίνεται όλο και πιο αδύνατο. Αυτή η έμφαση στη λεπτότητα συνοδεύτηκε από μια απελευθέρωση στα προϊόντα δίαιτας. Έχει επίσης ενδιαφέρον να σημειώσουμε ότι η μανία για αδυνάτισμα μεταξύ των γυναικών, προέκυψε σε μια περίοδο, όπου ο μέσος όρος βάρους στο γενικό πληθυσμό είχε σταδιακά αυξηθεί. Επιπλέον, φαίνεται ότι οι σύγχρονες ιδανικές γυναικείες αναλογίες (ψηλή, αδύνατη) είναι ένα στυλ σώματος, που φαινόταν γενετικά αδύνατο για τις περισσότερες γυναίκες να το πετύχουν.

Επομένως μέσα σε ένα περιβάλλον αυξημένης εστίασης στο να αδυνατίσουν και σύγχυσης για το πώς να εκφράσουν τη θέληση να το πετύχουν, το κυνήγι της λεπτότητας μπορεί να προέκυψε ως ένα μέσο με το οποίο οι νέες γυναίκες θα μπορούσαν να συναγωνίζονται μεταξύ τους και να επιδεικνύουν αυτοέλεγχο. Στη πραγματικότητα το να καταφέρει κάποια γυναίκα να αδυνατίσει, εκτιμάται πολύ και επιφέρει ζήλια και σεβασμό μεταξύ των γυναικών στο σύγχρονο πολιτισμό

Η Επίδραση των μέσων μαζικής ενημέρωσης

- Τα μέσα μαζικής ενημέρωσης διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στη διαμόρφωση της εικόνας του σώματος του ατόμου, και συντελούν στην ανάπτυξη και συντήρηση των διαταραχών πρόσληψης τροφής. Στη σύγχρονη εποχή ασκείται πίεση στο ευρύ κοινό από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης, να αποκτήσουν ένα αδύνατο και καλά γυμνασμένο σώμα. Τα μηνύματα που μεταδίδονται συντελούν στην εκδήλωση επικίνδυνων συμπεριφορών, όπως υπερβολικές δίαιτες, η εξοντωτική άσκηση και η συνεχής ενασχόληση με το σχήμα του σώματος.
- Η συνεχώς αυξανόμενη πίεση που ασκούν τα μέσα μαζικής ενημέρωσης για την απόκτηση πιο αδύνατου σώματος, επιβεβαιώνεται από μια πρόσφατη έρευνα που αφορά τον αριθμό των διαφημιστικών μηνυμάτων που προβάλλονται στην αμερικανική τηλεόραση. Από το 1973 μέχρι το 1991 οι διαφημίσεις των τριών μεγαλύτερων αμερικανικών τηλεοπτικών καναλιών που αφορούσαν τις διαιτητικές τροφές, τα προγράμματα δίαιτας και τα ινστιτούτα αδυνατίσματος υπέρετραπλασιάσθηκαν.

Χαρακτηριστικά του ατόμου

Η χαμηλή αυτοεκτίμηση

Τα βουλιμικά άτομα διακατέχονται μονίμως από συναισθήματα ανεπάρκειας, αναξιότητας και ανασφάλειας. Από την παιδική τους ηλικία ένιωθαν ότι είχαν άδικη μεταχείριση από τα μέλη του οικογενειακού περιβάλλοντος τους, με αποτέλεσμα τα παραπάνω συναισθήματα να έχουν αποκρυσταλλωθεί και να αποτελούν μέρος της προσωπικότητάς τους. Συχνά τα συναισθήματα αυτά θεωρούνται μέρος της κατάθλιψής τους και της απογοήτευσής τους και είναι εφικτό να εξαλειφθούν καθώς το πρόβλημα υποχωρεί.

Η τελειομανία

- Ένα άλλο μόνιμο χαρακτηριστικό των βουλιμικών ατόμων είναι η τελειομανία. Οι βουλιμικοί, νιώθουν έντονη την ανάγκη να γίνουν κοινωνικά αποδεκτοί και συνήθως αποφεύγουν τις συγκρούσεις. Είναι φιλόδοξοι, θέτουν ανέφικτους στόχους και έχουν παράλογες απαιτήσεις και προσδοκίες από τον εαυτό τους.
- Επίσης, οι βουλιμικοί και οι ανορεκτικοί έφηβοι, θέτουν υψηλούς στόχους όσον αφορά την επίδοσή τους στο σχολείο και συχνά τους πετυχαίνουν. Είναι άριστοι μαθητές, καθώς στα περισσότερα μαθήματα που παρακολουθούν έχουν άριστους βαθμούς και ασχολούνται με πολλές δραστηριότητες στο σχολείο, όπως με τον αθλητισμό.

Η δυσαρέσκεια για την εικόνα του σώματος

Στις διαταραχές πρόσληψης τροφής υπάρχει διαταραχή της αντίληψης της εικόνας του σώματος και της συναισθηματικής στάσης στο σώμα. Οι βουλιμικοί ή οι ανορεκτικοί έφηβοι, νιώθουν δυσφορία για το σώμα τους, παρερμηνεύουν ή υπερτιμούν τις σωματικές τους διαστάσεις και εμμένουν σε απειροελάχιστα ελαττώματα (π.χ. στα ίχνη κυτταρίτιδας) ή σε μια σιλουέτα που ποτέ δεν πρόκειται να αγγίξει την τελειότητα. Η διαταραχή της εικόνας του σώματος μπορεί να αποτελεί διαταραχή της εικόνας ενός συγκεκριμένου σημείου του σώματος όπως του στήθους, των γοφών, του προσώπου, των ισχύων, της περιφέρειας.

Η Ανησυχία για την εμφάνιση και το βάρος

Έχει παρατηρηθεί ότι τα βουλιμικά άτομα ανησυχούν σε μεγάλο βαθμό για την εξωτερική τους εμφάνιση και για το βάρος του σώματος τους. Επίσης διακατέχονται από έναν επίμονο φόβο ότι θα παχύνουν και για το λόγο αυτό επιθυμούν να χάσουν βάρος. Πολλοί βουλιμικοί ελέγχουν σε καθημερινή βάση το βάρος του σώματός τους με το να ζυγίζονται κάθε μέρα. Πάνω από το 1/4 των γυναικών με ψυχογενή βουλιμία, ζυγίζονται τουλάχιστον μια φορά τη μέρα σε σύγκριση με το 20% του γενικότερου πληθυσμού. Ορισμένοι ασθενείς θεωρούν ότι είναι βασανιστικό να ζυγίζονται τόσο συχνά και αποφασίζουν να μην ζυγίζονται καθόλου. Ακόμη όμως και όταν αποφεύγουν το ζύγισμα, εξακολουθούν να ανησυχούν υπερβολικά για το βάρος τους

Η έλλειψη εμπιστοσύνης

Τα άτομα που έχουν ψυχογενή βουλιμία δυσκολεύονται να εμπιστευτούν τους ανθρώπους του περιβάλλοντός τους και είναι δύσπιστοι προς αυτούς. Αυτή η δυσπιστία εκφράζει ένα φόβο που τους διακατέχει. Φοβούνται ότι αν δείξουν εμπιστοσύνη στους γύρω τους, θα εξαρτηθούν μαζί τους, ή ότι οι άλλοι θα τους απορρίψουν και θα τους παραμελήσουν.

Η απομόνωση στα άτομα που έχουν ψυχογενή βουλιμία

Η απομόνωση, αποτελεί χαρακτηριστικό των εφήβων και των ενήλικων ατόμων που πάσχουν από κάποια διαταραχή πρόσληψης τροφής. Οι βουλιμικοί ή οι ανορεκτικοί έφηβοι σταματούν τις περισσότερες συναναστροφές που είχαν με τους φίλους τους και με τους συντρόφους τους, αλλά για να μην καταλάβουν οι γονείς τους ότι τους συμβαίνει κάτι, δεν απομονώνονται ολοκληρωτικά από τον περίγυρό τους.

Η μεταιχμιακή διαταραχή της προσωπικότητας

- Ασταθείς και έντονες σχέσεις. Τα βουλιμικά άτομα διακατέχονται από το φόβο της εγκατάλειψης και εξιδανικεύουν τους γύρω τους, ενώ παράλληλα μπορεί να τους υποτιμούν.
- Διαταραχή της ταυτότητας, όπου υπάρχει μια ανεπαρκής αίσθηση του εγώ, μια διαταραγμένη προσωπική εικόνα και αισθήματα κενού.
- Διαταραχή στη διάθεση, όπου τα βουλιμικά άτομα έχουν έντονα και γρήγορα εναλλασσόμενα συναισθήματα.
- Παρορμητική συμπεριφορά όπου το άτομο επιδίδεται στην κατάχρηση ουσιών, στην σπατάλη χρημάτων, στην απερίσκεπτη οδήγηση και έχει απώλεια ελέγχου του θυμού. Παράλληλα, το βουλιμικό άτομο εκφράζει απειλές, και συχνά οδηγείται στους αυτοτραυματισμούς.

Θεραπευτική αντιμετώπιση

- Η αντιμετώπιση της βουλιμίας είναι μια μακροχρόνια και συχνά πολύπλοκη διαδικασία και μπορεί να συνεπάγεται αλλαγές της συμπεριφοράς, τις οποίες μπορεί να αντιλαμβάνονται απειλητικά οι ασθενείς, για παράδειγμα να εγκαταλείψουν το όνειρό τους για το "ιδανικό" σώμα. Σε καμία περίπτωση οι πάσχοντες δεν πρέπει να δέχονται κριτική, γι' αυτά που σκέφτονται και τα πιστεύω τους, αναφορικά με τις διατροφικές του συνήθειες.
- Το θεραπευτικό σχήμα για να επιτύχει θα πρέπει να βασίζεται στην ψυχολογική υποστήριξη του πάσχοντος σε συνδυασμό με τη διαιτητική και φαρμακευτική αγωγή