CLÍNICA VIVALDI · SCHEDA GRATUITA · DISTURBI ALIMENTARI

Anoressia nervosa

Restrizione dell'alimentazione che porta a un peso significativamente basso, con paura intensa di ingrassare e una percezione alterata del proprio corpo. È un disturbo grave con un trattamento efficace.

SEGNALI FREQUENTI

- Forte restrizione del cibo
- Paura intensa di aumentare di peso
- Immagine corporea distorta

INDICAZIONI PER TE

1. Cerca aiuto specializzato il prima possibile
2. Coinvolgi la famiglia nel trattamento
3. Non fare commenti su peso o aspetto

PER LA FAMIGLIA E LE PERSONE VICINE

1. Non fare commenti su peso, corpo o diete
2. Stai vicino senza sorvegliare né litigare a tavola

QUANDO CHIEDERE AIUTO

1. Se ci sono capogiri, svenimenti o palpitazioni: pronto soccorso
2. Se la perdita di peso è rapida

DA OSSERVARE E ANNOTARE

☐ Ho molta paura di aumentare di peso
☐ Mangio molto meno di quanto mi serve
☐ Mi vedo più pesante di quanto dicano gli altri
☐ Conto le calorie o evito molti alimenti
☐ Faccio esercizio per compensare ciò che mangio
☐ Il mio peso influisce molto su come mi valuto
☐ Ho perso molto peso
☐ Mi mette a disagio mangiare davanti agli altri

RISORSE GRATUITE

- Test online e indicazioni: clinicavivaldi.com/it/trastorno/anorexia-nerviosa
- Articolo completo: Anoressia, bulimia e abbuffate: clinicavivaldi.com/it/trastorno-anorexia-bulimia-atracones
- ADANER: Associazione spagnola per l'assistenza ad anoressia e bulimia: https://adaner.org/
- In Spagna: linea 024 (prevenzione del suicidio, 24 h) · Emergenze 112

Informazioni divulgative, non diagnostiche. Clínica Vivaldi · Calle Chiva 25, porta 5, 46018 Valencia, Spagna · +34 611 07 74 69 · clinicavivaldi.com