**5 MINUTOS DE SAÚDE**

**ANOREXIA E BULIMIA**

**A anorexia nervosa é um transtorno de alimentação, que se manifesta pela forte recusa a se manter o peso corporal em níveis mínimos de acordo com o tamanho e a idade. Uma mulher de 1,52 m deve pesar entre 43 e 50 kg, mas, em casos de anorexia, acaba pesando até menos de 29 kg, chegando perto da morte. A doente se vê gorda no espelho, mesmo estando extremamente magra, e o ato de perder peso se converte em sua principal obsessão. De cada dez doentes, três não conseguem superar a anorexia.**

**Já a bulimia nervosa se manifesta através de ciclos em que a pessoa come excessivamente e depois, por culpa, vomita toda a comida ingerida.**

**Pessoas que sofrem de uma destas doenças acaba tendo períodos em que passa a enfrentar a outra, por isso quando se fala de anorexia quase sempre se fala também em bulimia. Os resultados no corpo, porém, são diversos. Quando sofrem de anorexia, as jovens são extremamente magras, mas durante os períodos em que estão bulímicas ficam com o peso perto do normal, já que o corpo consegue se nutrir com um pouco do alimento que ficou no estômago antes do vômito.**

**Anorexia e bulimia: doenças femininas**

**Um estudo publicado em Roma informa que, de cada 100 vítimas da anorexia ou bulimia, 98 são mulheres. Além disso, uma em cada três modelos ou bailarinas sofre de anorexia ou de bulimia nervosa.**

**Os esportistas, modelos, ginastas, bailarinos e corredores formam um grupo de pessoas com alto risco de sofrer de distúrbios alimentares, porque eles precisam se manter magros. Em geral, a dieta destes grupos é especial para evitar aumento de peso. Quando isto acontece, a chance de que eles sofram de anorexia ou bulimia é consideravelmente maior.**

***www.terra.com.br/saude***