



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

BULÍMIA NERVOSA

Epidemiologia, Presentació Clínica, Diagnòstic

Professora Livia Pisciotta

MD, PhD, Professor Titular MEDS-08/C

Universitat de Gènova



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Definició

La bulímia nerviosa es caracteritza per:

- Episodis recurrents d' **afartaments** (almenys un cop per setmana).
- **Conductes compensatòries** recurrents (almenys un cop per setmana) per prevenir l'augment de pes (vòmits autoinduits, mal ús de laxants, diürètics o altres medicaments, dejuni post-afartament o activitat física excessiva).
- Ambdós comportaments es produeixen, de mitjana, com a mínim un cop per setmana durant 3 mesos.
- Autoestima indegudament influenciada per la forma del cos i el pes.
- La pertorbació no es produeix exclusivament durant els episodis d'AN.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Menjar compulsiu

Criteris del DSM-5:

- Quantitat objectiva : menjar, en un període discret de temps (per exemple, en dues hores), una quantitat d'aliment que és definitivament més gran que la que la majoria de la gent menjaria en un període similar en circumstàncies similars.
- Pèrdua de control : Sensació de manca de control sobre el menjar durant l'episodi; sensació d'incapacitat per aturar-se o controlar què o quant es menja.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

L'episodi també ha d'anar acompanyat d'almenys tres dels següents elements:

- Menjar molt més ràpid del normal.
- Menjar fins a sentir-se incòmodament ple.
- Menjar grans quantitats d'aliment quan no es té gana física.
- Menjar sol per vergonya de la quantitat que es menja.
- Sentir disgust amb un mateix, depressió o molta culpa després.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

- **Menjar compulsiu objectiu:** gran quantitat d'aliment acompanyada d'una veritable pèrdua de control .
- **Afartament objectiu :** petita quantitat d'aliment (per exemple, un paquet de galetes salades) però amb una intensa sensació de **pèrdua de control** (molt comuna amb l'anorèsia).



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

L'episodi d'afartament sovint va precedit d'una emoció negativa.

- Gravetat segons la freqüència:
 - Lleu: 1-3 episodis de conductes compensatòries per setmana
 - Moderat: 4-7 episodis de conductes compensatòries per setmana
 - Greu: 8-13 episodis de conductes compensatòries per setmana
 - Extrem: 14 o més episodis de conductes compensatòries per setmana



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Característiques clíniques dels pacients amb BN

- Sovint de pes normal o lleugerament sobrepès.
- Irregularitats menstruals freqüents (en dones).
- Desequilibris electrolítics.
- Alt encreuament amb altres trastorns alimentaris.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Com reconèixer que alguna cosa va malament?

- **Desaparicions després dels àpats:** anar al lavabo regularment immediatament després de menjar.
- **Senyals de bany:** olor de vòmit, ús excessiu d'ambientadors o aigua corrent durant molta estona per tapar els sons.
- **Rituals alimentaris:** menjar d'amagat, acumular menjar o trobar embolcalls buits amagats a l'habitació.
- **Exercici punitiu:** practicar esports compulsivament, fins i tot quan s'està cansat, lesionat o en condicions meteorològiques adverses, amb l'únic propòsit de "cremar" calories.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

El cicle de la bulímia

- **La dieta rígida:** en molts casos, comença amb unes normes alimentàries molt estrictes ("Mai menjaré dolços").
- **Fam i emoció:** l'estrès o la gana excessiva provoquen la pèrdua de control.
- **L'afartament:** es consumeix una gran quantitat d'aliment en poc temps per calmar l'ansietat.
- **Culpa:** després de l'afartament apareixen sentiments de fàstic i por a augmentar de pes.
- **Compensació:** es fan servir vòmits o laxants per "desfer" l'afartament, però això reinicia el cicle i torna a començar la dieta estricta.

No tots els casos de BN comencen amb una dieta estricta: en alguns casos, la impulsivitat i la desregulació emocional precedeixen la restricció.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Què no és la bulímia

- **No és un caprici:** és una malaltia mental complexa, no una manca de força de voluntat.
- **No només afecta les persones primes:** la majoria de les persones amb bulímia tenen un pes normal; les aparences enganyen.
- **No es tracta només de "vòmits":** hi ha la bulímia "no purgativa", on la compensació implica dejuni o exercici extrem.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Vigila les teves paraules

- **Parla sense jutjar:** evita frases com ara "per què no pares?" o "mira quant has menjat".
- **Centra't en les emocions:** pregunta "com et sents?" en comptes de "què has menjat?".
- **No siguis la "policia del menjar":** revisar els plats o vigilar la porta del lavabo empitjora la vergonya i el secretisme.
- **Fomentar el suport professional:** recordar-los que recuperar-se sols és gairebé impossible i que existeixen vies específiques (TCC-ED o teràpia familiar).



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Signes clínics en la BN

- Roba cridanera.
- El signe de Russell.
- Cara d'esquirol (augment de la paròtida).





SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Riscos "invisibles"

- **El cor:** els desequilibris en minerals (potassi i magnesi) poden causar arrítmies cardíagues sobtades.
- **El sistema digestiu:** els vòmits crònics poden causar reflux greu i danys permanents a l'esòfag.
- **Deshidratació:** el mal ús de diürètics o els vòmits provoquen sequedat de la pell, marejos i poden danyar els ronyons.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Complicacions mèdiques

- Desequilibris electrolítics (hipopotassèmia, hipomagnesèmia, deshidratació).
- Complicacions gastrointestinals (buidatge gàstric retardat que provoca inflor).
- Erosió de l'esmalt dental (perimòlisi), dany esofàgic.
- El signe de Russell.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Pautes de tractament de la disfunció erèctil 2017 – Adults

És essencial informar els pacients que els tractaments psicològics tenen un efecte limitat sobre els canvis de pes corporal.

- **Primer pas (autoajuda):** el tractament inicialment recomanat és l'autoajuda guiada (GSH) basada en la TCC-DE.
- **Segon pas (teràpia individual):** si l'autoajuda no s'accepta, està contraindicada o resulta ineficaç després de 4 setmanes, s'ha d'oferir TCC-DE individual.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

Pautes de tractament de la disfunció erèctil 2017 – Adults

- **Tractament farmacològic:** la medicació no s'ha d'oferir mai com a única opció terapèutica per a la bulímia.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

La presentació de la bulímia nerviosa és plenament coherent amb el DSM-5 a nivell diagnòstic i particularment eficaç a nivell clínic i psicoeducatiu.

La principal limitació és una possible simplificació excessiva del trastorn com un cicle conductual, mentre que la bulímia nerviosa també és un trastorn complex de la regulació emocional i la identitat, sovint emmascarat per un pes corporal aparentment **normal**.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.