

## Διαταραχές διατροφής και γυναίκες

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Με τον όρο «διατροφικές διαταραχές» στην ενήλικη ζωή εννοούμε κυρίως την ψυχογενή ανορεξία, την ψυχογενή βουλιμία και την παχυσαρκία. Οι διαταραχές της διατροφής παρουσιάζονται κυρίως σε γυναίκες σε όλη τη διάρκεια της ζωής τους και όχι μόνο στην εφηβεία.

Τα πολιτισμικά και κοινωνικά πρότυπα που θέλουν τη γυναίκα αδύνατη έχουν μετακινήσει την ηλικία έναρξης μιας διατροφικής διαταραχής μέχρι και τα 60 χρόνια.

Αν και οι λόγοι για την εμφάνιση μιας διατροφικής διαταραχής μπορεί να ποικίλλουν ανάλογα με το άτομο και τα βιώματά του, τα συναισθήματα που έχει η γυναίκα για τον εαυτό της είναι συνήθως τα ίδια: αυτολύπηση, ντροπή, απαξίωση, χαμηλή αυτοεκτίμηση όταν τα κιλά μπαίνουν ή δε χάνονται.

Οι γυναίκες σκέφτονται ότι για να είναι χαρούμενες, πρέπει να είναι αδύνατες, ότι μόλις αποκτήσουν το «ιδανικό» βάρος, η ζωή τους θα γίνει τέλεια. [\(περισσότερα...\)](#)