

Η ΣΧΕΣΗ ΑΝΑΜΕΣΑ ΣΤΙΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΠΡΟΣΛΗΨΗΣ ΤΡΟΦΗΣ, ΤΙΣ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΣΥΝΗΘΕΙΕΣ ΚΑΙ ΤΗΝ ΑΥΤΟΚΤΟΝΙΚΟΤΗΤΑ ΣΤΟΥΣ ΕΦΗΒΟΥΣ

Αλεξανδριανή Πυπερίδη, Δήμητρα Γραμματικάκη
Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

Η αυτοκτονικότητα αποτελεί μία από τις βασικότερες αιτίες θανάτου παγκοσμίως. Εμφανίζεται συνήθως κατά την διάρκεια της εφηβείας και έπειτα. Οι έφηβοι παρουσιάζονται ιδιαίτερα επιρρεπείς στην εκδήλωση αυτοκτονικού ιδεασμού, αλλά και σε απόπειρες αυτοκτονίας.

Σκοπός της παρούσας εργασίας είναι η διερεύνηση της σχέσης ανάμεσα στις Διαταραχές Πρόσληψης Τροφής (ΔΠΤ) και τις διατροφικές συνήθειες (ΔΣ), με την αυτοκτονικότητα στους εφήβους (12-18 ετών).

Μέθοδος- Υλικό: Διεξήχθη βιβλιογραφική ανασκόπηση ερευνών σε βάσεις δεδομένων στο Διαδίκτυο όπως: pubmed, scopus, google scholar, psychinfo. Οι λέξεις κλειδιά που χρησιμοποιήθηκαν ήταν: Διαταραχές Πρόσληψης Τροφής, Διατροφικές Συνήθειες, Έφηβοι, Αυτοκτονικότητα.

Αποτελέσματα: Υψηλή αυτοκτονικότητα και αυτοτραυματικές συμπεριφορές παρατηρούνται συχνότερα στους εφήβους με Ψυχογενή Βουλιμία και Διαταραχή Υπερφαγίας. Ο κίνδυνος αυτοκτονίας φαίνεται να είναι υψηλότερος όταν συνυπάρχουν Διαταραχές Πρόσληψης Τροφής (ΔΠΤ) με διαταραχές διάθεσης, όπως Μείζων Καταθλιπτική Διαταραχή (ΜΚΔ). Οι έφηβοι με Ψυχογενή Ανορεξία, Ψυχογενή Βουλιμία και υπότυπους αυτών, έχουν πενταπλάσιες πιθανότητες εκδήλωσης αυτοκτονικού ιδεασμού από τους υγιείς συνομηλίκους τους. Τόσο τα κορίτσια όσο και τα αγόρια με διαταραγμένες διατροφικές συμπεριφορές (ΔΔΣ) και ανθυγιεινές συμπεριφορές ελέγχου του βάρους (όπως, συμπεριφορές κάθαρσης) εμφανίζουν 2-5 φορές αυξημένη πιθανότητα για αυτοκτονικό ιδεασμό. Η συχνή παράλειψη πρωινού και η υπέρμετρη κατανάλωση γρήγορου φαγητού και αναψυκτικών σχετίζονται, επίσης, σημαντικά με τον αυτοκτονικό ιδεασμό, τα σχέδια αυτοκτονίας και τις απόπειρες αυτοκτονίας, τον αυξημένο Δείκτη Μάζας Σώματος, την χαμηλή σωματική δραστηριότητα και την καταθλιπτική διάθεση. 70

Συμπεράσματα: Τα ευρήματα δείχνουν την ύπαρξη θετικής συσχέτισης μεταξύ της αυτοκτονικότητας και των ΔΠΤ, καθώς και των διατροφικών συνήθειών. Χρειάζεται να δοθεί ιδιαίτερη προσοχή στην έγκαιρη ανίχνευση των ΔΠΤ και «κακών διατροφικών συνηθειών», αλλά και στην διερεύνηση των στοιχείων που μπορεί να υποδηλώνουν αυτοκτονικό ιδεασμό ή επικείμενη αυτοκτονική συμπεριφορά στους εφήβους, ώστε να προλαμβάνονται τυχόν απόπειρες αυτοκτονίας και να αντιμετωπίζονται οι δυσκολίες συνολικά και αποτελεσματικά. Τέλος, είναι αναγκαίο να δημιουργηθούν προγράμματα πρωτογενούς πρόληψης στα σχολεία και παρέμβασης σε εφήβους που ήδη εμφανίζουν συμπτώματα.