

Νευρική Ανορεξία - Ψυχονευρής Βουλιμία

/Ε



Ψυχολογική

κατάσταση και διατροφή, Πότε ξεπερνάμε τα όρια ;

Σήμερα στην χώρα μας όπως και σε πολλές χώρες του δυτικού κόσμου, το φαγητό και ό,τι έχει να κάνει με αυτό κατέχει εξέχουσα θέση στην κοινωνία, σε συνάρτηση με το γεγονός ότι η τροφή αποτελεί βασικό παράγοντα επιβίωσης του ανθρώπινου οργανισμού. Η προετοιμασία του, τα εστιατόρια, περιοδικά, τηλεοπτικά προγράμματα καταδεικνύουν την σημαντική του θέση στην καθημερινή μας ζωή,.

Ταυτόχρονα, μεγάλο ποσοστό του πληθυσμού, υποφέρει από παχυσαρκία ενώ ένας άλλος σημαντικός αριθμός ανθρώπων ασχολούνται με **δίαιτα, διατροφή** και προσπάθεια να μειώσουν το σωματικό τους βάρος (ιδιαίτερα την θερινή περίοδο). Πέραν του γεγονότος ότι η τροφή επηρεάζει σημαντικά την εξωτερική μας εικόνα είναι πλέον αυταπόδεικτο ότι σχετίζεται με την **ποιότητα ζωής, την καλή υγεία** και την **ψυχολογική κατάσταση** του καθενός. Η σχέση αυτή είναι αμφίδρομη και αλληλοεπηρεαζόμενη από τους παραπάνω παράγοντες.

Με ποιον τρόπο η ψυχολογική κατάσταση επηρεάζει την πρόσληψη τροφής; [\(περισσότερα...\)](#)