

# YO SOY BULIMICA

## FICHA TÉCNICA Y ARTÍSTICA

**Dirección:** Alberto Olivar.

**Guión:** Irene Vázquez, Clara Murillo, Natalia Nasarre y Alberto Olivar.

**Reparto:** Clara Murillo, Irene Vázquez, Marta Albero, Silvia Torguet, Natalia Nasarre y voz en *off* Alberto Olivar.

**Duración:** 5 minutos.

**Año:** 2006.



## SINOPSIS ARGUMENTAL

Nadia es una chica de 16 años que padece bulimia, un día viendo un programa de televisión observa la amarga intervención de una chica como ella y con sus mismos problemas, sobrecogida decide cambiar de vida y dejar atrás sus problemas alimenticios.

## ANTES DE VER LA PELÍCULA

Los enfermos de bulimia sienten una necesidad imperiosa por ingerir grandes cantidades de comida. Una vez que termina de comer, al paciente le invaden fuertes sentimientos de auto repulsa y culpa. Ello le induce a mitigar los efectos, autoinduciéndose el vómito entre otras estrategias.

### Síntomas de la bulimia

- 1- Episodios recurrentes de atracones de comida.
- 2 -Una sensación de pérdida del autodomínio durante los atracones de comida.
- 3 -El uso regular de vomito autoinducido, laxantes o diuréticos, dieta estricta o ayuno, o ejercicio muy energético para evitar el aumento de peso.

4 -Un mínimo de dos episodios de atracón de comida a la semana durante al menos tres meses.

5 -Preocupación exagerada por la figura y el peso corporal. Las bulímicas están continuamente obsesionadas por su aspecto y trabajan duro para ser lo más atractivas posibles.

6 -Antecedentes de dietas frecuentes. Muchos estudios han revelado que casi todas las personas que desarrollan bulimia han realizado frecuentes intentos de controlar su peso.



**7** -Síntomas de depresión. Incluyen pensamientos melancólicos o pesimistas, ideas recurrentes de suicidio, escasa capacidad de concentración o irritabilidad creciente.

**8** -Excesivo temor a engordar. En un estudio reciente, el 92 por ciento de las pacientes bulímicas encuestadas dijeron que sentían pánico o mucho temor a engordar.

**9** -Comer en secreto o de la forma más inadvertida posible.

**10** -Mantenimiento de al menos un estándar normal mínimo de peso. A diferencia de las anoréxicas, las bulímicas no tienen una figura demacrada que las traicione. Por supuesto, muchas mujeres con anorexia también desarrollarán bulimia.

## ACTIVIDADES DESPUÉS DE LA PELÍCULA

**1.** ¿Cuáles son los síntomas para detectar que una persona tiene bulimia?

---

**2.** ¿Creéis que es posible salir de una enfermedad así?

---

**3.** ¿Por qué cuando Nadia entra en casa con las bolsas del supermercado llama a su madre?

---

**4.** ¿Qué abre los ojos de Nadia?

---

**5.** ¿Pedirías ayuda si os pasara lo mismo que a Nadia? ¿A quién.

---

**6.** ¿Conocéis alguna otra enfermedad que tenga que ver con la alimentación?

