

## ΣΥΓΚΡΙΤΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ ΤΩΝ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ ΠΟΥ ΠΑΡΑΤΗΡΟΥΝΤΑΙ ΣΕ ΑΘΛΗΤΡΙΕΣ ΚΑΙ ΜΗ ΑΘΛΗΤΡΙΕΣ

*M. Σαμπάνης, M. Εμμανουηλίδου,  
N. Κωφοτόλης*

*Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και  
Αθλητισμού Σερρών  
Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης*

### Περίληψη

Οι διατροφικές διαταραχές τείνουν να πάρουν την έκταση της επιδημίας στις δυτικές χώρες. Η νευρογενής ανορεξία αλλά και η βουλιμία είναι δυο από τις κυριότερες μορφές διατροφικών διαταραχών. Ταυτόχρονα, οι γυναίκες εμφανίζουν μεγαλύτερα ποσοστά επικινδυνότητας από ό,τι οι άνδρες. Τα άτομα με διατροφικές διαταραχές τείνουν προς την εσωστρέφεια, εμφανίζουν συμπτώματα κατάθλιψης και μελαγχολίας, έχουν χαμηλή αυτοεκτίμηση και χαμηλή ικανοποίηση από την εικόνα σώματός τους και γενικώς εμφανίζουν ασταθή συμπεριφορά. Ταυτόχρονα έχουν εμμονές σχετικά με το φαγητό, το βάρος τους και την έντονη σωματική εξάσκηση, χάνουν την αίσθηση του ιδανικού σωματικού βάρους, εμφανίζουν υπερδιέγερση και αϋπνίες, εθελουφλούν για το πρόβλημα τους

### Αλληλογραφία

*Μιχαήλ Σαμπάνης  
Γ. Παπανδρέου 10,  
62122 Σέρρες,  
Τηλ.: 2310991040,  
e-mail: sampanis@phed-sr.auth.gr*

## COMPARATIVE STUDY ON EATING DISORDERS IN WOMEN ATHLETES AND NON-ATHLETES

*M. Sampanis, M. Emmanouilidou,  
N. Kofotolis*

*Department of Physical Education and Sport Sciences  
Serres  
Aristotle University of Thessaloniki*

### Abstract

Eating disorders tend to become an epidemic in the western countries. Anorexia nervosa as well as bulimia is two of the most important forms of eating disorders. Simultaneously, women are in greater danger than men. People facing eating disorders have a tendency to introversion, they show symptoms of depression and melancholy, they have low self-esteem and low body satisfaction and in general they produce an unstable behavior. At the same time, they have perseverance concerning food, weight and intense physical exercise, they loose the sense of the ideal weight, and they show over excitation and insomnia, they turn a blind eye to their problem and fall back on various excuses in order to hide it. The purpose of this study was to present the main forms of

### Correspondence

*Michael Sambanis  
G. Papandreou 10,  
62122 Serres Greece,  
Tel: 2310991040  
e-mail: sampanis@phed-sr.auth.gr*