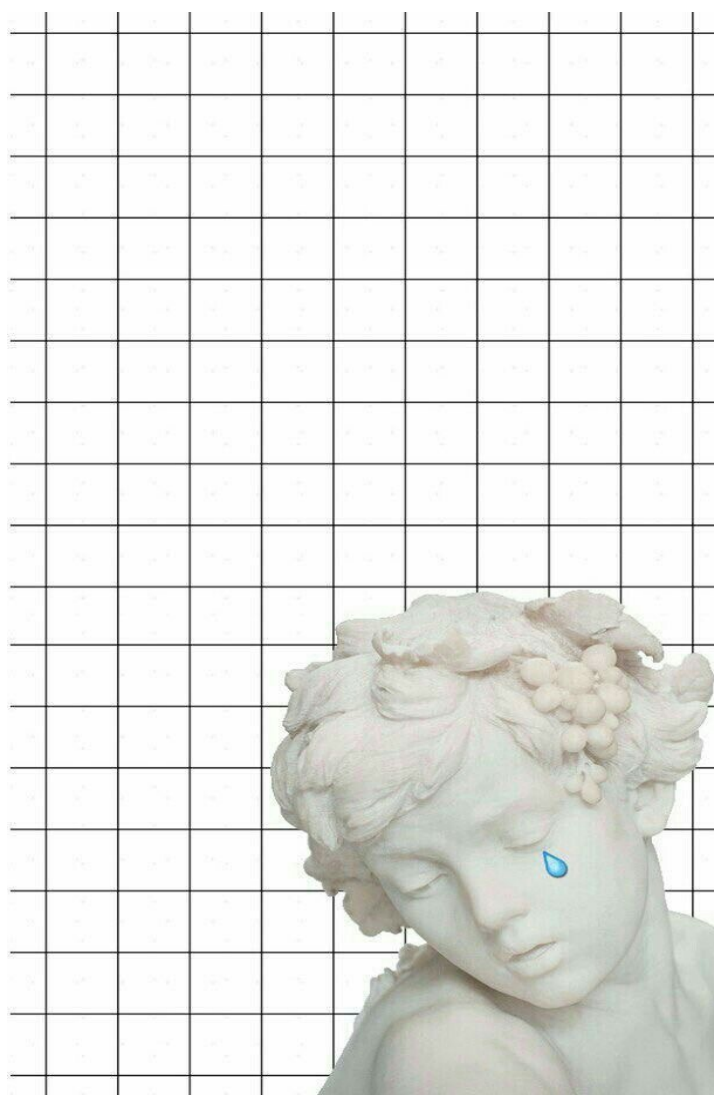


#CIBO #CORPO #CU(O)RE

**Prontuario per il riconoscimento di un Disturbo
dell'Alimentazione e della Nutrizione**

A cura di Lisa Guidi MD Psichiatra



*“Ci si aspetta da quelli che “fanno terapia”
che si alzino sulle punte dei piedi
per raggiungere l’altezza dei pazienti”.*

#DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE E DELLA NUTRIZIONE

1. INDICATORI DI INSORGENZA

1.1 Comportamentali

- Instaurarsi di modalità “rituali di nutrirsi”;
- Mangiare separatamente dalla famiglia;
- Sminuzzare il cibo;
- Lentezza del pasto;
- Selezione rigida ed ossessiva di alcune categorie alimentari (cibi tabù);
- Condotte alimentari ortoressiche, vegeteriane, vegane;
- “Piluccamento” o “grignottage”;
- Emotional eating;
- Binge eating (abbuffata compulsiva);
- Night eating (intake > 30% kcal/die);
- Bramosia selettiva o “craving”;
- Mericismo (ruminazione);
- Splitting (masticare e sputare);
- Restrizioni alimentari;
- Rifiuto del cibo;
- Condotte di compenso: vomito autoindotto, uso improprio di lassativi, diuretici, supplementi tiroidei;
- Iperattività fisica.

1.2 Psicici

- Oscillazioni dell'umore;
- Tendenza all'isolamento;
- Ansia;
- Disforia;
- Irritabilità;
- Depressione;
- Distorsione dell'immagine corporea;
- Insonnia;
- Uso/abuso di alcool o sostanze stupefacenti;
- Sentimenti di inadeguatezza.



2. ESAME OBIETTIVO

2.1 Generali

- Marcata perdita di peso;
- Letargia.

2.2 Orali e dentali

- Ipertrofia parotidea;
- Carie ed erosioni dentali;
- Traumi e lacerazioni orali;
- Perimolisi.

2.3 Dermatologici

- Colorito giallo della cute;
- Lanugo dei capelli;
- Calli e cicatrici sul dorso delle mani (segno di Russel).

2.4 Cardiorespiratori

- Aritmie ;
- Alterazioni della frequenza cardiaca.

2.5 Ginecologici

- Amenorrea;
- Oligomenorrea.



Istituto Specchidacqua

#DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE E DELLA NUTRIZIONE

3. COSA DIRE AI FAMILIARI

Il comportamento alimentare ha un valore altamente affettivo e relazionale. Il modo di stare a tavola e l'atteggiamento nei confronti del cibo si trasmettono attraverso il “buon esempio”. Le abitudini alimentari si acquisiscono da chi ne offre una buona testimonianza. E' buona prassi fin dall'infanzia dedicare attenzione all'atmosfera familiare attorno alla tavola (evitare di condensare sistematicamente all'ora dei pasti conflitti e i rimproveri) e sostenere il valore conviviale dei pasti. Se essere genitori non richiede particolari doti o preparazione, può risultare delicato il passaggio da essere genitore di un figlio sano a quello di un figlio malato. I familiari vanno sostenuti e rafforzati nell'intuire lo stato emotivo dei propri figli e nell'ascolto dei loro bisogni, piuttosto che colpevolizzarli.



Istituto Specchidacqua

#DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE E DELLA NUTRIZIONE

4. L'EQUIPE MULTIDISCIPLINARE

I Disturbi Alimentari sono patologie complesse che richiedono una gestione da parte di un'equipe multidisciplinare che sia in grado di effettuare una valutazione diagnostica multidimensionale (psichiatrica, psicologica, internistica e nutrizionale) e di proporre modelli di trattamento in grado di affrontare la psicopatologia specifica del disturbo e l'eventuale comorbidità psichiatrica, internistica e nutrizionale. L'equipe specialistica dovrebbe includere una combinazione delle seguenti figure professionali:

- Psichiatra;
- Medico di area internistica/nutrizionale;
- Psicologo/psicoterapeuta;
- Dietista/nutrizionista;
- Fisioterapista;
- Educatore;
- Tecnico della riabilitazione psichiatrica e infermiere professionale.



Istituto Specchiadacqua

#DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE E DELLA NUTRIZIONE

5. I 5 LIVELLI DI ASSISTENZA

- *Primo livello:* Medico di Medicina Generale (MMG) o Pediatra di Libera Scelta (PLS).
- *Secondo livello:* terapia ambulatoriale specialistica.
- *Terzo livello:* terapia ambulatoriale intensiva o day hospital.
- *Quarto livello:* riabilitazione intensiva residenziale.
- *Quinto livello:* ricoveri H24 (ordinari e d'emergenza).



Istituto Specchidacqua

#DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE E DELLA NUTRIZIONE

6. TRATTAMENTI FARMACOLOGICI

- Il ruolo dei farmaci nel trattamento dei DA è limitato. Per l'anoressia nervosa non ci sono trattamenti farmacologici supportati empiricamente, sebbene siano stati testati numerosi farmaci, come gli antidepressivi, gli antistaminici e recentemente gli antipsicotici atipici, ma nessuno ha mostrato di avere un effetto clinico decisivo nel migliorare la psicopatologia specifica del disturbo dell'alimentazione.
- La situazione è diversa per la bulimia nervosa, dove gli antidepressivi, in particolare la fluoxetina a 60 mg al giorno, producono una diminuzione della frequenza degli episodi di abbuffata, sebbene non sia chiaro se questo effetto sia duraturo. Per il disturbo da alimentazione incontrollata numerosi farmaci (per es. inibitori selettivi della ricaptazione della serotonina, lisdexanfetamina, topiramato e bupropione) si sono dimostrati superiori al placebo nel ridurre gli episodi di abbuffata almeno a breve termine.



Istituto Specchidacqua

#DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE E DELLA NUTRIZIONE

7. RISCHI DI UNA PRESCRIZIONE DIETETICA

La prescrizione dietetica:

Propone il cambiamento in un'area limitata del vissuto, quando le problematiche del paziente sono molto più ampie e complesse.

Rinforza la convinzione del paziente di non potersi fidare di sé e quindi di non essere in grado di mangiare normalmente

Rinforza comportamenti e cognizioni che possono essere “motori” per la disinibizione (pesare alimenti, conteggiare calorie, dicotomia cibi permessi/proibiti) vissuta poi dal paziente come un proprio fallimento.

Ripropone i meccanismi del controllo e della restrizione .

Non è uno strumento per la costruzione di un apprendimento attivo efficace sul lungo termine.



Istituto Specchidacqua

#DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE E DELLA NUTRIZIONE

“Tutti i grandi sono stati bambini una volta ma pochi di essi se ne ricordano”.

(Antoine De Saint-Exupery)

8. DIRITTI INFANZIA ADOLESCENZA

- Il diritto di ricevere stima;
- Il diritto di avere le ottime condizioni per la sua crescita e per il suo sviluppo;
- Il diritto di vivere nel presente;
- Il diritto di essere se stesso;
- Il diritto di fare degli errori;
- Il diritto di avere segreti;
- Il diritto di ricevere rispetto per il suo dolore;
- Il diritto di comunicare con un suo Dio;
- Il diritto di avere una educazione;
- Il diritto di opporsi ad influenze educative;
- Il diritto di essere preso sul serio;

- Il diritto di pronunciare i suoi pensieri;
- Il diritto di non essere scambiato per un altro.



Istituto Specchidacqua

CONTATTI:

Indirizzo: **Piazza del Popolo 16, Montecatini Terme**

Telefono: **0572-79166**

E-Mail:

istitutospecchidacqua@gmail.com

fridaonlus@hotmail.com

Facebook: [**http://www.facebook.com/fridaonlus**](http://www.facebook.com/fridaonlus)



Istituto Specchidacqua
Cura Ricerca Prevenzione
Disturbi dell'Alimentazione e della Nutrizione



