

I disturbi dell'alimentazione



www.beatriceandreoli.it

Cosa sono i disturbi dell'alimentazione?

A livello medico: *"I disturbi della nutrizione e dell'alimentazione sono caratterizzati da un persistente disturbo dell'alimentazione o di comportamenti collegati con l'alimentazione che determinano un alterato consumo o assorbimento di cibo e che danneggiano significativamente la salute fisica o il funzionamento psicosociale" [DSM5].*



Quali sono i più comuni?

- **Anoressia nervosa**
- **Bulimia nervosa**
- **BED (disturbo da binge-eating)**



**Quali sono le
loro cause?**

Le cause dei disturbi alimentari
(detti anche DCA, Disturbi del
Comportamento Alimentare)
non sono note,
ad oggi infatti nessuno studio le
ha definite con certezza.



Quali sono le ipotesi?

- Genere femminile
- Pubertà e adolescenza
- Fattori stressanti
- Programmi di dieta
- Altri familiari con disturbi dell'alimentazione
- Caratteristiche di personalità
- Eventi negativi durante l'infanzia
- Fattori socioeconomici
- Stereotipi di bellezza femminile

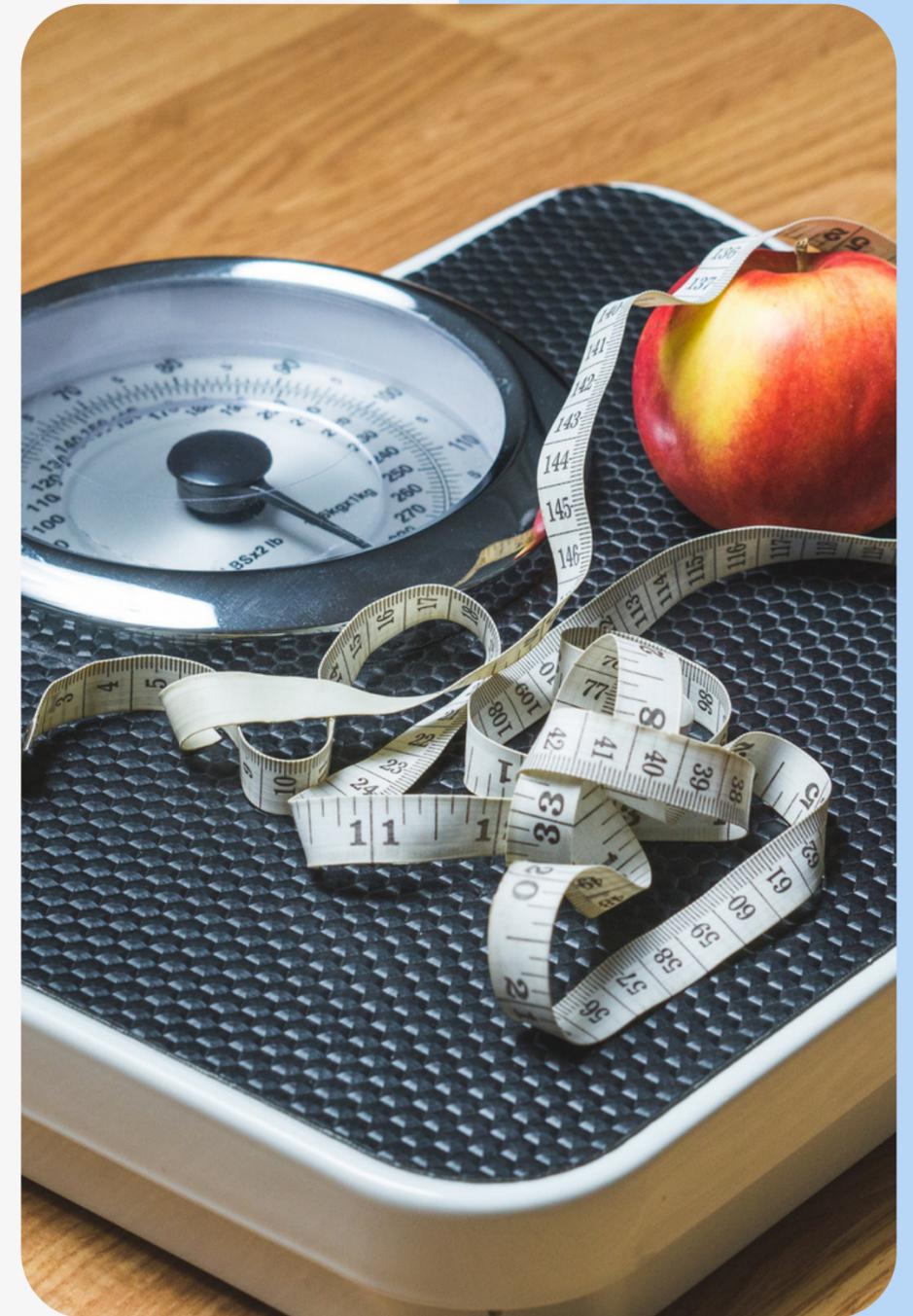
**Alcuni numeri
secondo la Società
Italiana per lo Studio
dei DCA
(SISDCA, 2019)**

**10 adolescenti
su 100
soffrono di DCA**

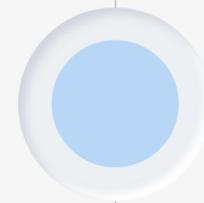
**circa 8500
nuove diagnosi
all'anno**

Come si presenta il peso di una persona con DCA?

Non sempre chi soffre di DCA presenta un peso basso: in base al tipo di disturbo alimentare si possono presentare anche un normopeso oppure un eccesso di peso.



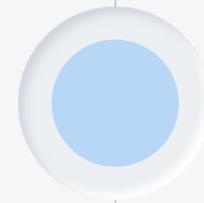
Come viene danneggiato il funzionamento psicosociale nei DCA?



Si evita di uscire a mangiare con altre persone



Si svolge attività fisica solitaria per bruciare calorie



Si riducono gli interessi personali per dedicare tutto il tempo al controllo del peso



Possono nascere difficoltà di coppia

Quali sono le possibili conseguenze negative?

**A livello psicologico
possono manifestarsi:**

- sbalzi d'umore
- irritabilità
- difficoltà di concentrazione
- sensi di colpa
- momenti di rabbia e momenti di tristezza
- calo dell'autostima

**A livello fisico si possono
presentare problemi:**

- cardiaci
- endocrini
- gastrointestinali
- orali
- ossei
- cutanei
- immunitari
- polmonari
- neurologici
- renali
- ormonali e riproduttivi



Anoressia nervosa: le caratteristiche principali

- Regole dietetiche sempre più rigide
- Evitamento di cibi che si considerano troppo calorici (dolci, pizza, pane, altro)
- Perdita progressiva di peso, nei casi più gravi fino ad un basso peso estremo
- Frequente associazione con esercizio fisico per bruciare calorie
- Sensazione di essere grassi e paura di ingrassare
- Insorgenza spesso nell'adolescenza

Bulimia nervosa: le caratteristiche principali

- Regole dietetiche rigide per il desiderio di perdere peso
- Episodi ricorrenti di perdita di controllo (abbuffate) seguiti da tentativi di eliminare le calorie introdotte (vomito autoindotto, esercizio fisico eccessivo, uso improprio di lassativi o diuretici)
- Non sempre c'è un basso peso
- Sensazione di essere grassi e paura di ingrassare
- Insorgenza spesso in adolescenza e nella prima età adulta





BED: le caratteristiche principali

- Episodi ricorrenti di perdita di controllo (abbuffate) senza tentativi successivi di eliminare le calorie introdotte
- Frequente alimentazione generale sregolata o eccessiva
- Frequente peso in eccesso
- A volte concomita con l'obesità
- Maggiore presenza anche nei maschi rispetto ad anoressia e bulimia (1 su 3)
- Insorgenza in svariate fasce d'età



Le possibili transizioni

Non sempre la diagnosi iniziale di un disturbo alimentare rimane tale nel tempo, ma è possibile avere il passaggio da un DCA ad un altro (ad esempio con "migrazione" da anoressia a bulimia).

Quali sono i trattamenti possibili?

In caso di insorgenza di un DCA è fondamentale intervenire il prima possibile, avendo in questo modo una maggiore possibilità di risoluzione del problema.

A seconda della gravità esistono terapie ambulatoriali o con ricoveri ospedalieri, ma in entrambi i casi è importante rivolgersi solo ad **equipe specializzate per tali situazioni.**



www.beatriceandreoli.it

Con la collaborazione di:
Jessica Castellani, laureanda in Scienze Gastronomiche,
Università degli Studi di Parma

Track: Doctor Gradum ad Parnassum, Music by <https://www.fiftysounds.com>