New elior 2024 STRATEGIC PLAN

eliorgroup

Parola agli esperti di nutrizione

GIORNATA DEL FIOCCHETTO LILLA

ITALY

SOMMARIO

- COSA SONO I DISTURBI DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE
- ANORESSIA NERVOSA
- BULIMIA NERVOSA
- BINGE EATING DISORDER
- EVOLUZIONE POST COVID

DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE E NUTRIZIONE (DNA)

Disturbi caratterizzati da una alterazione persistente dei comportamenti connessi all'alimentazione che determina un alterato consumo o assorbimento di cibo e che **danneggia significativamente la salute fisica o il funzionamento psicosociale**.

I DNA sono caratterizzati da:

- un disfunzionale comportamento alimentare
- un'eccessiva preoccupazione per il peso con alterata percezione dell'immagine corporea.

DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE E NUTRIZIONE (DNA)

I disturbi dell'alimentazione e nutrizione (DNA) rappresentano un crescente problema di sanità pubblica, soprattutto considerando che sia l'anoressia che la bulimia hanno mostrato un abbassamento dell'età di esordio negli ultimi decenni.

Si stima che in Italia oggi più di tre milioni di persone soffrono di DNA e decine di milioni di giovani e di adulti nel mondo si ammalano ogni anno.

La pandemia ha peggiorato ulteriormente la situazione, con un incremento di casi stimato di almeno il 30-35% e un abbassamento dell'età di esordio.

ALCUNI FALSI MITI SUI DNA

1. I DISTURBI ALIMENTARI SONO UNA SCELTA
2. I DISTURBI ALIMENTARI NON SONO UN EPIDEMIA
3. L'ANORESSIA NERVOSA E' IL DNA PIU' GRAVE
4. SE LA PERSONA NON E' EMACIATA NON STA MALE
5. I COMPORTAMENTI INDOTTI DAI DNA SONO FOCALIZZATI SOLO SUL CIBO
6. I MASCHI NON SOFFRONO DI DNA

FAKE NEWS

DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE E NUTRIZIONE (DNA)

L'ultima edizione del DSM-5 (American Psychiatric Association, 2013) ha consolidato i disturbi della nutrizione e dell'alimentazione in un'unica categoria diagnostica, diventando il riferimento principale per i clinici nella diagnosi.

- ANORESSIA NERVOSA (AN)
- BULIMIA NERVOSA (BN)
- DISTURBO DA BINGE-EATING O DA ALIMENTAZIONE INCONTROLLATA (BED)

FATTORI PREDISPONENTI

Nello sviluppo dei DCA possono essere implicati numerosi fattori predisponenti:

→ **FATTORI INDIVIDUALI** (psicologici e biologici)

→ **FATTORI FAMILIARI**

→ **FATTORI SOCIO-CULTURALI**

FATTORI PRECIPITANTI

Vari eventi di vita stressanti possono concorrere a far precipitare la malattia, eccone alcuni:

- SEPARAZIONI E PERDITE
- ALTERAZIONI DELL'OMEOSTASI FAMILIARE
- MINACCE ALLA STIMA DI SE'
- MALATTIE FISICHE
- L'INIZIO DI UNA DIETA
- LA PUBERTA'

Elemento fondamentale è la percezione di una minaccia di perdita di controllo e/o autostima. La reazione è una concentrazione sul corpo, sul peso, sulla dieta come campo privilegiato nel quale recuperare un sentimento di dominio e di valore.

FATTORI PERPETUANTI

Sono sostanzialmente di due tipi:

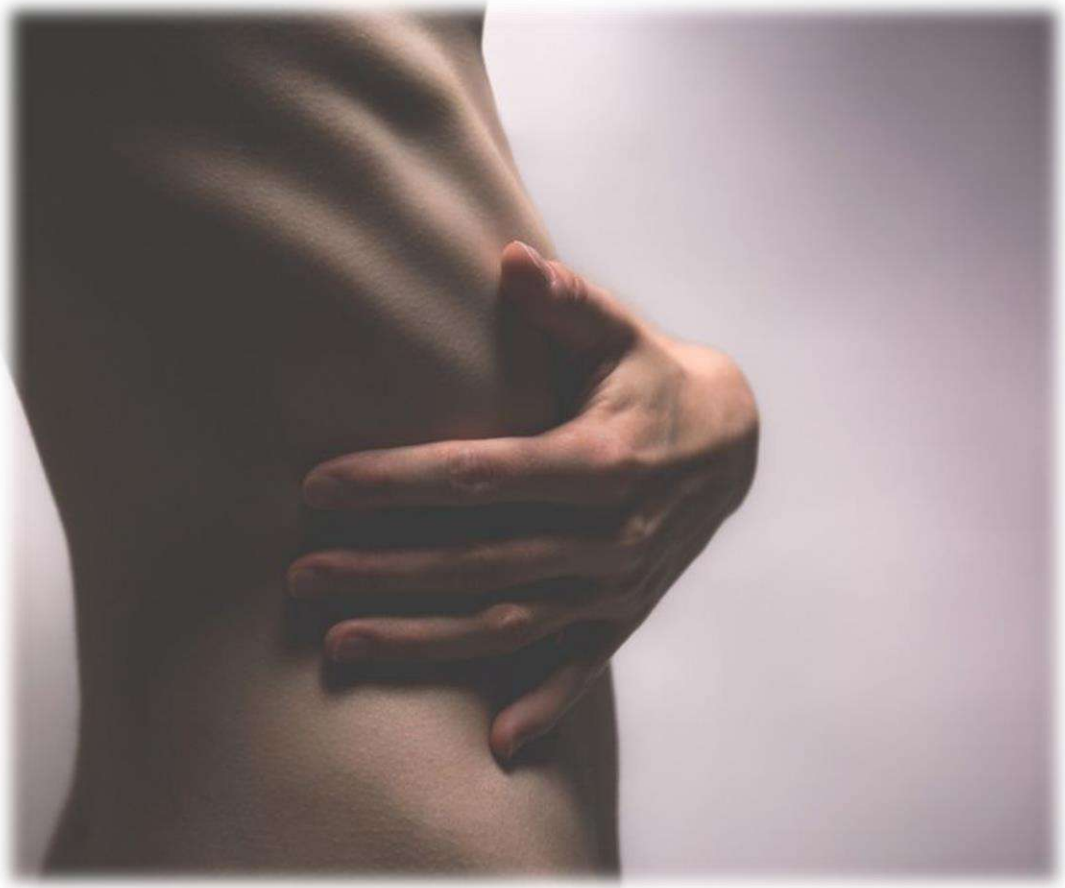
1. **GUADAGNI SECONDARI** (attenzione dei familiari, evitamento di situazioni angosciose, ecc)

2. **EFFETTI BIOLOGICI E PSICOLOGICI DEL DIGIUNO** (atteggiamenti e comportamenti alterati nei confronti del cibo, modificazioni emotive e sociali, modificazioni cognitive, modificazioni fisiche)

DOMANDE?

ANORESSIA NERVOSA

L'anoressia nervosa (AN) è un disturbo della nutrizione e dell'alimentazione caratterizzata da restrizione dell'introito calorico in rapporto ai fabbisogni con significativa perdita di peso in rapporto a età, sesso, curve di crescita e salute fisica.



ANORESSIA NERVOSA

COME SI DIAGNOSTICA?

- **Basso peso**: raggiunto e mantenuto con una severa restrizione calorica persistente, rigida ed estrema.
- **Intensa paura di ingrassare**: senso di profonda angoscia e preoccupazione rispetto alla possibilità (vissuta spesso come certezza) di aumentare di peso, anche se si è sottopeso.
- **Eccessiva valutazione del peso e della forma del corpo**: profonda insoddisfazione per il proprio peso e la forma del proprio corpo

BULIMIA NERVOSA

La bulimia nervosa (BN) è caratterizzata da episodi di abbuffata seguiti da comportamenti definiti "di compenso" come il vomito autoindotto, l'utilizzo di lassativi, il digiuno e l'intensa attività fisica allo scopo di controllare il peso e le forme del corpo.

BULIMIA NERVOSA

COME SI DIAGNOSTICA?

- **Ricorrenti episodi di abbuffata.**
- **Ricorrenti ed inappropriate condotte compensatorie** per prevenire l'aumento di peso
- Le abbuffate e le condotte compensatorie inappropriate si verificano entrambe in media **almeno una volta alla settimana per 3 mesi.**
- **I livelli di autostima sono indebitamente influenzati dalla forma e dal peso del corpo.**

BING EATING DISORDER

Il Binge Eating Disorder (BED) è un disturbo alimentare caratterizzato da frequenti abbuffate, durante le quali il si consuma una quantità eccessiva di cibo in un breve periodo di tempo. Dopo queste abbuffate, si manifestano sintomi fisici e psicologici negativi.

BING EATING DISORDER

COME SI DIAGNOSTICA?

- **Ricorrenti episodi di abbuffate con precise caratteristiche**
- È presente un **marcato disagio riguardo alle abbuffate.**
- Si verifica, in media, almeno **una volta alla settimana per 3 mesi.**
- **Non è associata alla messa in atto sistematica di condotte compensatorie inappropriate**

DISTURBI CON ALTRA SPECIFICAZIONE

- DISTURBO EVITANTE RESTRITTIVO
- PICA
- ORTORESSIA
- BIGORESSIA
- SINDROME DA ALIMENTAZIONE NOTTURNA

DOMANDE?

E L'OBESITÀ?

La «semplice» obesità **non compare nella classificazione dei DCA**, poiché non ne è stata accertata l'associazione costante con alcuna **sindrome psicologica o comportamentale**.

Tuttavia il problema del comportamento alimentare investe anche questa patologia che è caratterizzata da inadeguata assunzione di cibo.

STRATEGIE DI CURA

QUINTO LIVELLO

Ricoveri H24

QUARTO LIVELLO

Riabilitazione intensiva residenziale o psichiatrica

TERZO LIVELLO

Day service, day hospital, centro diurno

SECONDO LIVELLO

Ambulatorio specialistico in rete interdisciplinare (Area psicologico-psichiatrica e infermieristico-metabolico-nutrizionale

PRIMO LIVELLO

Medico di base, Pediatra

COSA PUO' FARE LA FAMIGLIA

COMPRENDERE LE CAUSE

- Le cause dei DCA sono complesse e multifattoriali.
- Non sempre comprendere o eliminare le cause porta alla guarigione.
- I DCA tendono a mantenersi e auto aggravarsi.

MANTENERE L'APPROCCIO GIUSTO

- Evitare di cercare colpe: chiedetevi "cosa fare adesso?".
- Non vergognarsi né di sé stessi né del proprio figlio.
- Riconoscere che i DCA non sono risolvibili con la sola volontà.

PROMUOVERE IL TRATTAMENTO

- Incoraggiare il trattamento e sostenere il cambiamento.
- Mantenere un atteggiamento positivo e aperto
- Non adottare un approccio autoritario

COVID-19 E DNA

La Società Italiana per lo Studio dei Disturbi del Comportamento Alimentare **(SISDCA)** ha stimato che da febbraio 2020 c'è stato un **incremento del 40%** di nuovi casi e una crescita pari al **50% di richieste di prima visita** per i Disturbi del Comportamento Alimentare.

Secondo lo studio "Effects of COVID-19 lockdown on eating disorders and obesity: A systematic review and meta- analysis (Sideli et al 2021)":

COVID-19 E DNA

Secondo lo studio "Effects of COVID-19 lockdown on eating disorders and obesity: A systematic review and meta- analysis (Sideli et al 2021)":

- il **65%** dei pazienti affetti da disturbi alimentari ha dichiarato un **peggioramento della sintomatologia alimentare** correlata durante il lockdown.
- sempre nello stesso periodo il **75%** dei pazienti con disturbi alimentari ha riportato preoccupazioni **per le forme del proprio corpo**, preoccupazioni **rispetto all'alimentazione** e un aumento dei **pensieri relativi all'esercizio fisico eccessivo e compulsivo.**

COVID-19 E DNA

È importante non trascurare l'impatto significativo che la prima fase della pandemia da Covid-19 ha avuto su **bambini e adolescenti** con disturbi alimentari.

Secondo lo studio «Children and adolescents with eating disorders during COVID-19 confinement: Difficulties and future challenges (Graell et al 2020)", si è registrato un **aggravamento dei sintomi** in ben il 42% dei casi, insieme a un **deterioramento generale della salute** psicologica in un 37% dei soggetti, con aumenti di ansia, stress, insonnia e alterazioni dell'umore.

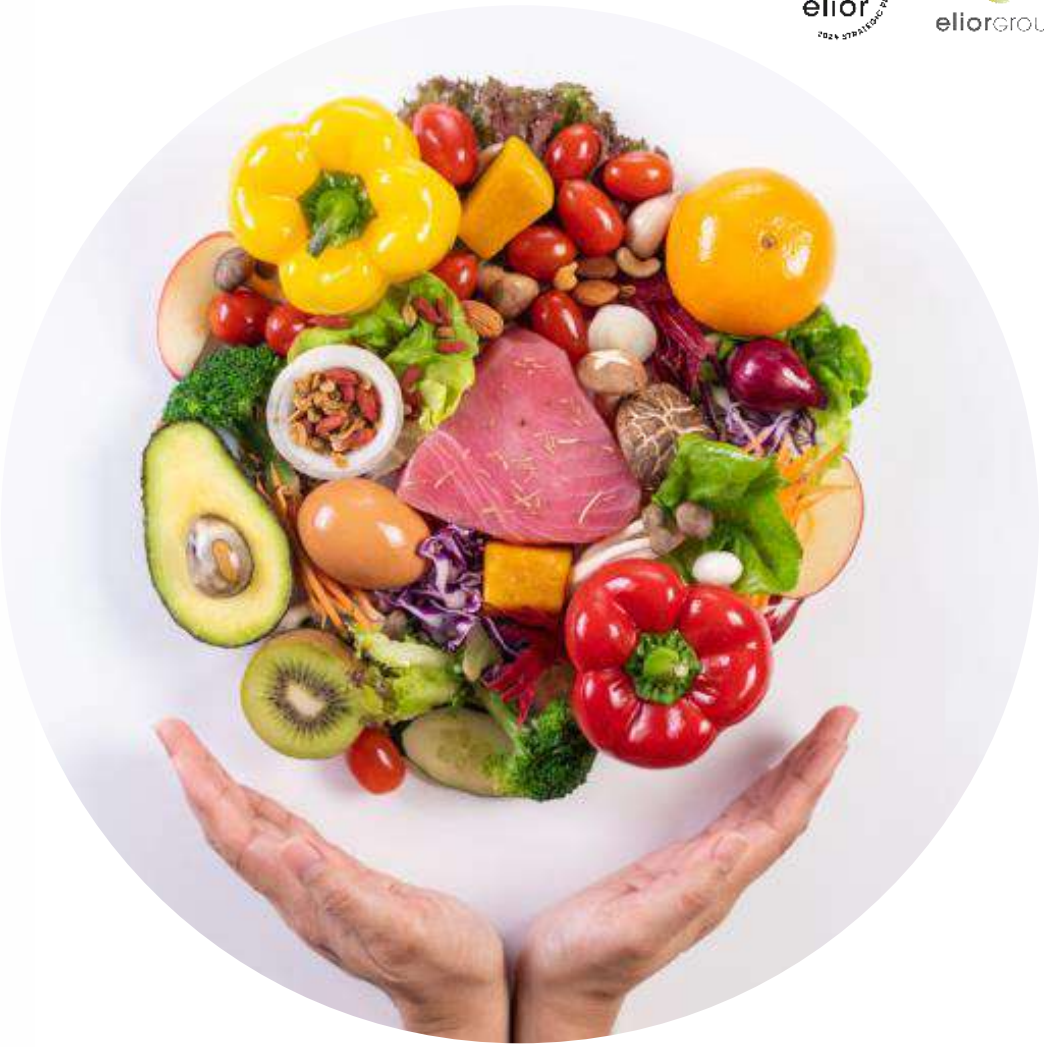
DOMANDE?

TAKE HOME MESSAGE

- I disturbi del comportamento alimentare non riguardano solo il cibo, ma sono complessi e profondamente radicati nelle emozioni e nelle esperienze personali.

- È fondamentale riconoscere i segnali e promuovere una cultura di supporto e comprensione.

- La strada verso la guarigione è possibile, e ognuno di noi può contribuire a fare la differenza. Vi invitiamo ora a riflettere su come possiamo, insieme, affrontare e sensibilizzare su questi temi.



GRAZIE PER L'ATTENZIONE