

DISTURBI ALIMENTARI DA CURARE SU PIÙ FRONTI

Pratica indicata a rischio di inappropriata da ADI - Associazione Italiana Dietetica e Nutrizione Clinica Onlus

I disturbi della nutrizione e dell'alimentazione, che per semplicità chiameremo qui disturbi alimentari, sono malattie mentali gravi, che intaccano in modo importante la salute psichica e fisica della persona, alterandone la sfera sociale e relazionale. Il loro trattamento - che varierà a seconda della gravità del caso - deve prevedere più figure professionali e ambiti di cura adeguati. Trattare i disturbi alimentari in assenza di competenze multidisciplinari è una pratica a rischio di inappropriata.

Capiamo insieme perché

I disturbi alimentari comprendono diverse condizioni in cui la persona manifesta un disturbo persistente dell'alimentazione, caratterizzato da un consumo o assorbimento alterato del cibo e danni significativi per la salute fisica e/o per il benessere psichico e sociale. Influiscono sullo sviluppo corporeo e sulla salute sia fisica sia psichica, causando problemi medici anche gravi. I comportamenti alimentari anomali più frequenti in queste malattie sono: la restrizione alimentare (ridurre drasticamente l'alimentazione, come nell'anoressia nervosa); l'abbuffata (come nel disturbo da alimentazione incontrollata) e l'utilizzo di

pratiche per compensare le calorie assunte, come il vomito autoindotto, l'abuso di farmaci e l'eccessivo esercizio fisico (come nella bulimia nervosa). A questi si associano una serie variabile di sintomi psicologici e clinici ed un aumentato rischio di complicazioni mediche e psichiatriche. Nei disturbi alimentari gioca un ruolo la combinazione di fattori sia genetici sia ambientali: non c'è una causa unica, ma un'origine multifattoriale, ovvero incide la presenza concomitante di una serie di



fattori che possono favorirne la comparsa e il mantenimento. Si tratta di malattie mentali complesse, che attraverso un malessere fisico esprimono un disagio psicologico. Tra i disturbi mentali, sono quelli con il tasso di mortalità più alto tra i giovani. L'approccio ai disturbi alimentari deve prevedere il coinvolgimento di differenti figure (psichiatri/neuropsichiatri infantili, medici con competenze nutrizionali, internisti, pediatri, endocrinologi, dietisti, psicologi, infermieri, educatori professionali, tecnici della riabilitazione psichiatrica e fisioterapisti), coinvolte nei diversi ambiti sanitari di competenza, in coordinamento e in un lavoro condiviso nelle differenti fasi di cura. Il trattamento non è limitato all'aspetto nutrizionale. Questo fa parte di un programma di intervento più complesso e sfaccettato, che include le diverse cure mediche e specialistiche, con una particolare attenzione al versante psicosociale. Il primo riferimento può essere il medico di famiglia o il pediatra, che fa da tramite con i servizi delle reti regionali dei disturbi alimentari. È importante appoggiarsi ai centri specializzati, dove il progetto terapeutico può essere realizzato sui diversi versanti specialistici integrati. L'importanza di un lavoro in gruppo delle diverse figure professionali, per far sì che il percorso di questi pazienti sia completo ed efficace, è sottolineato come indispensabile anche in situazioni di urgenza, nell'ambito degli accessi in Pronto Soccorso.

Progetto "Fare di più non significa fare meglio"
www.slowmedicine.it
www.choosingwiselyitaly.org
www.altroconsumo.it

TRE ASPETTI IMPORTANTI DA TENERE IN CONSIDERAZIONE



- Una delle difficoltà che può incontrare un programma di cura è la scarsa collaborazione dei pazienti, che faticano ad avere consapevolezza del loro disturbo e a essere motivati nel seguire il trattamento; un approccio multidisciplinare che contempli il versante psicologico e una condivisione con il paziente delle scelte terapeutiche e delle sue difficoltà è quindi molto importante a sostegno dell'intervento nutrizionale.
- L'impatto dei disturbi alimentari non è soltanto sul benessere della persona con il disturbo, ma anche della sua famiglia, che deve essere sostenuta e non deve sentirsi responsabile della situazione: la famiglia non va vissuta come una causa, al contrario è una risorsa, una preziosa alleata del paziente e degli specialisti nel processo di cura, in cui deve essere coinvolta.
- I disturbi alimentari possono essere curati, con un trattamento sugli aspetti psicologici, sociali, nutrizionali e medici, e il recupero completo è possibile, in particolare se viene effettuata una diagnosi precoce e un trattamento terapeutico di qualità, tempestivo, che sia specializzato e integrato.