

Servizio Sanitario Nazionale Regione Basilicata  
ASM : AZIENDA SANITARIA LOCALE di MATERA  
Dipartimento dei Servizi per la tutela della Salute Mentale  
*Direttore : Dr Guarino Domenico A.*  
**SERVIZIO per i DISTURBI del COMPORTAMENTO ALIMENTARE**  
Ospedale "Madonna delle Grazie" Matera  
Responsabile: *Dott.ssa Giovanna Di Pede*

Cell. Az. 3295832606

e-mail: [giovanna.dipede@asmbasilicata.it](mailto:giovanna.dipede@asmbasilicata.it)

Tel. 0835 253129 –3055 Fax 0835-253722

## **ASM-Servizio per i Disturbi del Comportamento Alimentare**

**Macro Obiettivo (MO):** MO. 2.3 Promuovere il benessere mentale nei bambini, adolescenti e giovani

### **Obiettivo Centrale (OC)**

Identificare tempestivamente i soggetti con problemi emozionali, comportamenti estremi di controllo del peso associati ad una eccessiva valutazione del peso e della forma del corpo, disagio sociale.

### **Titolo del progetto**

**LA PREVENZIONE DEI DISTURBI DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE (DCA) PROMUOVE IL BENESSERE PSICOFISICO NEGLI ADOLESCENTI.**

### **Razionale**

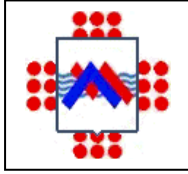
I DCA rientrano tra le cause di disagio psicologico degli adolescenti. In Italia il numero degli adolescenti che vivono il disagio rappresentano il 7-8% della popolazione giovanile.

In Italia, i Disturbi del Comportamento Alimentare (DCA) coinvolgono approssimativamente tre milioni di giovani. Oggi, la letteratura internazionale indica che i valori di prevalenza dell'Anoressia Nervosa sono compresi tra 1,4% e 2,8%, con valori inferiori riferiti per la popolazione maschile (0,24%). Registra un picco più alto la Bulimia Nervosa con una prevalenza intorno al 5% nella maggior parte degli studi (Keski-Rahoken, 2007; Raevouri, 2009). Per quanto riguarda il DAI (Disturbo da Alimentazione Incontrollata) il dato di prevalenza oscilla tra il 3 e il 6% (Isomaa, 2009),

L'incidenza dei DCA è di circa 164 casi/100.000, e nel dettaglio 102 casi/100.000 di AN e 438 casi /100.000 di BN (Isomaa, 2009; Chisuwa, 2010), confermano l'incremento di disturbi bulimici negli ultimi decenni.

La prevalenza è del sesso femminile.

Per milioni di giovani nel mondo, il corpo e il cibo si sono trasformati in nemici e i Disturbi del Comportamento Alimentare (DCA) costituiscono una vera e propria epidemia sociale. Molti sono i fattori che determinano una così estesa diffusione; ma nella complessa multifattorialità di tali gravi patologie concorrono, come concause importanti, sicuramente quegli agenti socio-culturali, dominanti nel mondo occidentale, che propongono modelli d'identità femminile stereotipata, vincolata all'immagine dell'estrema magrezza e a un mito della "fitness" fin troppo spesso equivocata, soprattutto attraverso i media, come una garanzia di salute e di



Servizio Sanitario Nazionale Regione Basilicata  
ASM : AZIENDA SANITARIA LOCALE di MATERA  
Dipartimento dei Servizi per la tutela della Salute Mentale  
*Direttore : Dr Guarino Domenico A.*  
**SERVIZIO per i DISTURBI del COMPORTAMENTO ALIMENTARE**  
Ospedale "Madonna delle Grazie" Matera  
Responsabile: *Dott.ssa Giovanna Di Pede*

Cell. Az. 3295832606

e-mail: [giovanna.dipede@asmbasilicata.it](mailto:giovanna.dipede@asmbasilicata.it)

Tel. 0835 253129 –3055 Fax 0835-253722

successo. Particolari fattori di rischio e di diffusione quali: stili di vita e modelli culturali sono molto difficili da contrastare particolarmente nel mondo degli adolescenti.

L'adolescenza è stata identificata, infatti, come un momento di estrema vulnerabilità nello sviluppo dell'immagine corporea e dell'autostima a causa dei cambiamenti fisici associati alla pubertà, all'incremento del desiderio di accettazione da parte dei coetanei, all'inizio delle

relazioni sentimentali e all'eventuale esposizione a eventi di vita negativi associati a questa fase di sviluppo. La percentuale di ragazze nella fascia di età tra i 14 ei 17 anni che è insoddisfatta della propria immagine corporea è elevatissima; di queste una percentuale intorno al 10% reagisce a questa insoddisfazione modificando il proprio comportamento alimentare verso una restrizione e/o una selezione del cibo. Questi disturbi esprimono dunque un forte disagio, una scarsa stima e fiducia in sé, una profonda insicurezza nella propria immagine e nel proprio ruolo, un apparente desiderio di non crescere. (E.Rampelli. "Solitudini Imperfette").

Negli ultimi anni si è sviluppato un considerevole interesse nei confronti della prevenzione dei DCA.

**Le strategie di prevenzione** che si intendono mettere in campo, in questo progetto regionale di prevenzione, sono soprattutto:

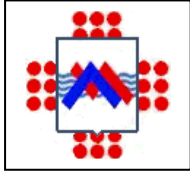
-**Interventi selettivi** o specifici: la maggior parte dei programmi selettivi, al contrario, ha prodotto effetti positivi sia nelle attitudini disfunzionali sia sui comportamenti non salutari. I programmi di prevenzione selettiva tendono a ottenere risultati migliori rispetto a quelli universali.

Con questo progetto si intende far partire un programma di prevenzione selettiva che ha l'obiettivo di ridurre l'interiorizzazione dell'ideale di magrezza, un fattore di rischio empiricamente dimostrato per i DCA, nelle/nei partecipanti auto selezionate.

Trattasi di un intervento di "**Dissonanza Cognitiva**" basato sull'accettazione del corpo, concepito per aiutare ragazze adolescenti a resistere a pressioni socioculturali, che spingono a conformarsi a questo ideale, e a ridurre il loro inseguimento della magrezza.

Una riduzione dell'interiorizzazione dell'ideale di magrezza dovrebbe produrre un miglioramento nella soddisfazione del corpo e nel tono dell'umore, un minor ricorso a comportamenti per il controllo del peso del corpo non salutari, e una riduzione delle abbuffate e di altri sintomi dei disturbi dell'alimentazione.

Il programma è basato sui principi psicologici sociali della dissonanza cognitiva. La teoria postula che incoraggiare le partecipanti ad assumere volontariamente una prospettiva contro attitudinale, e nello specifico prendere una posizione attiva contro l'ideale culturale di



Servizio Sanitario Nazionale Regione Basilicata  
ASM : AZIENDA SANITARIA LOCALE di MATERA  
Dipartimento dei Servizi per la tutela della Salute Mentale  
Direttore : *Dr Guarino Domenico A.*  
**SERVIZIO per i DISTURBI del COMPORTAMENTO ALIMENTARE**  
Ospedale "Madonna delle Grazie" Matera  
Responsabile: *Dott.ssa Giovanna Di Pede*

Cell. Az. 3295832606

e-mail: [giovanna.dipede@asmbasilicata.it](mailto:giovanna.dipede@asmbasilicata.it)

Tel. 0835 253129 –3055 Fax 0835-253722

magrezza, produce uno stato di dissonanza cognitiva che può favorire lo spostamento verso una nuova prospettiva.

Il programma si svolgerà in 4 sedute di un'ora una volta alla settimana e utilizzerà specifici esercizi verbali, scritti e comportamentali per permettere ai giovani partecipanti di criticare volontariamente l'ideale di magrezza ed esercizi di role-playing durante i quali le partecipanti sfidano le affermazioni a favore dell'ideale di magrezza. Inoltre, assegna alle/ai partecipanti compiti a casa per incoraggiarle a criticare l'ideale di magrezza attraverso temi contro-attitudinali sui costi del perseguire l'ideale di magrezza ed esercizi di attivismo corporeo.

I gruppi dei partecipanti saranno costituiti da ragazzi auto selezionati. Il reclutamento delle/dei partecipanti avverrà tramite una comunicazione che invita le/gli studenti con preoccupazioni per l'immagine corporea a iscriversi a un corso sull'accettazione del corpo. Il reclutamento succederà alla valutazione dei test psicometrici somministrati ai ragazzi.

**Il presente progetto si articolerà nelle seguenti fasi:**

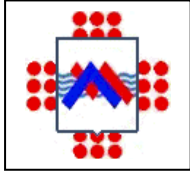
**Fase 1. Attivazione di un lavoro di rete con la scuola, con le famiglie per la formazione e l'educazione a corretti stili di vita e prevenzione dei DCA.** Il lavoro di rete mira ad acquisire la disponibilità dei Dirigenti scolastici, per collaborare alla realizzazione del progetto. Saranno stipulati specifici Protocolli d'intesa. Inoltre, attraverso la proiezione di video e gli incontri informativi si cercherà di implementare la sensibilizzazione e la partecipazione al progetto. La Fase 1 si concluderà entro 3 mesi del primo anno.

**Fase 2. Somministrazione, previa informazione e sottoscrizione del Consenso Informato, dei Test BUT, Test EAT 26, Test ICM, Test Rosenberger ai giovani di età compresa tra 14-15 anni. Formazione mirata a Facilitatori e Coordinatori del progetto e Genitori.** Saranno somministrati i seguenti test:

**A)Test psicometrici :**

1. Test BUT( Body Uneasiness Test ) metterà in evidenza la percezione del proprio corpo e il disagio relativo all'immagine dello stesso,
2. Test EAT 26 ( Eating Attitudes Test) , valido strumento di screening internazionale, misurerà i sintomi e le preoccupazioni caratteristiche dei disturbi dell'Alimentazione e identificare precocemente le persone affette da Disturbi dell'Alimentazione.
3. Test Rosenberger per valutare l'autostima.

**B)Test Biometrico:**



Servizio Sanitario Nazionale Regione Basilicata  
ASM : AZIENDA SANITARIA LOCALE di MATERA  
Dipartimento dei Servizi per la tutela della Salute Mentale  
*Direttore : Dr Guarino Domenico A.*  
**SERVIZIO per i DISTURBI del COMPORTAMENTO ALIMENTARE**  
Ospedale "Madonna delle Grazie" Matera  
Responsabile: *Dott.ssa Giovanna Di Pede*

Cell. Az. 3295832606

e-mail: [giovanna.dipede@asmbasilicata.it](mailto:giovanna.dipede@asmbasilicata.it)

Tel. 0835 253129 –3055 Fax 0835-253722

□ Test IMC: Calcolo dell'indice di Massa Corporea ovvero BMI (Body Mass Index ). Il calcolo rileverà lo stato dell'arte del peso nelle sue variabili -normale, sovrappeso, obesità-. Questi dati vanno presi non come assoluti ma come un importante riferimento per il proprio stato di salute. L'IMC può essere usato come test preliminare e poi approfondito ulteriormente con altri test più precisi che tengano conto della massa grassa, massa magra, circonferenze ecc.

□ Test sull'attività sportiva

In questa fase ci sarà l'individuazione di Facilitatori Responsabili per le attività di somministrazione dei Test, acquisendo la disponibilità di un Facilitatore per ogni classe. La presenza delle su citate figure rappresenteranno un valido punto di riferimento nella rete attivata e garantiranno una maggiore adesione al progetto. L'obiettivo sarà quello di testare almeno il 50% della popolazione adolescenziale del campione. La Fase 2 si concluderà entro 12 mesi.

**Fase 3. Raccolta questionari, analisi, elaborazione, informatizzazione dati.** La raccolta dei Test avverrà da parte dei Facilitatori e sarà consegnata allo psicologo.

Questi provvederà al successivo invio al Servizio DCA. Questa fase comprenderà: l'analisi dei Test e la valutazione multidisciplinare dei dati; la selezione del campione;

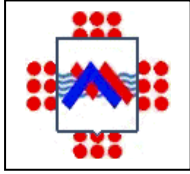
l'inquadramento diagnostico-terapeutico; progetti per la presa in carico: reclutamento dei giovani per l'avvio del percorso "Dissonanza Cognitiva".

Coloro che risulteranno affetti da sola patologia organica saranno indirizzati alla U.O. di Nutrizione Clinica, quelli a rischio DCA saranno presi in carico dal Servizio DCA. Importante per questa fase sarà la possibilità d'impiego di un operatore esperto in informatica (part-time), da dedicare alla gestione informatica dei dati, con lo scopo di ottimizzare la gestione dei flussi informatici prodotti dall'analisi dei Test. La Fase 3 si concluderà entro 12 mesi.

**Fase 4. Realizzazione di gruppi per il percorso della "Dissonanza Cognitiva", Restituzione dei risultati e Presa in Carico soggetti a rischio.**

La Conoscenza del problema emerso, implicherà la condivisione e la disponibilità da richiedere agli attori, ai portatori di interesse, ai M.M.G.G e genitori, per attivare e mettere in campo misure preventive e curative idonee. Saranno avviati i gruppi di ragazzi auto selezionati.

Sia i soggetti che non avranno aderito ai gruppi che quelli facenti parte, laddove risulteranno a rischio DCA, saranno presi in carico precocemente. Sarà valutata la eventuale necessità di attivare un ulteriore percorso di follow-up. La presa in carico avverrà attraverso l'elaborazione dei progetti personalizzati Preventivi-Curativi.



Servizio Sanitario Nazionale Regione Basilicata  
ASM : AZIENDA SANITARIA LOCALE di MATERA  
Dipartimento dei Servizi per la tutela della Salute Mentale  
*Direttore : Dr Guarino Domenico A.*  
**SERVIZIO per i DISTURBI del COMPORTAMENTO ALIMENTARE**  
Ospedale "Madonna delle Grazie" Matera  
Responsabile: *Dott.ssa Giovanna Di Peđe*

Cell. Az. 3295832606

e-mail: [giovanna.dipeđe@asmbasilicata.it](mailto:giovanna.dipeđe@asmbasilicata.it)

Tel. 0835 253129 –3055 Fax 0835-253722

L'accettazione del corpo, la capacità delle ragazze adolescenti a resistere a pressioni socioculturali, che spingono a conformarsi all'ideale di magrezza, una riduzione dell'interiorizzazione dell'ideale di magrezza, un miglioramento nella soddisfazione del corpo e nel tono dell'umore, un minor ricorso a comportamenti per il controllo del peso del corpo non salutari, una riduzione delle abbuffate e di altri sintomi dei disturbi dell'alimentazione, da parte dell'adolescente in carico, rappresenterà il raggiungimento dell'obiettivo atteso del progetto. La Fase 4 si concluderà entro 12 mesi.

BIBLIOGRAFIA: L. Dalla ragione, L. Giombini (2014): "SOLITUDINI IMPERFETTE- Le buone Pratiche di cura nei Disturbi del Comportamento Alimentare". E.Stice, K. Presnell, (2011): "PROGETTO CORPO-Promuovere l'accettazione e prevenire i disturbi dell'alimentazione".

### **Evidence**

Molti sforzi sono stati dedicati a sviluppare programmi di prevenzione scolastici perché i DCA iniziano nell'adolescenza e la scuola è potenzialmente il luogo migliore per accedere alla maggior parte degli adolescenti (Dalle Grave 2003).

### **Beneficiari**

Il progetto è rivolto ai ragazzi/e di età 14/15 anni.

### **Sostenibilità**

In uno studio con tre anni di follow up, i partecipanti assegnati all'intervento di dissonanza cognitiva hanno ottenuto una diminuzione significativamente maggiore dell'interiorizzazione dell'ideale di magrezza, dell'insoddisfazione corporea, degli stati d'animo negativi rispetto a interventi alternativi.

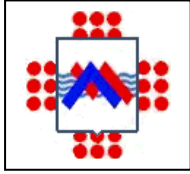
-----

### **REFERENTE DI PROGETTO**

Dott.ssa GIOVANNA DI PEĐE Medico-Psichiatra.

Responsabile U.O.S.D. DCA,

Dipartimento Salute Mentale- Matera



Servizio Sanitario Nazionale Regione Basilicata  
ASM : AZIENDA SANITARIA LOCALE di MATERA  
Dipartimento dei Servizi per la tutela della Salute Mentale  
*Direttore : Dr Guarino Domenico A.*  
**SERVIZIO per i DISTURBI del COMPORTAMENTO ALIMENTARE**  
Ospedale "Madonna delle Grazie" Matera  
Responsabile: *Dott.ssa Giovanna Di Pedè*

Cell. Az. 3295832606

e-mail: [giovanna.dipede@asmbasilicata.it](mailto:giovanna.dipede@asmbasilicata.it)

Tel. 0835 253129 –3055 Fax 0835-253722

---