

Secondo il **DSM-5** sono i seguenti (i primi tre afferiscono ai disturbi dell'infanzia):

- Pica
- Disturbo di ruminazione
- Disturbo da evitamento/restrizione dell'assunzione di cibo
- Anoressia Nervosa
- Bulimia Nervosa
- Disturbo da alimentazione incontrollata
- Disturbo della nutrizione o dell'alimentazione con specificazione
- Disturbo della nutrizione o dell'alimentazione senza specificazione

È importante l'**intercettazione precoce dei disturbi** per una maggiore efficacia del trattamento e una migliore prognosi



15 marzo 2023
#Coloriamocidililla

La **riabilitazione nutrizionale** si svolge all'interno di un **TRATTAMENTO MULTIDISCIPLINARE INTEGRATO** che prevede l'associazione del **trattamento psichiatrico/psicoterapeutico e nutrizionale**.



In Italia sono disponibili **Cinque Livelli d'Intervento:**

1. Medico di medicina generale o Pediatra di libera scelta;
2. Trattamento ambulatoriale;
3. Trattamento ambulatoriale intensivo o semiresidenziale (diagnostico/terapeutico/riabilitativo);
4. Riabilitazione intensiva residenziale;
5. Ricoveri ordinari e di emergenza.



Dai Disturbi della Nutrizione e dell'Alimentazione si può guarire!

A cura dei Dietisti della USL 1 Umbria

I Disturbi della Nutrizione e dell'Alimentazione (DNA) sono patologie complesse caratterizzate da **un'alterazione delle abitudini alimentari** e del **comportamento alimentare**, **un'eccessiva preoccupazione per il peso** con **alterata percezione dell'immagine corporea**. Tali aspetti sono spesso correlati anche a bassi livelli di autostima.

Queste patologie sono caratterizzate da un'**ambivalenza** nei confronti del trattamento, unitamente ad una **scarsa consapevolezza di malattia** e **sottovalutazione della gravità dei sintomi** clinici da parte del soggetto che presenta questi disturbi, il quale avverte per un primo tempo variabile un senso di assoluto controllo e benessere nel comportamento che assume.

I DNA sono particolarmente diffusi tra adolescenti e giovani adulti, in modo particolare colpiscono il genere femminile di età compresa tra i 12 e i 25 anni, ma non esclusivamente; sono infatti in aumento i casi di DNA nei maschi. Con la Pandemia Sars-Covid 19 si è verificato un esponenziale aumento dei casi di disturbi della nutrizione e dell'alimentazione, comprendendo maggiormente fasce più piccole di età (anche inferiori ai 10 anni di età).

Questi disturbi sono in continuo aumento, in particolare **la bulimia e il disturbo da alimentazione incontrollata**. C'è stato inoltre un progressivo abbassamento dell'età di insorgenza, tanto che non riguardano più soltanto gli adolescenti, ma anche bambini in età prepubere, con conseguenze molto più gravi sul corpo e sulla mente.

Quali sono i disturbi alimentari?

Secondo il Manuale Diagnostico e Statistico dei Disturbi Mentali (**DSM-5**), V edizione del 2013 a cura dell'American Psychiatric Association, i Disturbi della Nutrizione e dell'Alimentazione sono i seguenti (i primi tre afferiscono ai disturbi dell'infanzia):

Pica: persistente ingestione, inappropriata rispetto allo stadio di sviluppo del soggetto, di sostanze senza contenuto alimentare, non commestibili e non nutritive (carta, terra, capelli, feci...);

Disturbo di ruminazione (mericismo): ripetuto rigurgito di cibo deglutito per poi masticarlo e deglutirlo di nuovo o sputarlo, senza che questa condizione sia attribuibile a disturbi gastrointestinali o medici di altra natura;

Disturbo da evitamento/restrizione dell'assunzione di cibo: consiste nell'evitamento o in un'importante selettività alimentare così severa da portare con sé una persistente incapacità di soddisfare le necessità nutrizionali e/o energetiche appropriate dalla quale ne consegue una significativa perdita di peso.

Anoressia Nervosa restrizione dell'assunzione di calorie in relazione alle necessità, che porta ad un peso corporeo significativamente basso, unitamente ad un'intensa paura di aumentare di peso o di ingrassare mettendo in atto in modo persistente dei comportamenti che interferiscono con l'aumento di peso, elemento che determina e influenza l'autostima.

Bulimia Nervosa ricorrenti episodi di abbuffata caratterizzati dalla sensazione di perdere il controllo nel mentre, accompagnati da ricorrenti ed inappropriate condotte compensatorie (vomito autoindotto, abuso di lassativi, diuretici o altri farmaci, digiuno, esercizio fisico eccessivo) per prevenire l'aumento di peso, elemento che indebitamente e influenza i livelli di autostima;

Disturbo da alimentazione incontrollata: i soggetti con disturbo da alimentazione incontrollata presentano una maggiore frequenza di sovrappeso o obesità, una età di esordio più varia (che può essere a qualsiasi età, mentre per anoressia nervosa e bulimia nervosa è soprattutto in età adolescenziale), una maggiore prevalenza anche nelle persone di sesso maschile.

Disturbo della nutrizione o dell'alimentazione con specificazione questa dicitura viene utilizzata quando il quadro clinico del paziente non soddisfa pienamente i criteri dei disturbi sovraesposti e viene inserita una specifica che meglio descriva la formazione sintomatica;

Disturbo della nutrizione o dell'alimentazione senza specificazione questa dicitura viene utilizzata quando il quadro clinico del paziente non soddisfa pienamente i criteri dei disturbi sovraesposti e non viene inserita una specifica che meglio descriva la formazione sintomatica dal momento che non ci sono informazioni sufficienti per porre una diagnosi più specifica;

Sono patologie di origine **multifattoriale** (possono intersecarsi fattori psicologici, biologici, sociali, ambientali) e necessitano **di trattamenti multidisciplinari specializzati** da parte di **équipe che lavorano in modo integrato**. Si tratta pertanto di disturbi gravi, con **rischio di cronicizzazione e anche di mortalità** (in particolare per quanto riguarda l'anoressia), o complicanze organiche rilevanti.

Quali sono i segnali che possono aiutare ad identificare un disturbo alimentare in qualcun altro?

È piuttosto difficile capire se un amico o un familiare ha sviluppato un disturbo alimentare.

I possibili segnali da tenere in considerazione possono essere:

- Un calo di peso corporeo significativo in un periodo di tempo limitato.
- Identificazione di momenti in cui la persona mente riguardo a quanto e quando ha mangiato.
- Episodi continuati in cui la persona va sempre in bagno subito dopo aver mangiato e quando ritorna sembra rossastra in volto.
- Il soggetto si allena in modo eccessivo, quasi ossessivo.
- Cerca di evitare di mangiare con gli altri.
- Taglia il cibo in pezzi molto piccoli o mangia con estrema lentezza.
- Indossa vestiti larghi per nascondere la perdita di peso.

Può essere difficile chiedere aiuto se si ha la preoccupazione che una persona cara possa avere un disturbo alimentare. Le persone con un disturbo alimentare sono spesso difensive riguardo al loro modo di mangiare ed il loro peso, e possono negare di star male. È molto raro che riescano a capire da soli di avere un disturbo e che chiedano la consulenza di un terapeuta. Quindi il ruolo di un familiare o di un amico sarà determinante per aiutarle. È importante **l'intercettazione precoce dei disturbi** per una maggiore efficacia del trattamento e una migliore prognosi; l'intervento nelle prime fasi del disturbo da parte dell'équipe multiprofessionale può avvenire grazie al contributo di pediatri di libera scelta e medici di medicina generale, e di associazioni di volontariato, scuole e famiglie.

Nella cura dei disturbi dell'alimentazione sono disponibili **in Italia cinque livelli d'intervento**:

1. Medico di medicina generale o Pediatra di libera scelta;
2. Trattamento ambulatoriale;
3. Trattamento ambulatoriale intensivo o semiresidenziale (diagnostico/terapeutico/riabilitativo);
4. Riabilitazione intensiva residenziale;
5. Ricoveri ordinari e di emergenza.

La maggior parte dei pazienti dovrebbe iniziare il percorso terapeutico al livello meno intensivo di cura (trattamento ambulatoriale) e accedere ai trattamenti più intensivi in caso di mancato miglioramento, secondo un modello a passi successivi. La **riabilitazione nutrizionale** dei disturbi dell'alimentazione, ad ogni livello di trattamento, si deve svolgere all'interno di un trattamento multidisciplinare integrato, sia per i trattamenti di tipo ambulatoriale sia per quelli intensivi di degenza parziale o totale, che prevede l'associazione del **trattamento psichiatrico/psicoterapeutico con quello nutrizionale**.

Durante il trattamento bisogna costantemente tenere conto del fatto che la malnutrizione e le sue complicanze, se presenti, contribuiscono a mantenere la psicopatologia del disturbo dell'alimentazione e ostacolano il trattamento psichiatrico/psicoterapico e, viceversa, se al recupero del peso e all'eliminazione della restrizione dietetica calorica non si associa un miglioramento della psicopatologia ci sono **alte probabilità di ricaduta**. L'équipe terapeutica multidisciplinare,

composta dalle seguenti figure professionali: medici (psichiatri/neuropsichiatri infantili, medici nutrizionisti, internisti, pediatri, endocrinologi), dietisti, psicologi-psicoterapeuti, infermieri, educatori professionali, tecnici della riabilitazione psichiatrica e fisioterapisti, può trovare modalità di intervento sia nell'organizzazione territoriale integrata sia in centri specializzati a seconda dei modelli organizzativi regionali.

Dal 2011 è stato istituito **Numero Verde Nazionale** con l'obiettivo di fornire informazioni e supporto alle persone che soffrono di tali disturbi e alle persone che stanno loro accanto, oltre che a instaurare un percorso di consapevolezza della malattia e motivazionale per intraprendere un percorso terapeutico (Numero Verde S.O.S. Disturbi Alimentari – 800.180.969).

Nella Regione Umbria è presente una Rete per i Disturbi Alimentari USL Umbria 1 che prevede tutti i diversi livelli di trattamento:

Centro DAI	Centro DCA Palazzo Francisci
Via Beato Giacomo Villa	Via Cesia O della Piana,65
06062 Città della Pieve (PG)	06059 Todi (PG)
Contatti	Contatti:
Tel: 0578290365	Tel: 075/8943302- Fax: 075/8943302
E-mail: centrodai@uslumbria1.it	E-mail: dcafrancisci@uslumbria1.it
Contatto telefonico: dom-sab ore 09:00-18:00	Contatto telefonico: dom-sab ore 08:00-18:00
Modalità di erogazione interventi	
Terapia ambulatoriale specialistica: Sì	
Terapia ambulatoriale intensiva o semiresidenziale: Sì	
Riabilitazione intensiva residenziale: Sì	
Posti letto Dedicati: No	
Centro Diurno DCA "Il Nido delle Rondini"	Ambulatorio DCA di Umbertide
Via Giacomo Matteotti,123	Via Camillo Benso Conte di Cavour
06059 Todi (PG)	06019 Umbertide (PG)
Contatti	Contatti
Tel: 0758858320/0758858324	Tel: 0758935317
Fax: 07596676411	
E-mail: nidodellerondini@uslumbria1.it	E-mail: dca.umbertide@uslumbria1.it
Contatto telefonico: lun-ven ore 08:30-18:00 sab ore 08:30-14:00	Contatto telefonico: lun-ven ore 08:00-18:00
Modalità di erogazione interventi	Modalità di erogazione interventi
Terapia ambulatoriale specialistica: Sì	Terapia ambulatoriale specialistica: Sì
Terapia ambulatoriale intensiva o semiresidenziale: Sì	Terapia ambulatoriale intensiva o semiresidenziale: Sì
Riabilitazione intensiva residenziale: No	Riabilitazione intensiva residenziale: No
Posti letto Dedicati: No	Posti letto Dedicati: Sì

Bibliografia:

- Gruppo Regionale Tecnico Multidisciplinare sui Disturbi del Comportamento Alimentare (a cura di) Linee guida regionali per la diagnosi ed il trattamento dei disturbi del comportamento alimentare, 2013, Perugia;
- Linee di indirizzo nazionali per la riabilitazione nutrizionale nei disturbi dell'alimentazione Quaderni del Ministero della salute n. 29 settembre 2017;
- Gandin C, Mastrobattista L, Minutillo A, Mortali C, Mortali G, Romano G, La Sala L e Pacifici R. Il progetto Manual "la MAppatura territoriale dei centri dedicati alla cura dei Disturbi della NUtrizione e dell'Alimentazione, in supporto alle Azioni Centrali del Ministero della Salute". Not Ist Super Sanità 2020;33(1):11-14;
- Mastrobattista L., Pacifici R. Guida ai servizi Territoriali per la cura dei Disturbi della nutrizione e dell'alimentazione ISS Dicembre 2021;

Sitografia:

- <https://www.salute.gov.it/portale/saluteMentale/menuContenutoSaluteMentale.jsp?lingua=italiano&area=salute%20mentale&menu=DNA>;
- <https://www.epicentro.iss.it/coronavirus/sars-cov-2-dipendenze-disturbi-alimentazione>;