

## #FUORICLASSE

SANITÀ



La Giornata del 15 marzo

Il fiocco lilla per dire: «Si può guarire»

Il 15 marzo si è celebrata la "Giornata nazionale del Focchetto Lilla, dedicata ai disturbi del comportamento alimentare". Questi disturbi, in particolare l'anoressia, la bulimia nervosa e il disturbo da alimentazione incontrollata, sono un problema di sanità pubblica e oggetto di attenzione sanitaria e sociale per la loro diffusione, per l'esordio sempre più precoce tra le fasce più giovani (anche nei bambini di 8-9 anni) e per l'eziologia multifattoriale complessa. Il Focchetto Lilla è il simbolo delle storie di coloro che hanno vissuto queste malattie e, dopo essere a lungo rimasti nell'isolamento e nel silenzio, si uniscono per dar voce a un coro: dai disturbi del comportamento alimentare si può guarire.

# «Disturbi alimentari, fatevi aiutare Sono soprattutto tra le ragazze»

La psicoterapeuta dell'Ausl Paola Miele è tra le maggiori esperte

**D**ottoressa Miele, può presentarsi brevemente? Qual è la sua qualifica? Da quanto tempo lavora in questo settore e di preciso di cosa si occupa?

«Mi chiamo Paola Miele, sono psicologa e psicoterapeuta; lavoro da una decina di anni ma sono parte dell'Unità Operativa di Neuropsichiatria dell'Infanzia e dell'Adolescenza dell'Ausl di Ferrara (Uonpia) dal 2020 e dal 2021 dedico parte del mio monte ore alle pazienti con disturbo alimentare. Svolgo attività di sostegno psicologico e percorsi di psicoterapia e per i casi complessi svolgo il ruolo di case manager, ossia di coordinamento tra professionisti del territorio, familiari e strutture di ricovero quando necessario».

**Indicativamente, quanti pazienti del territorio segue? Pensa che gli operatori siano sufficienti a supportare le richieste?**

«Io personalmente seguo una decina di ragazze, ma nell'Unità Operativa e nei diversi distretti territoriali ci sono varie colleghe che seguono ragazze/i con disturbi alimentari. Negli ultimi mesi, proprio in risposta alla crescente richiesta d'aiuto, sono arrivate nuove risorse dedicate esclusivamente a persone che soffrono di disturbo alimentare e ai loro genitori. Certamente sarebbe auspicabile avere ancor più risorse e migliorare il servizio offerto. Va comunque considerato che ogni paziente è in carico a un'équipe multidisciplinare di cui fa parte uno o più psicologi (nel caso in cui minore e genitori vengono seguiti separatamente), il neuropsichiatra infantile, il dietista e laddove utile con un educatore».

**Negli ultimi anni ha notato un incremento di pazienti affetti da disturbi alimentari? Se sì, circa quanto in percentuale?**

«Dal 2018 ad oggi i casi in carico al servizio Uonpia con problematiche di disturbi della nutrizione sono aumentati del 122%. Nessun'altra patologia è aumentata tanto».

**Generalmente da cosa derivano questi disturbi?**

«Tanti fattori possono influire sullo sviluppo di un disturbo alimentare: di tipo biologico, come la familiarità o la genetica, di tipo psicologico come la tendenza al perfezionismo, di tipo sociale, come vivere esperienze di bullismo a motivo delle forme del corpo. Ci sono dei momenti delicati nello sviluppo nei quali il corpo cambia e molti ragazzi e ragazze fanno fatica a riconoscerne la loro bellezza unica».

**Pensa che l'aumento di pazienti potrebbe essere legato alla pandemia?**

«Le misure restrittive e di contenimento hanno comportato un aumento degli esordi di alcuni disturbi, tra cui quelli alimentari. Durante la pandemia tutti noi ci siamo trovati a dover modificare le nostre abitudini; la Dad, l'isolamento sociale, il clima angosciante hanno rappresentato degli elementi di stress importanti. Nel rispetto delle regole del distanziamento sociale ci siamo allontanati dai nostri pari e abbiamo trascorso molto più tempo in casa, in famiglia e sui social. Proprio attraverso i social, siamo stati tutti esposti a messaggi che in quel periodo promuovevano un "sano stile di vita", "mangiare sano" e fare attività fisica e che talvolta portavano ad un'eccessiva focalizzazione sulla forma del corpo e su modelli estetici difficilmente raggiungibili. Messaggi che in certe situazioni di vulnerabilità possono aver contribuito all'espressione e/o al mantenimento di un disturbo alimentare. Bisogna anche dire che, se da un lato il lockdown può essere visto come un

evento stressante che può aver rappresentato un fattore scatenante per i disturbi alimentari, da un altro ha consentito a genitori e familiari di notare dinamiche anomale e i primi segnali di disagio nei propri figli e richiede tempestivamente aiuto».

**Pensa che i social siano il fattore maggiormente influente sullo scatenamento di questi disturbi?**

«Negli ultimi anni l'utilizzo dei social è diventato sempre più diffuso e sempre più precoce. Internet è anche un mare nel quale si insidiano numerosi pericoli. I social che si stanno affermando sempre più tra i giovani come Tik Tok e Instagram enfatizzano molto l'immagine, favoriscono l'esibizionismo, la competizione a suon di "like" con immagini rese sempre più distanti dalla realtà attraverso l'uso e l'abuso dei filtri. Non credo si possa generalizzare rispetto al ruolo dei social quale fattore maggiormente influente sull'arrivo dei disturbi alimentari, sicuramente in alcuni casi si rende tale o risulta essere un fattore di mantenimento del disturbo ma ogni persona ha la sua storia».

**Sa se è previsto un reparto specifico in ospedale? Se sì, all'interno di quale settore?**

«Un reparto specializzato è presente a Bologna all'ospedale Sant'Orsola e risponde ai bisogni di tutta la regione. A Cona nel reparto di Pediatria si può trovare aiuto per tutti i problemi di salute che richiedono un intervento urgente».

**Può spiegare brevemente in cosa consiste un percorso riabilitativo?**

«Una prima fase è finalizzata alla valutazione diagnostica mediante visita neuropsichiatrica infantile, colloqui psicologici con i genitori e con il/la ragazzo/a. Si usano anche alcuni test. Successivamente viene stilato

un progetto di cura che prevede l'attivazione del percorso con lo psicologo per il paziente e per la famiglia, con il medico neuropsichiatra infantile, con il dietista e momenti di confronto e condivisione tra operatori e con la famiglia. Lo scopo del trattamento è riportare il cibo al suo posto come "carburante" per l'organismo ed elemento di socializzazione e convivialità».

**Se lei si occupa di minori, qual è il target principale (genere, fascia d'età, ecc.) e solitamente qual è l'atteggiamento nei confronti della terapia?**

«Per quanto riguarda i minori, c'è una quasi totalità delle richieste da parte di soggetti di genere femminile, mentre i maschi rappresentano una percentuale molto bassa. L'età tipica di insorgenza dei disturbi è l'adolescenza, intorno ai 16 anni ma negli ultimi anni si sta assistendo ad un progressivo abbassamento per cui giungono al nostro servizio preadolescenti. Generalmente la richiesta arriva da parte dei genitori dei minori che molto spesso non sono motivati al trattamento e si sento obbligati a farlo».

**Come i familiari possono supportare la guarigione?**

«I genitori rappresentano una risorsa importantissima; spesso sono proprio i genitori a cogliere i segnali del disturbo e a chiedere aiuto. Sono i primi osservatori dei propri figli con cui trascorrono molto tempo per cui i loro feedback sono fondamentali per me e il lavoro che svolgo con i miei giovani pazienti. Inoltre, hanno un ruolo privilegiato nel sostenere i propri figli nel percorso di guarigione, per cui per me è fondamentale lavorare insieme ai genitori; remare nella stessa direzione».

**Esistono da voi delle associazioni che sostengono emotivamente i familiari o è un servizio**



Nessuna altra patologia ha avuto un'impennata come quella legata al cibo



Non colpevolizzo i social network e neppure il Covid ma sono parte del quadro



I genitori sono dei validi alleati per le equipe La prima richiesta di aiuto arriva da lì

**aparte?**

«All'interno del Servizio è prevista la possibilità di attivare un percorso di sostegno psicologico per i genitori dei pazienti con disturbi alimentari. Per quanto riguarda la realtà associative, sul territorio di Ferrara stanno nascendo gruppi con i quali si stanno creando interessanti scambi e con cui magari sarà possibile far fronte comune verso uno stesso obiettivo. Prossimamente è prevista una giornata di sensibilizzazione sul tema, organizzata dall'Associazione Kairos, in occasione della giornata nazionale "Focchetto Lilla" istituita nella giornata del 15 marzo presso la sala dell'Imbarcadero del Castello estense».

**Su cosa si può puntare per migliorare questi problemi?**

«Io punterei ad interventi di prevenzione finalizzati a favorire lo sviluppo di una sana autostima nei nostri bambini e ragazzi, interventi finalizzati a migliorare la capacità di riconoscere e gestire le proprie emozioni, a migliorare le capacità relazionali, interventi mirati a migliorare le abilità di coping (sapersela cavare nelle difficoltà), progetti educativi sull'utilizzo del web e dei social e di prevenzione di bullismo e cyberbullismo, oltre ad interventi di educazione e promozione di un sano stile di vita».

**Come pensa che evolverà il disturbo in futuro?**

«Non so come evolverà il disturbo, mi auguro che ci sia un viraggio di tendenza. Mi auguro che in futuro i nostri giovani si sentano meno investiti da aspettative sociali, che ci sia un clima di maggiore accettazione e rispetto in generale».

Anastasia Milan  
Eleonora Zanardi  
Angel Pelizzari  
Sara Atti  
Lucia Brahashyna