



DIREZIONE POLITICHE DELLA SALUTE
Attività Ispettiva-Controllo Qualità

Campagna informativa
sui disturbi alimentari

NON PARLIAMO DI CIBO. PARLIAMO DI TE.

**I disturbi alimentari rivelano disagi psicologici.
Chiedi aiuto nei centri della tua Asl.**



Abruzzo Sanità: il nostro impegno per la tua salute.

Cari cittadini, è con orgoglio che vi presento la sesta di dieci Campagne di Comunicazione sanitaria che la Regione Abruzzo ha predisposto, insieme alle quattro ASL provinciali.

Si tratta di un percorso che si snoda attraverso diversi temi legati alla nostra salute, e che mira a sensibilizzare i cittadini sulle possibilità di prevenzione e di cura delle più importanti patologie, ma anche ad informare sulle strutture e sui servizi sanitari abruzzesi, che offrono tutti cure all'altezza, professionisti preparati e tecnologie moderne. Il nostro impegno per garantire prestazioni di sempre maggiore qualità, passa anche da una costante e approfondita Comunicazione Istituzionale che, non solo mette in grado gli utenti di scegliere con maggiore competenza e consapevolezza come gestire la propria salute, ma consente anche agli operatori sanitari un continuo confronto, utile a creare tra loro nuovi legami e nuove opportunità di collaborazione, sempre utili a migliorare la qualità dei servizi per i nostri cittadini.

Ringrazio tutti coloro che hanno permesso la realizzazione di questo progetto ambizioso; la Sanità abruzzese si dimostra sempre più capace di affrontare e gestire gli importanti cambiamenti di cui è stata oggetto, grazie anche alla fondamentale cultura del servizio che anima da sempre gli operatori sanitari.



Il Presidente della Regione Abruzzo
Gianni Chiodi

Cosa sono i disturbi del comportamento alimentare?

Con il termine *Disturbi del Comportamento Alimentare (DCA)* si fa abitualmente riferimento ad un disturbo o disagio caratterizzato da un alterato rapporto con il cibo e con il proprio corpo. In questi disturbi, l'alimentazione può assumere caratteristiche anche ossessive e ritualistiche, tali da compromettere la possibilità di consumare un pasto in modo "regolare" e da mantenere normali attitudini verso il cibo. Tutto ciò compromette il benessere psico-fisico della persona.

Chi colpiscono?

Con più frequenza le giovani donne, ma si verificano anche in età infantile e adolescenziale. Nella nostra società circa il 5-6% della popolazione femminile, in età compresa tra i 12 e i 25 anni, soffre di un alterato e patologico rapporto con l'alimentazione e il corpo. Tale percentuale può salire al 10% se consideriamo anche i disturbi parziali, cioè quelle situazio-

ni non ancora francamente patologiche ma che possono rappresentare un campanello d'allarme per la possibile evoluzione nella malattia.

Caratteristiche

Paura di ingrassare

Continue diete dimagranti

Pensiero costantemente rivolto al cibo

Basso livello di autostima

Isolamento sociale

Negazione del problema

Disturbi del tono dell'umore ed ansia

I principali tipi di disturbi sono:

- **Anoressia nervosa**
- **Bulimia**
- **Alimentazione incontrollata**
- **Obesità**



L'OBESITÀ colpisce oltre il 30% della popolazione italiana ed è caratterizzata da un aumento del peso di almeno il 20% rispetto a quello ideale, con accumulo del grasso corporeo in eccesso. Il calcolo dell'Indice di Massa Corporea (IMC), che è il rapporto tra i Kg e l'altezza di un individuo, consente di definire il grado di obesità. Esso si calcola dividendo il peso corporeo in Kg per il quadrato dell'altezza.

Esempio: Peso Kg 55 Altezza M 1,60
 $55: (1,60 \times 1,60) = 55: 2,56 = \text{IMC } 21,48$
IMC nella norma è compreso tra 18,5 e 24,9
IMC inferiore a 18,5 indica sottopeso
IMC compreso tra 25 e 29,9 indica sovrappeso
IMC superiore a 30 indica obesità

Le forme di obesità si distinguono anche in base alla localizzazione del grasso:

- Obesità addominale con accumulo di grasso prevalentemente a livello addominale (forma a mela), associata a diabete, dislipidemia e malattie cardiovascolari.
- Obesità periferica con accumulo del grasso a livello sottocutaneo (forma a pera) quali glutei, anche, cosce, sottomelicale.

Frequentemente l'obesità è sostenuta da un disturbo del comportamento alimentare, come la Bulimia o il Disturbo da alimentazione incontrollata.

L'anoressia nervosa è tra le forme di DCA la patologia con mortalità più elevata. Le persone che ne soffrono sono terrorizzate dall'idea di diventare grasse, nonostante siano assolutamente sottopeso; hanno una percezione distorta della propria immagine, con bassi livelli di autostima.

Si sottopongono a diete estreme, si procurano il vomito, fanno attività fisica molto intensa e ricorrono anche all'uso di purghe e diuretici. Negano di trovarsi in condizione di pericolo per la propria salute, si isolano dalla società e presentano disturbi dell'umore ed ansia.

Hanno un peso molto basso, al di sotto del 15% rispetto a quello ottimale o un indice di massa corporea inferiore a 17,5 Kg/m².





La bulimia è caratterizzata da assunzione in breve tempo di grandi quantità di cibo, sensazione di perdere il controllo sul cibo, seguita da un forte senso di colpa, comportamenti atti a compensare le precedenti abbuffate e quindi evitare l'incremento ponderale, tra cui: vomito autoindotto, utilizzo di lassativi e diuretici, attività fisica eccessiva. Può esserci eventuale presenza di sovrappeso e/o obesità.

L'alimentazione incontrollata presenta caratteristiche simili alla bulimia, ma a differenza di questa, non sono presenti atteggiamenti di compenso, quali il vomito autoindotto, l'uso di

diuretici o lassativi

Le cause dei disturbi dei comportamenti alimentari non sono ben definite ed univoche, ma sono multifattoriali, cioè comprendono più fattori sia psicologici che biologici.

Tuttavia, si possono individuare alcuni fattori di rischio che aumentano la possibilità di ammalarsi di tali malattie, quali:

eventi traumatici, malattie croniche dell'infanzia, appartenenza a gruppi sociali dove è maggiore la pressione socio-culturale verso la magrezza come ad es. modelle, ginnaste, ecc., familiarità dei disturbi, insoddisfazione dell'immagine corporea, scarsa autostima, stati emotivi negativi.

Le conseguenze sulla salute

L'Anoressia, nel lungo termine può portare a: amenorrea (assenza di mestruazioni), alterazioni ormonali, problemi di fertilità, problemi cardiaci, osteoporosi, anemia, squilibrio elettrolitico, depressione e comportamento autolesionistico.

La Bulimia può essere causa di: problemi a denti e gengive, ritenzione idrica, gastriti acute, problemi all'esofago, riduzione dei livelli di potassio, irregolarità del ciclo mestruale.

L'Obesità è quasi sempre correlata ad altre malattie, quali:
problemi cardiocircolatori, diabete di tipo2, problemi osteo-articolari, ictus, apnea notturna, alcuni tipi di tumori.

Il trattamento consiste in interventi mirati attraverso un percorso assistenziale diagnostico e terapeutico multidimensionale, che prevede l'intervento di diverse figure professionali (medici internisti, nutrizionisti, psichiatri, dietisti, psicologi, psicoterapeuti, infermieri) capaci di seguire il paziente in ogni fase del trattamento in modo continuativo.

I DCA vanno gestiti (in relazione alla patologia ed alla gravità psichiatrica e/o clinica) in SETTING differenti:

- Ambulatorio
- Ricovero in Day Hospital(DH)
- Ricovero ordinario.



A chi rivolgersi

Nella nostra Regione ci sono strutture specializzate per il trattamento di tali patologie, che hanno dei percorsi assistenziali che prevedono:

- Visita medica con valutazione nutrizionale
- Valutazione delle abitudini alimentari e dell'atteggiamento verso il cibo
- Valutazione psicologica e psicodiagnostica
- Visita psichiatrica
- Riabilitazione nutrizionale
- Counseling nutrizionale
- Psicoterapia individuale e familiare
- Incontri psicoeducazionali, a livello individuale e di gruppo

Strutture specialistiche ospedaliere in Abruzzo.

SI PUO' ACCEDERE AGLI AMBULATORI PRENOTANDO AL CUP:

ASL1 AVEZZANO SULMONA L'AQUILA
N. VERDE 800 862 862

ASL2 LANCIANO VASTO CHIETI
N. VERDE 800 324 632

ASL3 PESCARA
TEL 085/4253232

ASL4 TERAMO
TEL 0861/429222/223

Elenco strutture specialistiche

ASL1 AVEZZANO SULMONA L'AQUILA

**AVEZZANO, OSPEDALE SS. FILIPPO E NICOLA,
VIA G. DI VITTORIO**
**CENTRO DI AUXOLOGIA E OBESITA' DELL'ETA'
EVOLUTIVA (0-18 ANNI)- C/O PEDIATRIA**

Ambulatorio: tel 0863/499720
Email: agualtieri@asl1abruzzo.it

**L'AQUILA, OSPEDALE S.SALVATORE, LOCALITA'
COPPITO,**
VIA L. NATALI – EDIFICIO L4/INGRESSO C
**DAY HOSPITAL PSICHIATRICO – C/O CLINICA
PSICHIATRICA (SOLO PER OBESITA' E BULIMIA)**

Segreteria: Tel 0862/368252
Ambulatorio: Tel 0862/368645
Ricovero: Tel 0862/368502

ASL2 LANCIANO VASTO CHIETI

**CHIETI, OSPEDALE SS. ANNUNZIATA, VIA DEI
VESTINI**
CENTRO OBESITA' – C/O U.O. DI CLINICA MEDICA:

Tel 0871/358976
Ambulatorio: Tel 0871/358976
Reperto: Tel 0871/358056
Fax 0871/551562

**SERVIZIO DI AUXOLOGIA ED ENDOCRINOLOGIA
PEDIATRICA- C/O U.O. DI PEDIATRIA**
Ambulatorio: Tel 0871/358827
Reperto: Tel 0871/358021
Fax 0871/574831



ASL3 PESCARA

POPOLI, OSPEDALE SS. TRINITA' - VIA SAFFI 18
U.O. DI MEDICINA INTERNA
SERVIZIO MALATTIE DISMETABOLICHE
E RIABILITAZIONE NUTRIZIONALE

Ambulatorio di Popoli: Tel 085/9898350
 Fax 085/9898364

Ambulatorio di Pescara: c/o Ospedale
S.Spirito, Via Fonte Romana, 8° piano-
ala nord: Tel/Fax 085/4252362

Reparto di Popoli: Tel 085/9898348

ASL4 TERAMO

ATRI, OSPEDALE SAN LIBERATORE – VIA FINOCCHI
CENTRO DI AUXOLOGIA E NUTRIZIONE PEDIATRICA:
 Tel 085.8707316

GIULIANOVA, OSPEDALE MARIA SS. DELLO SPLEN-
DORE – VIA GRAMSCI
CENTRO DI FISIOPATOLOGIA DELLA NUTRIZIONE:
 Tel 085/8020399/482

Ambulatorio: Via Ospizio Marino
 Tel 085/8020845/848



www.regione.abruzzo.it