



**INDAGINE CONOSCITIVA DI NATURA PSICOLOGICA
SUI DISTURBI DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE
E L'ATTUALE PANDEMIA COVID 19:
il punto di vista di ragazzi, giovani adulti e professionisti.**

Tirocinio Post-Laurea
Marzo-Settembre 2021

Dott.ssa Daniela Luzi (Psicologa in formazione)
Dott.ssa Stefania Lanaro (Psicomotricista e Psicologa Tutor)
Dott.ssa Maria Grazia Giannini
(Counselor e Presidente de 'Il Bucaneve' ODV)



PREMESSA

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), la pandemia COVID-19 sta mettendo a dura prova il benessere psicologico e la salute mentale della popolazione. Il vissuto dei cittadini, che hanno seguito le regole dettate dalla gestione emergenziale, si collega all'isolamento sociale, alla paura per il contagio, al forte senso di incertezza, al dolore per la perdita di persone care ma anche alla relativa preoccupazione per la perdita del lavoro e relativa crisi economica. Soggetti particolarmente vulnerabili agli effetti della minaccia diffusa sono stati i ragazzi adolescenti e giovani adulti per i quali la 'Quarantena' ed il distanziamento sociale hanno acuito problematiche di natura psicologica ed in particolare i disturbi alimentari con un forte impatto emotivo.¹ Si stima un aumento di casi di DCA > al 30% nel mondo.

Notoriamente le crisi globali generano reazioni traumatiche patologiche e in un recente articolo riportato dall'AIDAP (Associazione Italiana per il Disturbi del Comportamento Alimentare) le persone con disturbi dell'alimentazione hanno un alto rischio di ricaduta o peggioramento della gravità del loro disturbo, sia per la paura di infezione e l'effetto della quarantena, sia per la carenza di adeguati trattamenti psicologici e psichiatrici che inevitabilmente sono associati ad una malattia pandemica. I timori di infezione tendono ad aumentare la sensazione di non avere il controllo che, nelle persone con disturbi dell'alimentazione, è spesso gestita con un aumento della restrizione alimentare o altri comportamenti estremi di controllo del peso o con episodi di abbuffata e d'altra parte, la quarantena, creando la separazione e la limitazione del movimento, può contribuire al mantenimento della psicopatologia del disturbo dell'alimentazione attraverso diversi meccanismi.

Per esempio:

¹Humanitas Medical Care: Covid-19, attenzione anche alla dimensione psicologica; Pubblicato il Gennaio 26, 2021

-
- La limitata possibilità di camminare ed esercitarsi può aumentare la paura dell'aumento di peso che viene, di solito, affrontata accentuando la restrizione dietetica.
 - L'esposizione a elevate scorte alimentari a casa può essere un potente fattore scatenante gli episodi di abbuffata, in quelli con questa espressione comportamentale del disturbo dell'alimentazione.
 - La forzata e prolungata convivenza con i familiari può innescare o accentuare le difficoltà interpersonali che possono contribuire al mantenimento della psicopatologia del disturbo dell'alimentazione.
 - L'isolamento a casa può aumentare l'isolamento sociale, una caratteristica comunemente associata ai disturbi dell'alimentazione e creare un ostacolo importante al miglioramento del funzionamento interpersonale: un obiettivo chiave per ridurre l'eccessiva valutazione del peso, della forma e del loro controllo. Inoltre, l'isolamento a casa non consente di affrontare alcune importanti espressioni che mantengono la psicopatologia dei disturbi dell'alimentazione (ad esempio, l'evitamento dell'alimentazione sociale e dell'esposizione del corpo).

Nelle persone con disturbi dell'alimentazione e altre comorbidità psichiatriche (ad esempio, depressione clinica, disturbi d'ansia, disturbo ossessivo compulsivo, disturbo da stress post-traumatico e disturbo da uso di sostanze) la ruminazione, la preoccupazione e l'ansia innescate dalla pandemia di COVID-19 possono accentuare la gravità della condizione di comorbidità, che spesso interagisce negativamente con la psicopatologia del disturbo dell'alimentazione. Infine, le persone sottopeso con un disturbo dell'alimentazione sono a maggior rischio di complicanze mediche associate

alla malnutrizione e, sebbene non disponiamo di dati, potrebbero essere esposte ad un rischio fisico più elevato, in caso di COVID-19.²

Di seguito si riporta una recente e aggiornata Classificazione dei Disturbi del Comportamento Alimentare:

DISTURBI ALIMENTARI

Anoressia Nervosa (restrittiva/purging)

Bulimia nervosa

DAI

EDNOS (Eating Disorder Not Otherwise Specified)

² Coronavirus Disease 2019 and Eating Disorders - What do people with eating disorders have to address during the pandemic? *Psychology Today* Posted Mar 21th, 2020. **Traduzione italiana di:** Dalle Grave, R (2020). <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/eating-disorders-the-facts/202003/coronavirus-disease-2019-covid-19-and-eating-disorders>

Sindrome “mastica e sputa”

Pica

Night Eating Syndrome

Drunkoressia

Vigoressia

Ortoressia



L’origine e il decorso dei DCA sono determinati da una pluralità di variabili (eziologia multifattoriale), nessuna delle quali, da sola, è in grado di scatenare la malattia o influenzarne il corso e l’esito. Una loro piena comprensione deve tenere in considerazione fattori psicologici, evolutivi e biologici. Non è ancora ben noto il ruolo di alcune condizioni antecedenti presenti fin dalla nascita o dall’infanzia, come ad esempio la vulnerabilità genetica, l’ambiente familiare e le esperienze traumatiche. In molti casi alcune caratteristiche individuali, quali il perfezionismo, la bassa autostima, la regolazione delle emozioni, l’ascetismo e le paure legate alla maturità psicologica, precedono l’esordio dei DCA. Sicuramente i fattori socio-culturali sono implicati nel favorire lo sviluppo di questi disturbi e in particolare per il ruolo esercitato dalla nostra cultura che associa la magrezza alla bellezza e al valore personale.

Se è vero che ogni epoca ha la sua malattia, non c'è dubbio che i Disturbi del Comportamento Alimentare si prestano a rappresentare in modo straordinario quella che stiamo vivendo, connessi come sono all'immagine corporea, al significato del cibo, all'ossessione per l'apparire.

L'attenzione estrema all'immagine corporea, il culto della magrezza non sono "la causa" dei disturbi alimentari. La loro funzione sembra soprattutto quella di suggerire la strada attraverso la quale un malessere più profondo, grave, strutturale si esprime e cerca una sua risoluzione.

L'aumentata prevalenza di pazienti con disturbi dell'alimentazione probabilmente rappresenta una popolazione di individui vulnerabili che, in altri tempi, avrebbero sviluppato forme diverse di patologie nevrotiche o depressive, probabilmente stati isterici o ansiosi.

Laura Dalla Ragione In questo senso usa la parola patoplasticità: il disturbo "plastico", adattabile, flessibile ai decorsi storici. Fattori patoplastici sono tutti quelli che concorrono ad abbozzare la fenomenologia del malessere, senza tuttavia determinarlo; essi esercitano, diversamente dai fattori causali un'azione predisponente, modellante e formativa. Nell'Anoressia, ad esempio, c'è un'evidenza a favore di fattori facilitanti, quali possono essere variabili di debolezza e di vulnerabilità personale, e influenze socioculturali che giocherebbero un ruolo importante nel modellare la forma della malattia e i contenuti delle preoccupazioni delle pazienti.³

³ I DISTURBI DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE: UN'EPIDEMIA DELLA MODERNITA' di Laura Dalla Ragione - IL CORAGGIO DI GUARDARE ATTI DEL SEMINARIO I Giorni Dispari - The Odd Days - Ripensare la prevenzione nei Disturbi del Comportamento Alimentare Todi, 16-17 ottobre 2009 Revisione editoriale e stampa a cura dell'Istituto Superiore di Sanità nell'ambito del Progetto Salute e Benessere dei Giovani, finanziato con il Fondo per le Politiche Giovanili - Anno 2010

Tutti i disturbi dell'alimentazione sono più frequenti nella popolazione femminile che in quella maschile: negli studi condotti su popolazioni cliniche, gli uomini rappresentano il 5-10% di tutti i casi di anoressia nervosa, il 10-15% dei casi di bulimia nervosa.

L'incidenza dell'anoressia nervosa è di almeno 8-9 nuovi casi per 100mila persone in un anno tra le donne, mentre per gli uomini è compresa fra 0,02 e 1,4 nuovi casi.

Per quanto riguarda la bulimia nervosa ogni anno si registrano 12 nuovi casi per 100mila persone tra le donne e circa 0,8 nuovi casi per 100.000 persone in un anno tra gli uomini.

Nell'anoressia nervosa, il tasso di remissione è del 20-30% dopo 2-4 anni dall'esordio, 70-80% dopo 8 o più anni.

Nel 10-20% dei casi si sviluppa una condizione cronica che persiste per l'intera vita.

(Ministero della Salute)



Nelle persone con disturbi alimentari e altre condizioni concomitanti, come depressione, ansia, disturbo ossessivo-compulsivo, disturbo post-traumatico e disturbo da uso di sostanze, la preoccupazione e l'ansia innescate dalla pandemia COVID-19 possono accentuare la gravità della condizione di comorbidità che spesso interagisce negativamente con la psicopatologia del disturbo alimentare. Su questo presupposto, l'OMS invita i Governi ad affrontare con urgenza il problema, potenziando le azioni specifiche di assistenza sul territorio ma anche i progetti di prevenzione.

Sulla base delle suddette informazioni e delle esperienze de 'Il Bucaneve' ODV che aiuta i giovani affetti da DCA e le loro famiglie sul territorio Umbro, abbiamo pensato di realizzare due diversi questionari da sottoporre nell'arco di 3 mesi (Marzo-Giugno 2021) ad adolescenti e giovani adulti e professionisti della salute mentale.

L'obiettivo è quello di verificare le conseguenze della Pandemia e dell'isolamento sociale sui giovani, dal loro punto di vista e da quello di professionisti coinvolti nelle cure. I dati raccolti vorrebbero essere utilizzati per capire quali soluzioni di aiuto e di supporto potrebbero essere implementate sul Territorio per i DCA.

Il Questionario per i ragazzi e giovani adulti, realizzato con Google Moduli e somministrato in forma assolutamente anonima, si presentava con la seguente premessa e progettazione grafica e interattiva ed ha ricevuto risposte da un totale di 154 partecipanti:



Indagine conoscitiva su PANDEMIA DA COVID 19 ed impatto psicologico e sociale

Benvenuto al questionario «**La Pandemia da COVID 19 ed impatto psicologico e sociale**». Questa indagine conoscitiva ha l'obiettivo di approfondire le conseguenze del distanziamento sociale durante la 'Quarantena' nell'attuale Pandemia da Virus Sars-Cov-2 sulla nostra vita e per i prossimi anni.

Lo scopo è di raccogliere informazioni importanti, che resteranno anonime, nel pieno rispetto delle leggi sulla privacy e che aiuteranno a organizzare percorsi e progetti di aiuto in modo più adeguato ai desideri e alle aspettative della popolazione giovanile. Ti invito quindi a rispondere con sincerità e completezza alle seguenti domande. Il questionario è realizzato con Google moduli e richiederà circa 10 minuti di tempo per la compilazione. L'indagine è condotta dalla *Dott.ssa Daniela Luzi* (Psicologa in formazione post-Laurea) con la supervisione della *Dott.ssa Stefania Lanaro* (Psicologa e Psicomotricista) e della *Dott.ssa Maria Grazia Giannini* (Counselor e Presidente dell'Associazione 'Il Bucaneve'). Grazie per la collaborazione.

Clicca per iniziare

In collaborazione con l'Associazione Onlus Il Bucaneve odv.

www.assilbucaneve.it
Associazione Onlus sui Disturbi del Comportamento Alimentare
800180969

Il Bucaneve Associazione di Volontariato
Consult@noi

ACCOGLIAMO | ASCOLTIAMO | INDIRIZZIAMO ALLA CURA
ilbucaneveass@gmail.com 339 694 4247

Per i Professionisti il questionario aveva la seguente presentazione ed ha coinvolto 41 partecipanti:



Le Professioni psicologiche, i DCA e la Pandemia COVID19

Indagine conoscitiva sui Disturbi del Comportamento Alimentare dal punto di vista dei Professionisti che si occupano e studiano questo gruppo di patologie, nell'attuale contesto sociale pandemico. L'indagine è condotta dalla Dott.ssa Daniela Luzi (Psicologa in formazione post-Laurea) con la supervisione della Dott.ssa Stefania Lanaro (Psicologa, Fisioterapista e Psicomotricista) e della Dott.ssa Maria Grazia Giannini (Counselor e Presidente dell'Associazione 'Il Bucaneve'). La invitiamo a partecipare al Questionario. Grazie.

Clicca per il Questionario

www.assilbucaneve.it
Associazione Onlus sui Disturbi del Comportamento Alimentare
Numero Verde 800 180969



Il Bucaneve
Associazione di Volontariato
Consult@noi

ACCOGLIAMO | ASCOLTIAMO | INDIRIZZIAMO ALLA CURA
ilbucaneveass@gmail.com 339 694 4247



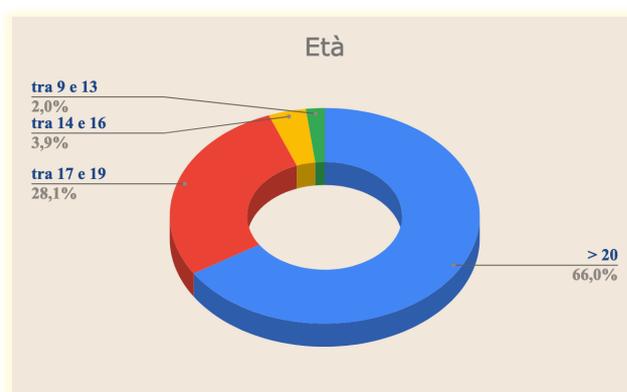
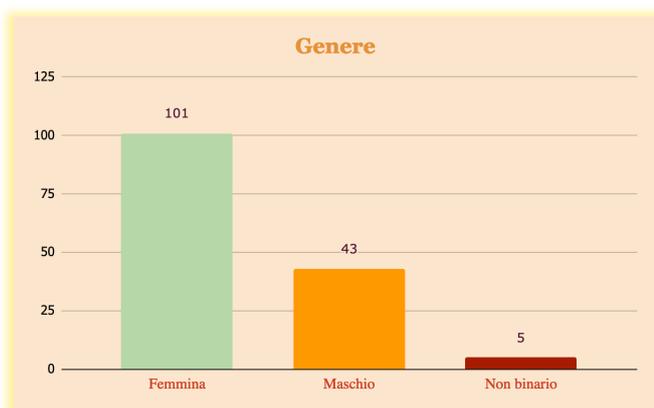
QUESTIONARIO PER RAGAZZI E GIOVANI ADULTI

Di seguito sono riportati i risultati ottenuti per il questionario somministrato a ragazzi e giovani adulti.

L'indagine ha riguardato il ruolo che hanno svolto i Social Network durante la 'Quarantena', il ruolo della famiglia e della scuola, gli eventuali cambiamenti di stile di

vita, le aspettative e le richieste da parte del mondo giovanile, le relative ricadute e gli effetti sui DCA.

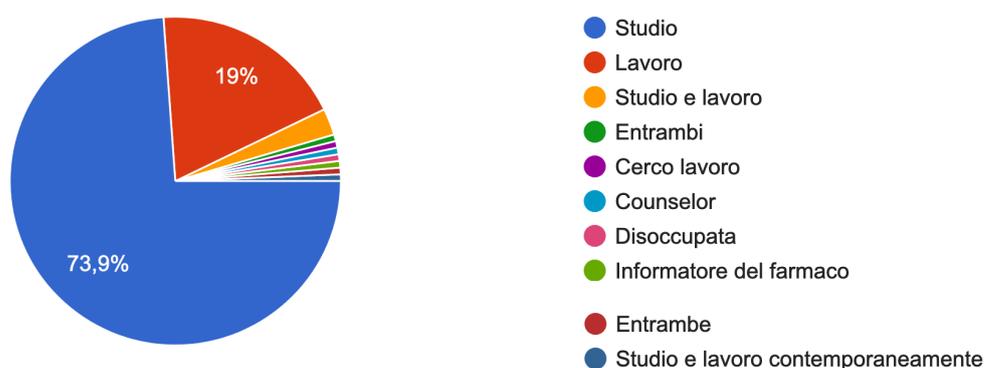
In Primis si evidenzia il Genere e l'Età dei partecipanti, dove il sesso femminile prevale e l'età dei partecipanti è risultata in maggior numero tra 17 e 19 anni (28,1%) e sopra i 20 anni (66%):



Tra l'attività studio e/o lavoro svolta si evidenzia una netta prevalenza (113 partecipanti) dell'attività di studio:

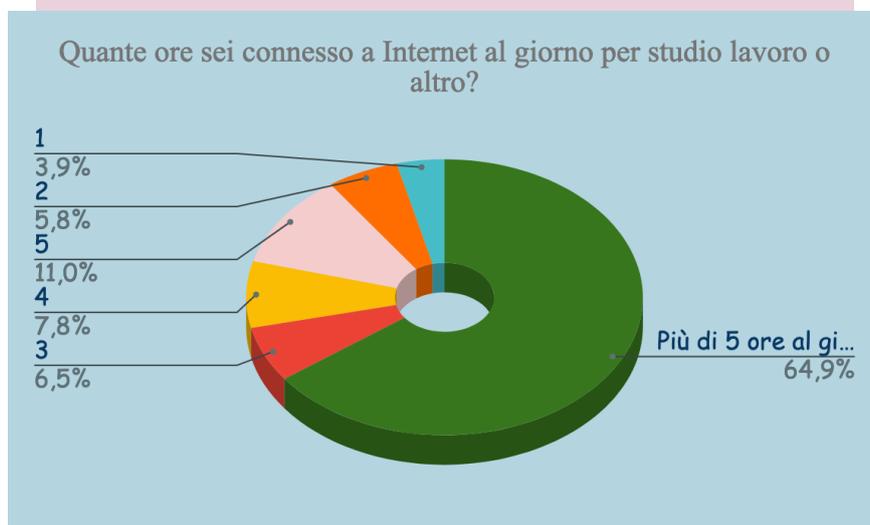
Che attività svolgi ?

153 risposte



Analizzando il ruolo dei Social Network, intesi in senso ampio, compresi tutti i canali di comunicazione (social media) e scambio (community) che sono largamente utilizzati da ragazzi e giovani ma non solo, emerge un utilizzo di Internet nel 64,9% dei partecipanti superiore alle 5 ore al giorno. Viene sostanzialmente considerata in modo positivo la possibilità di essere connessi in Rete e quindi è stata valutata un aiuto nel corso della

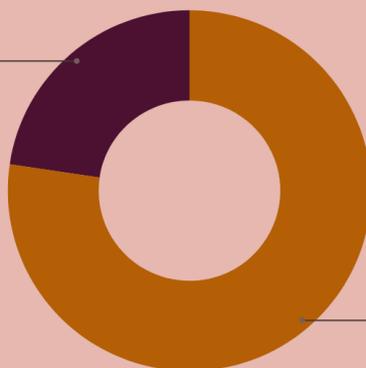
Pandemia (56,9%), ma nel 39,2% e 3,9% anche di disagio e vissuta con una connotazione negativa.



La famiglia in particolare è stata considerata un aiuto nell'affrontare i disagi dell'isolamento ma per un 40% dei ragazzi anche un peso o un ostacolo. Sicuramente l'obbligo di convivenza forzata con molti membri della famiglia e l'uso contemporaneo dei mezzi informatici ha contribuito a creare conflitti.

La famiglia è stata più spesso un importante elemento di aiuto e sostegno o più spesso un ostacolo ed un peso ?

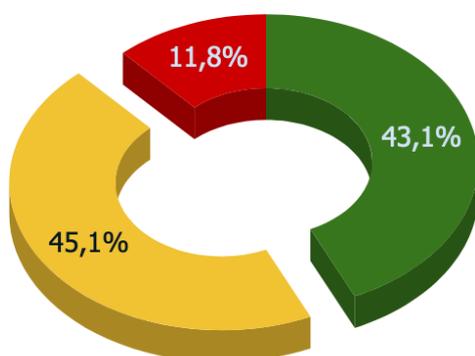
Un Ostacolo
22,7%



Un Aiuto
77,3%

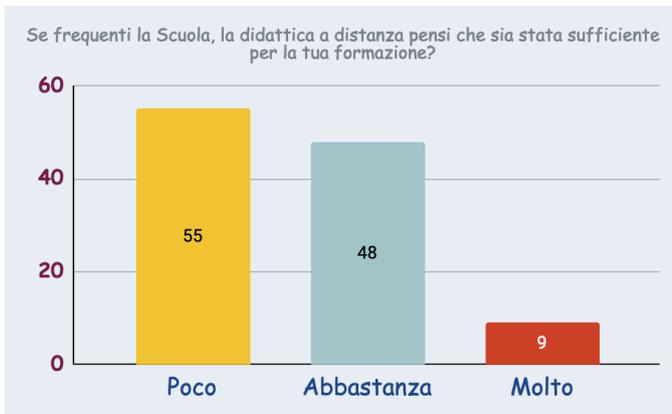
Il dato relativo alle amicizie forse è il più rappresentativo delle conseguenze della pandemia sul mondo giovanile perché è stato riportato in grande percentuale (45%) una diminuzione numerica delle relazioni amicali.

Le tue amicizie sono aumentate o diminuite durante la Pandemia?

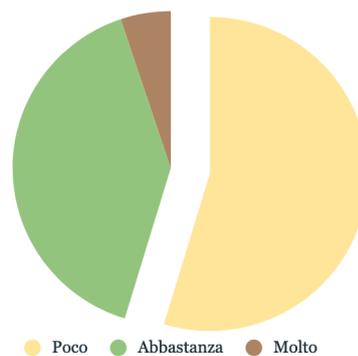


● Invariate ● Diminuite ● Aumentate

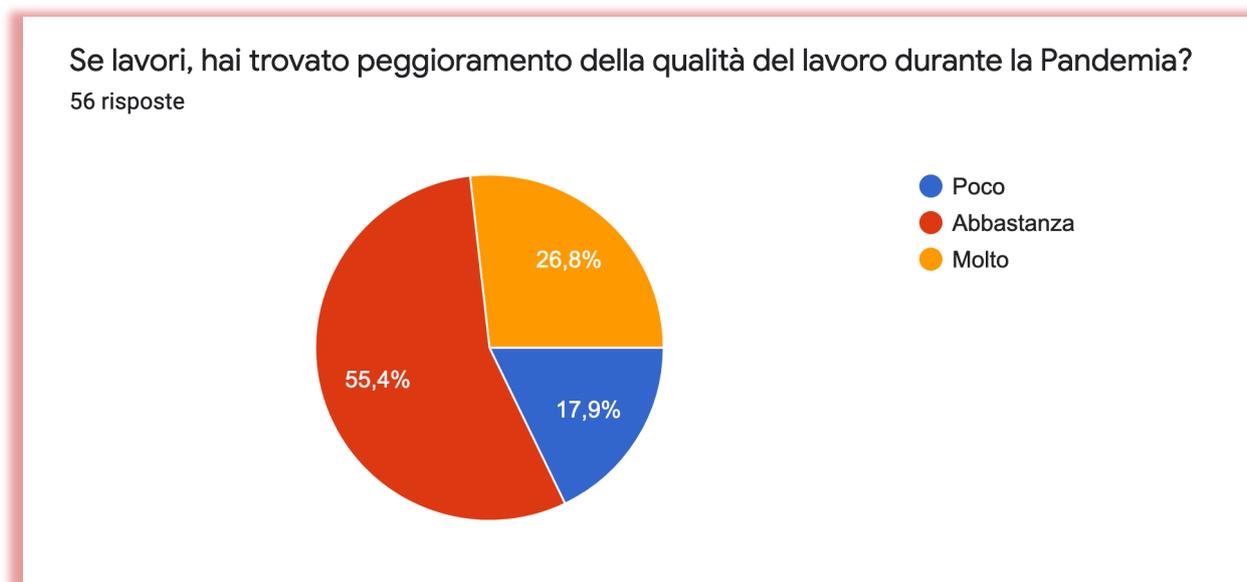
Per quanto riguarda la DAD (Didattica a distanza), circa il 50% del totale ha ritenuto che non sia stata un efficace strumento formativo, oltretutto associato ad una scarsa attenzione da parte degli Insegnanti scolastici (54,4%) alle esigenze individuali dei ragazzi.



Gli insegnanti sono stati attenti ai tuoi bisogni?



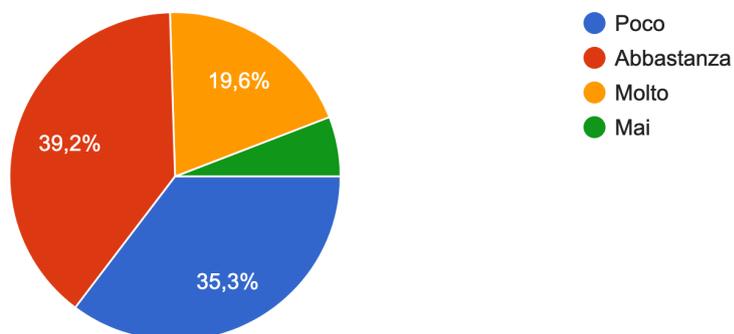
Analogamente chi svolge una attività lavorativa ha sofferto un generale peggioramento nello svolgimento dell'attività anche se gli aspetti e le motivazioni dettagliate non sono note.



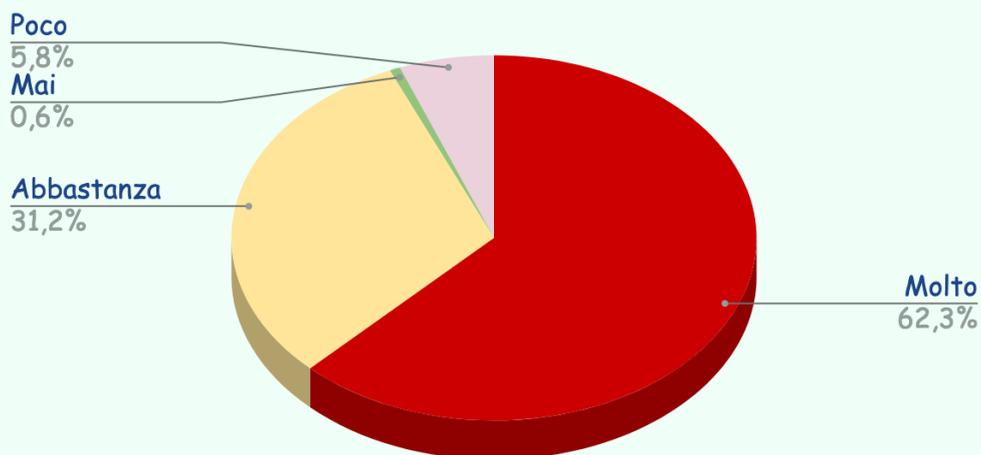
Il timore di ammalarsi per sè stessi era tanto quanto la paura del rischio di trasmissione della malattia da Coronavirus nei propri familiari ed amici.

Hai avuto paura di ammalarti di Infezione da Coronavirus durante la Pandemia?

153 risposte

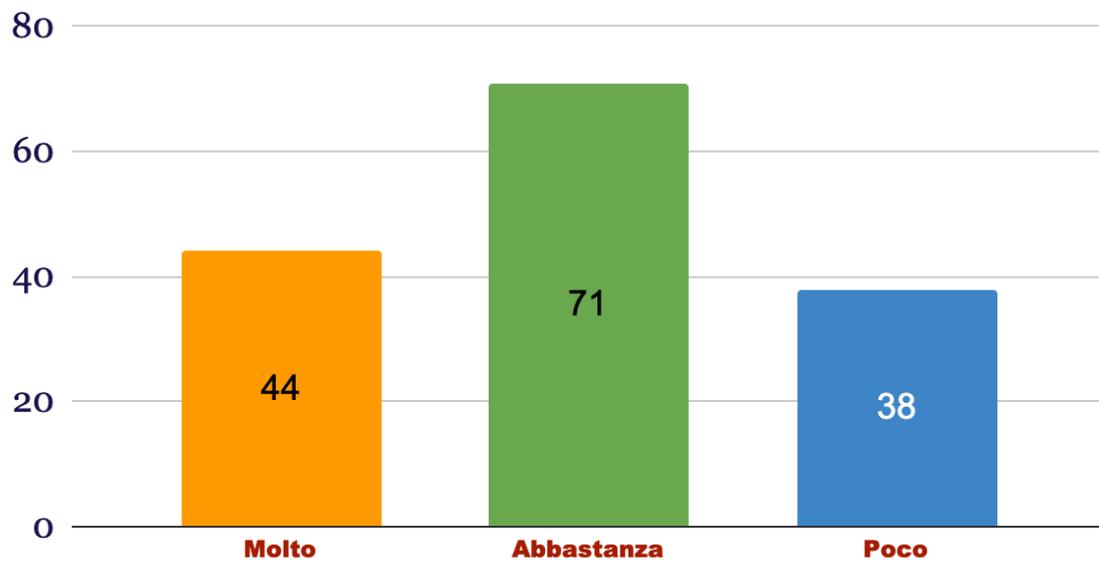


Hai avuto paura che si ammalassero i tuoi familiari e/o amici?

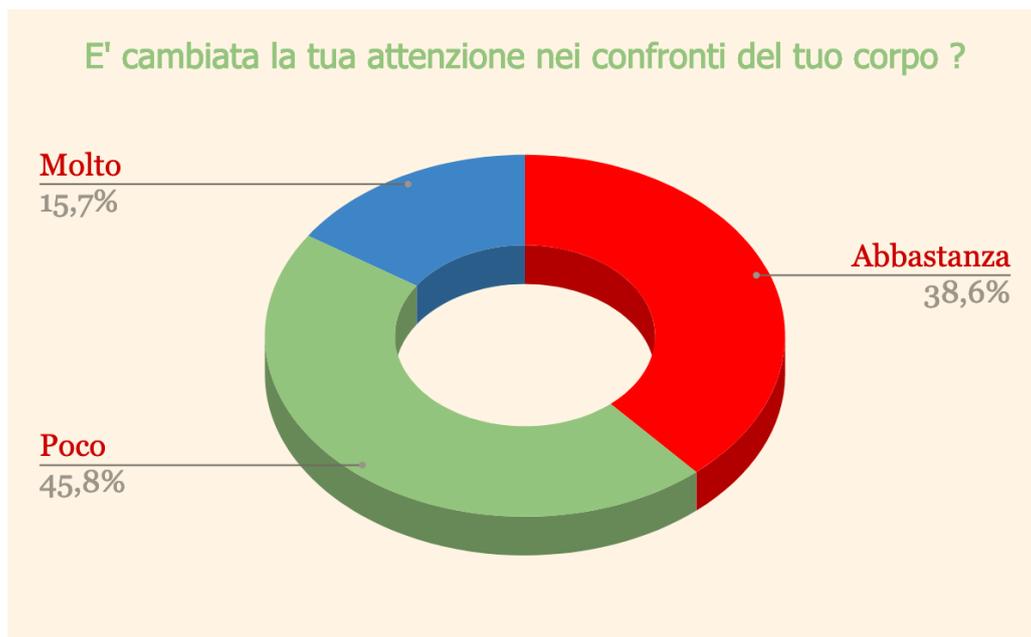


Affrontando le domande più pertinenti alla Ricerca, il cibo e l'attenzione al proprio aspetto e alla immagine corporea sono emerse le seguenti considerazioni:

Hai pensato molto al cibo in questa fase di isolamento sociale?



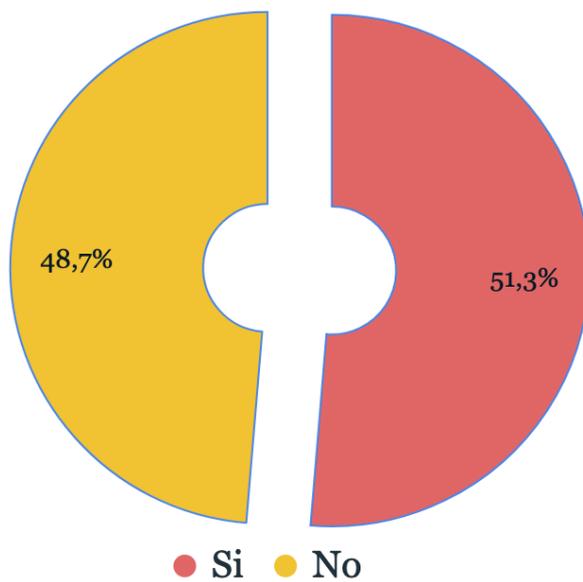
E' cambiata la tua attenzione nei confronti del tuo corpo ?



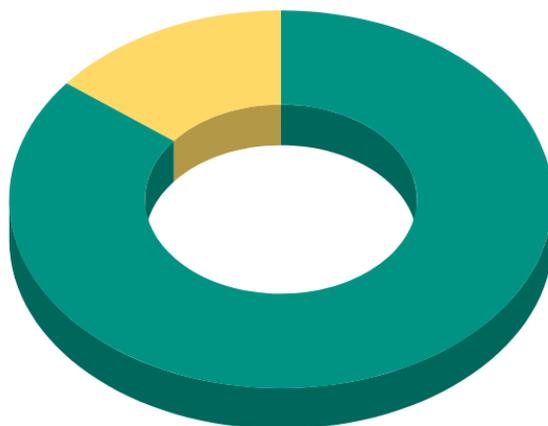
Ti sembra di mangiare di più o di meno rispetto a prima della Quarantena?



Hai cambiato le tue abitudini alimentari durante il lockdown?



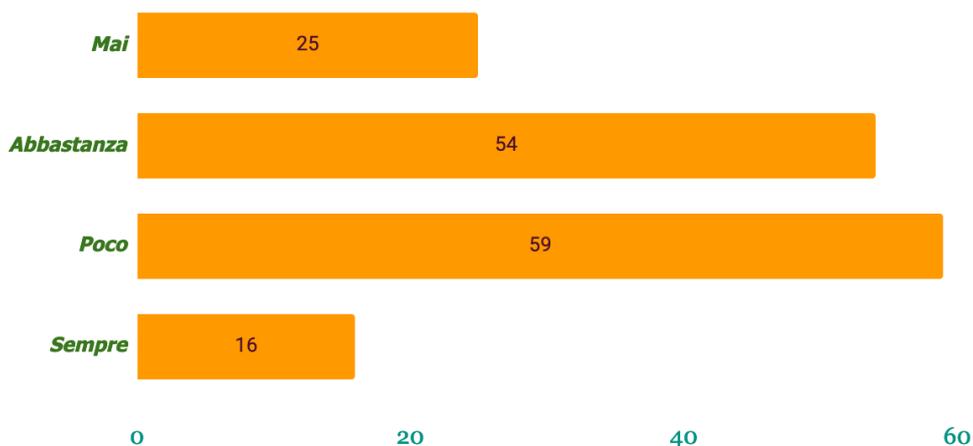
Conosci persone che hanno un difficile rapporto con il proprio corpo? Si vedono troppo grassi/e o troppo magri/e. Si sentono poco piacenti?



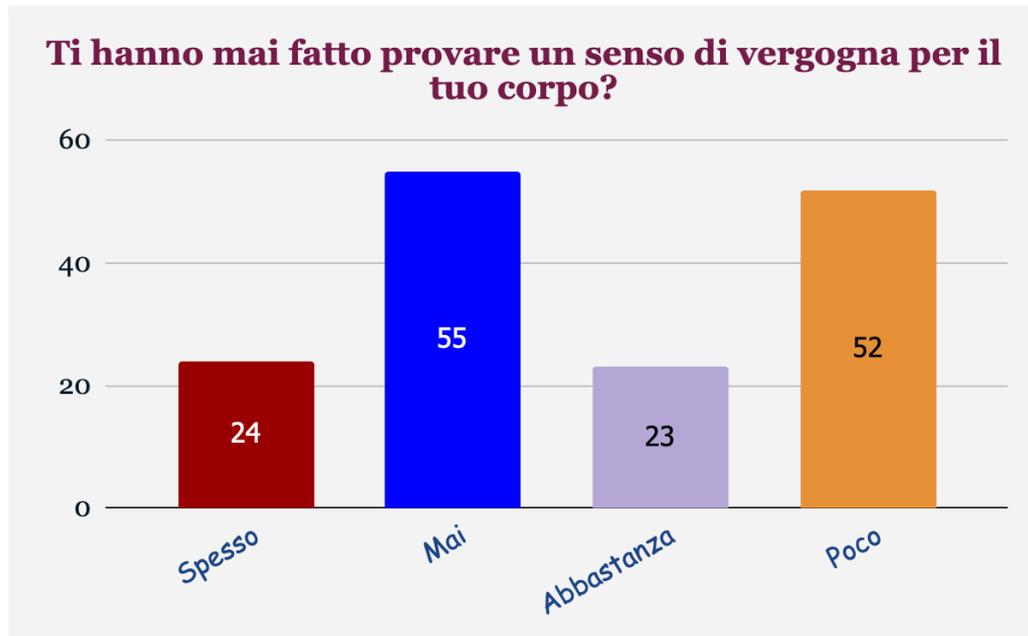
● Si ● No

Direttamente collegato al maggiore interesse verso il cibo, ha contato la minore possibilità di effettuare movimento fisico e sport, che hanno ulteriormente complicato il mantenere uno stile di vita salutare.

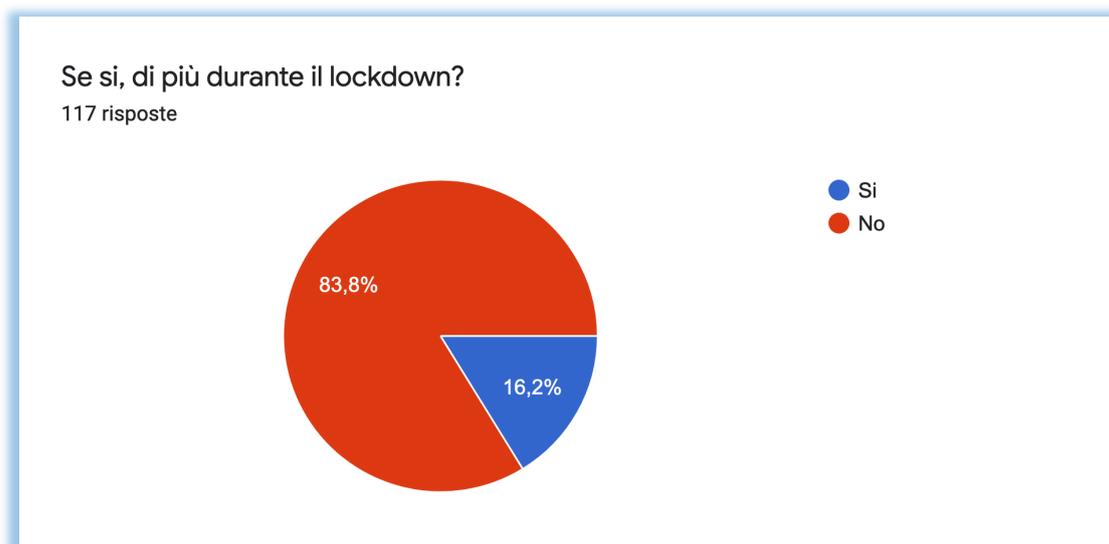
Hai potuto svolgere qualche attività fisica/sport durante la Quarantena?



Nel 'vivo' dell'argomento DCA una serie di domande del questionario hanno analizzato il vissuto ed i pensieri dei ragazzi per individuare il più fedelmente possibile, quanti sono i soggetti potenzialmente a rischio DCA e in generale il disagio di questo delicato periodo della vita.



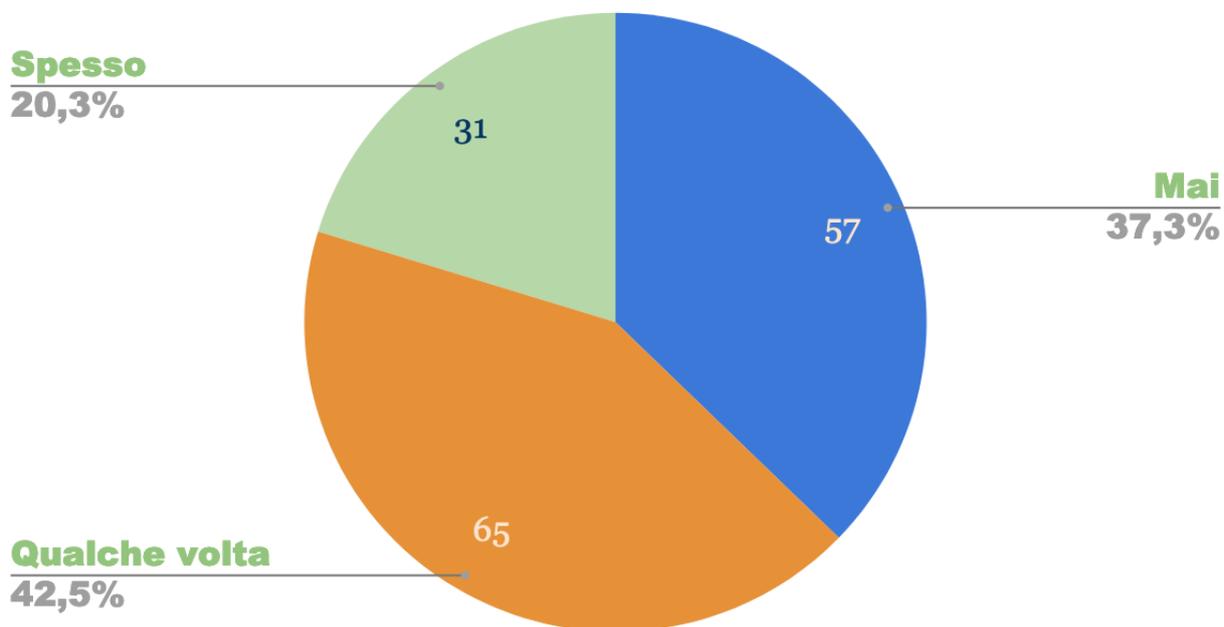
Nel 64% dei casi la risposta è affermativa anche se in misure diverse ed i 24 partecipanti che hanno risposto 'spesso' sicuramente fanno riflettere.



In realtà il Lockdown ed il relativo distanziamento sociale non sembrano aver acuito questo aspetto, evidentemente già presente e sofferto.

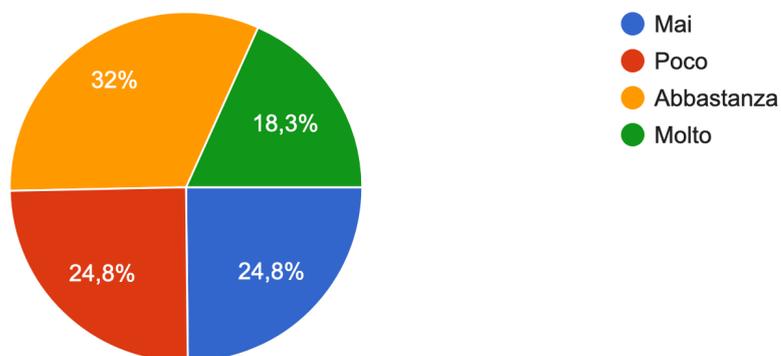
Ma chiedendo se c'è mai stato un tentativo di parlare ed esprimere il disagio, le risposte sono orientate al SI ma rimane una grande fetta di partecipanti (37,3%) che non lo hanno mai fatto.

Hai mai parlato con qualcuno di una sensazione di eventuale disagio o di sentimenti relativi al tuo corpo?



Hai provato rabbia per alcuni commenti sui 'social' ?

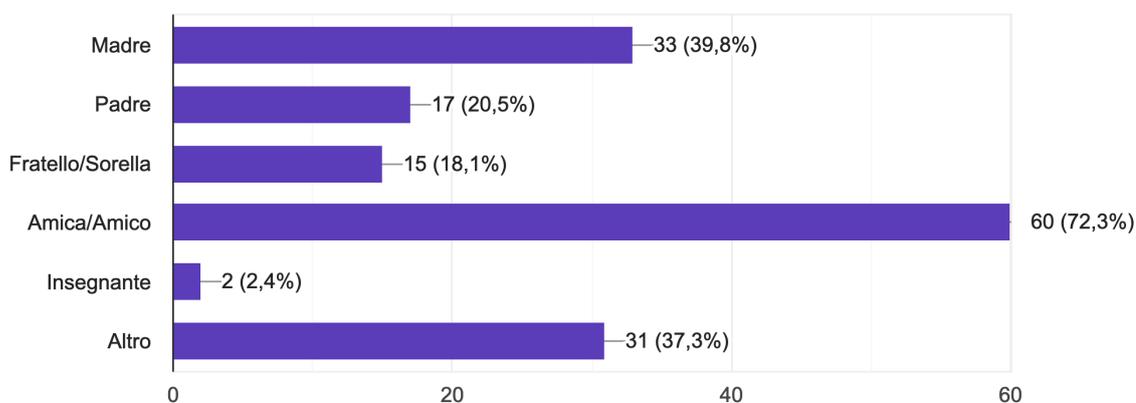
153 risposte



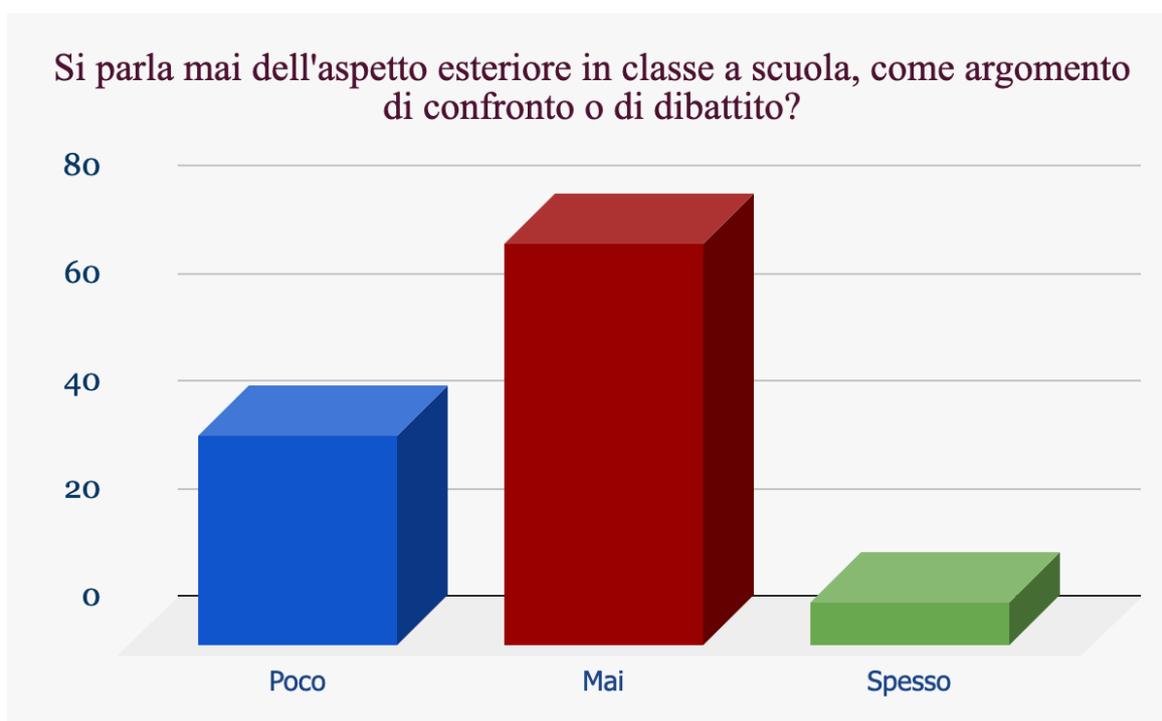
Le principali figure di riferimento con cui esprimere l'eventuale disagio e i problemi con la propria immagine corporea sono per la grande maggioranza gli Amici, seguono le figure familiari, solo un 2,4% si rivolge agli insegnanti.

Se sì, con quali persone della tua vita?

83 risposte

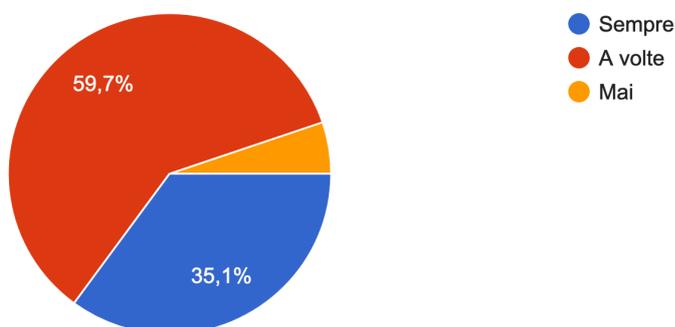


Infatti nella Scuola non risultano un frequente argomento di dibattito né il cibo, né l'immagine corporea, né tantomeno i DCA.

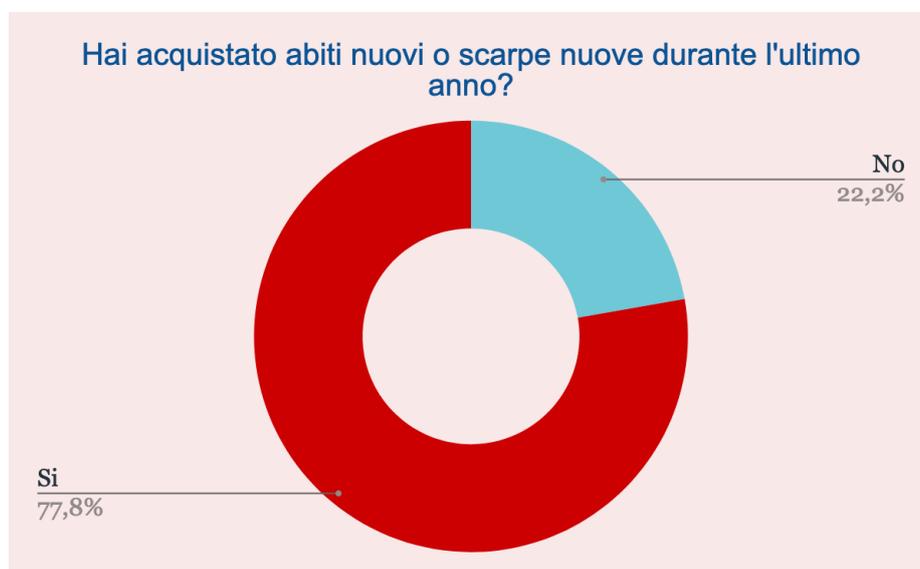


Hai provato più momenti di tristezza durante questa Pandemia rispetto ai periodi precedenti?

154 risposte

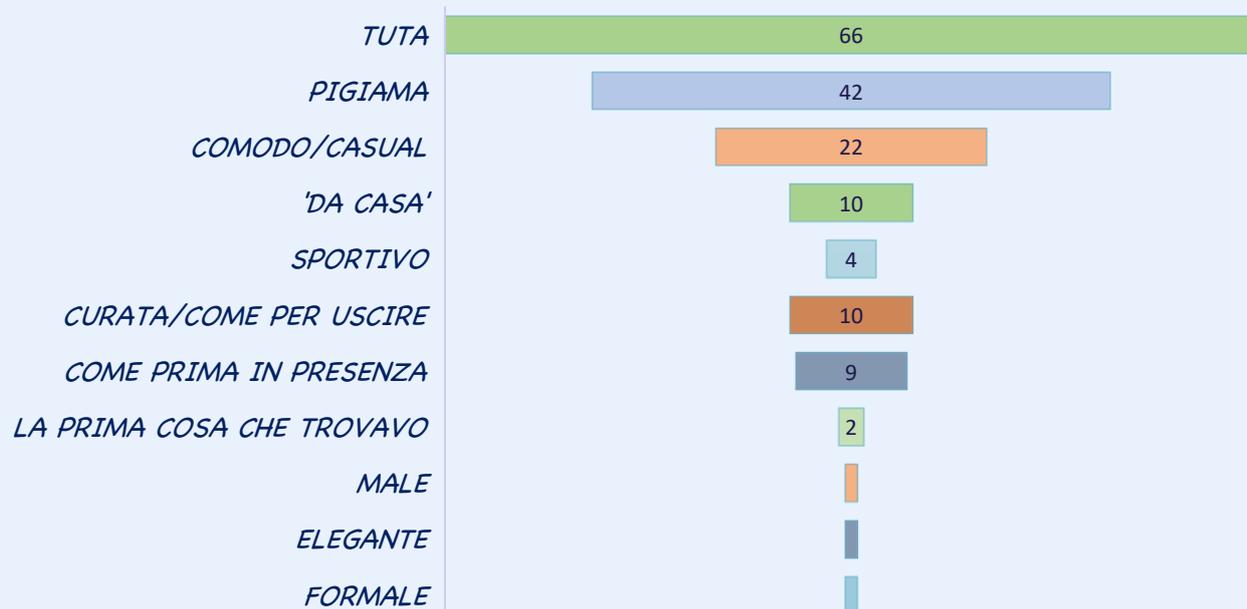


Nell'indagare gli stati d'animo è emersa una tendenza ad un umore più triste durante la 'Quarantena' ma al contrario di quanto si poteva supporre, alcune abitudini come l'acquisto di nuovo abbigliamento non è particolarmente cambiata.



Una domanda che ha riscosso interesse ed ha rivelato come lo stare in ambito domestico in maniera coatta abbia influito molto sul vissuto giornaliero è stata la seguente, relativa al modo di vestirsi durante l'utilizzo di DAD o smart-working o comunque qualsiasi attività casalinga.

IN CASA COME TI VESTIVI SE CONNESSO ONLINE , IN CHAT O DAD O LAVORO?

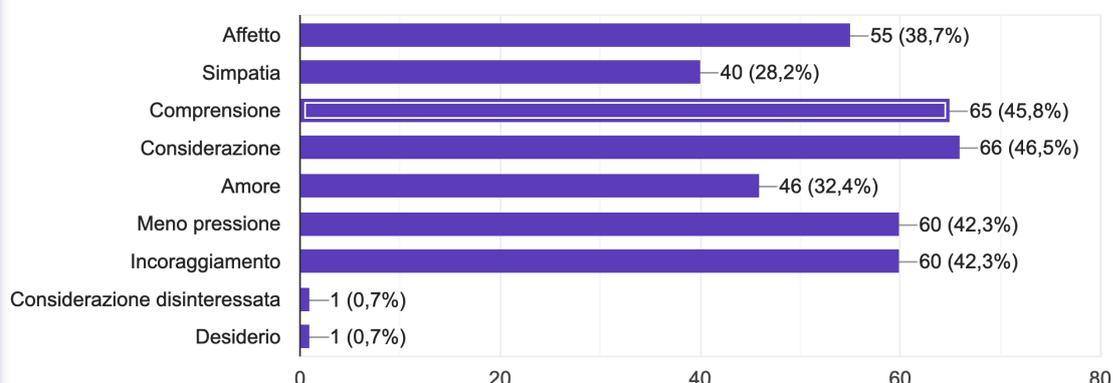


Se poi si considera il modo di rapportarsi tramite uno schermo di computer si capisce come tutto sia sovvertito ed irreal e acquisca la sensazione di estraneità del proprio corpo vivendo in un puro luogo virtuale, bombardati da figure di riferimento perfette e dove quindi il corpo appare l'unico interesse e motivo di confronto e discussione. Il Corpo come oggetto e soggetto di vita (Incontrare il Corpo - Blog di Stefania Lanaro).

Al termine i partecipanti al Questionario sono stati invitati ad esprimere quali sentimenti o azioni vorrebbero aumentate o modificate nei loro confronti ed il risultato è stato il seguente. Comprensione, più considerazione, meno pressione, incoraggiamento, simpatia, amore e affetto sono le risposte prevalenti.

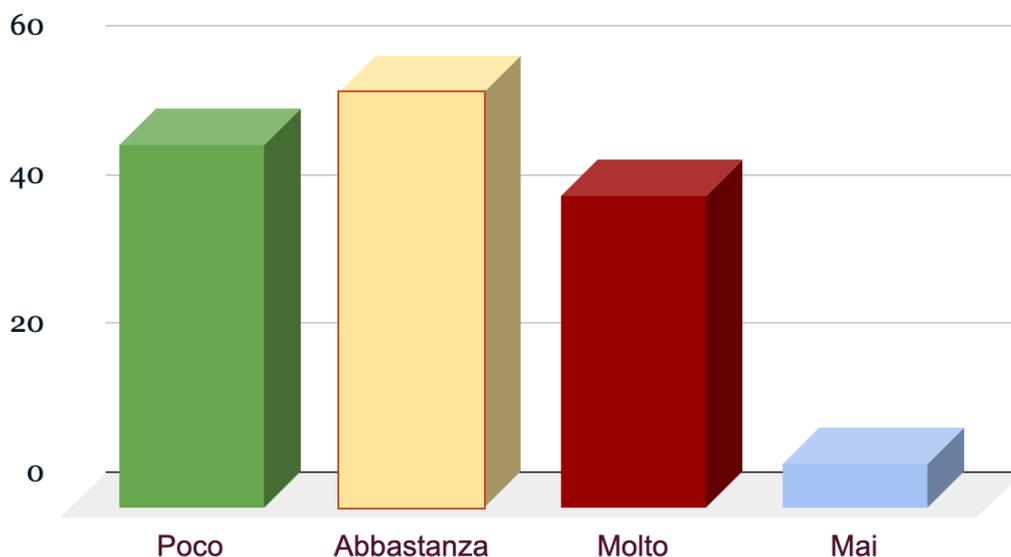
Vorresti che gli altri dimostrassero di più alcuni dei seguenti sentimenti nei tuoi confronti?

142 risposte

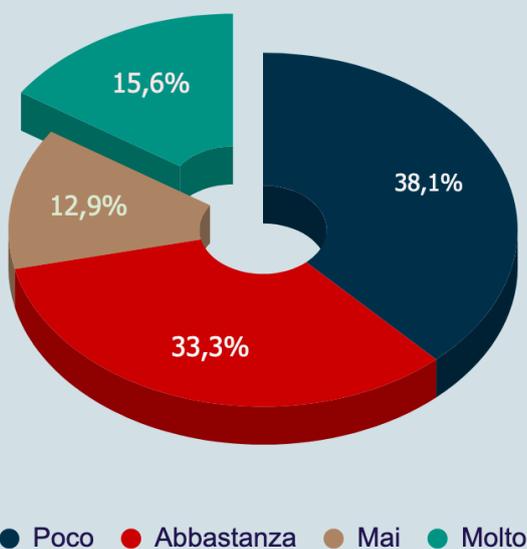


Il questionario si conclude con due domande dirette al futuro: il dato in esame suggerisce quanto il peso dell'isolamento sociale abbia creato perdita di speranza e progettualità in una percentuale di ragazzi che non può essere trascurata.

Hai fatto progetti per il tuo futuro?



Se si, sono cambiati o hai perso speranza in seguito alla Pandemia?

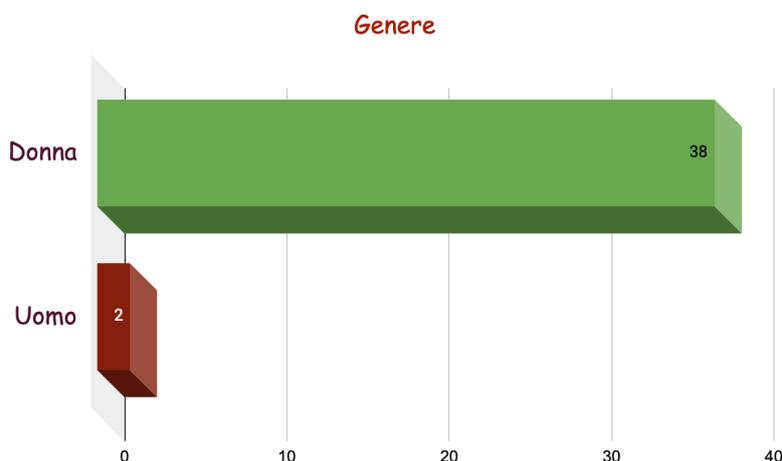


QUESTIONARIO RIVOLTO AI PROFESSIONISTI IN CAMPO PSICOLOGICO

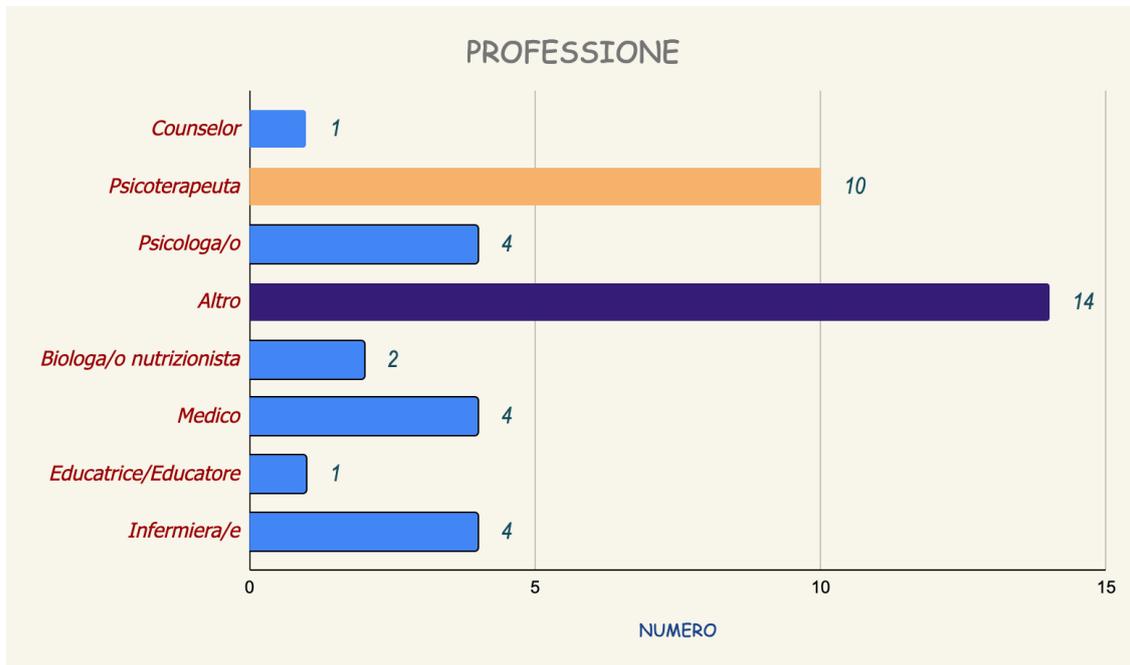
Come prima osservazione, segnaliamo la difficoltà nel reclutare i Professionisti (41 in totale) impegnati nella cura delle persone con disturbi della sfera psicologica, nel rispondere ad un questionario pur attinente alla materia. Forse merita un approfondimento anche questo aspetto del lavoro, in settori comunque così delicati dove l'indagine epidemiologica svolge un ruolo fondamentale.

Successivamente analizziamo le caratteristiche dei partecipanti e le risposte ottenute ai singoli quesiti.

Il genere femminile ha prevalso ed in totale hanno risposto 38 donne e 2 uomini.



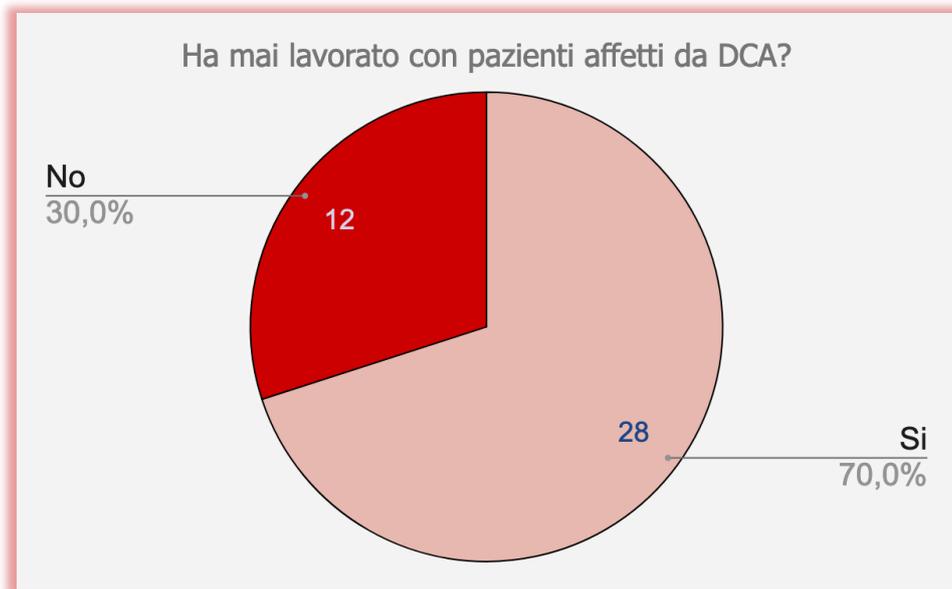
Il tipo di professione svolta è per la maggioranza quella di Psicoterapeuta ed a seguire altre professioni non specificate.



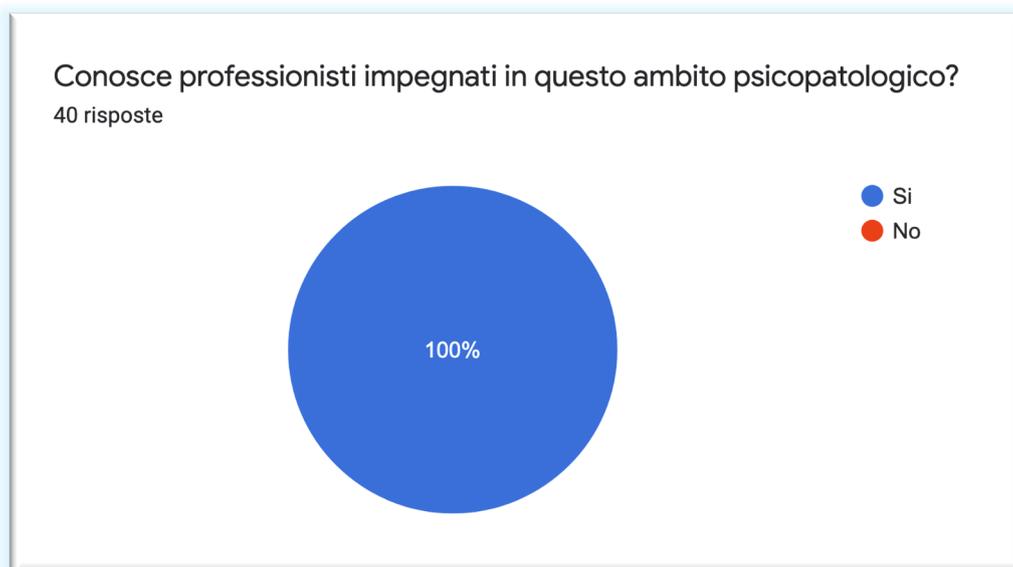
Di seguito viene esplorato come si sia modificata l'attività lavorativa con l'impatto della Pandemia, in particolare si evidenzia una sostanziale diffusa maggiore difficoltà nel gestire le psicopatologie. Sicuramente sia in termini di incremento numerico delle stesse, sia in relazione alla difficoltà di gestione legata al distanziamento sociale ed alla necessità di riorganizzare tutte le modalità di lavoro dei Servizi assistenziali e di impossibilità dell'incontro diretto con le persone.



Abbiamo poi indagato che tipo di coinvolgimento lavorativo avevano i Professionisti relativamente ai DCA, il 70% aveva esperienza di gestione di situazioni e persone con DCA.

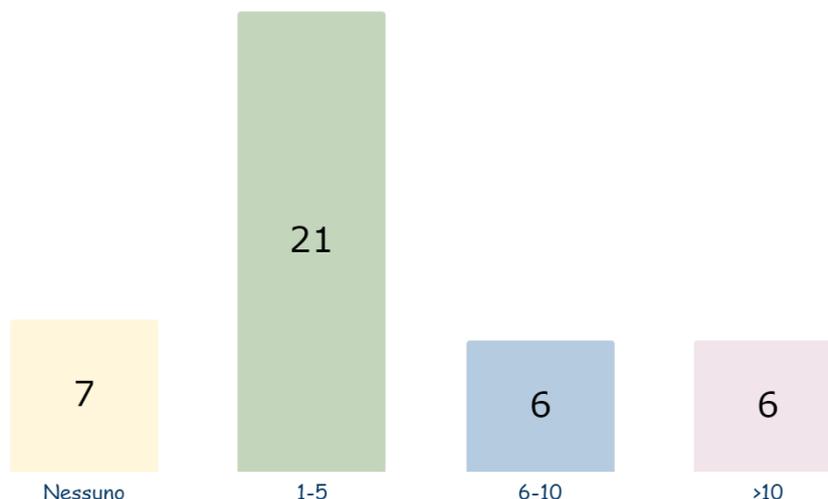


La domanda successiva ha confermato che tutti conoscono o hanno collaborato con Professionisti dedicati alla cura o comunque che lavorano con persone affette da DCA, il 100% dei partecipanti all'indagine.



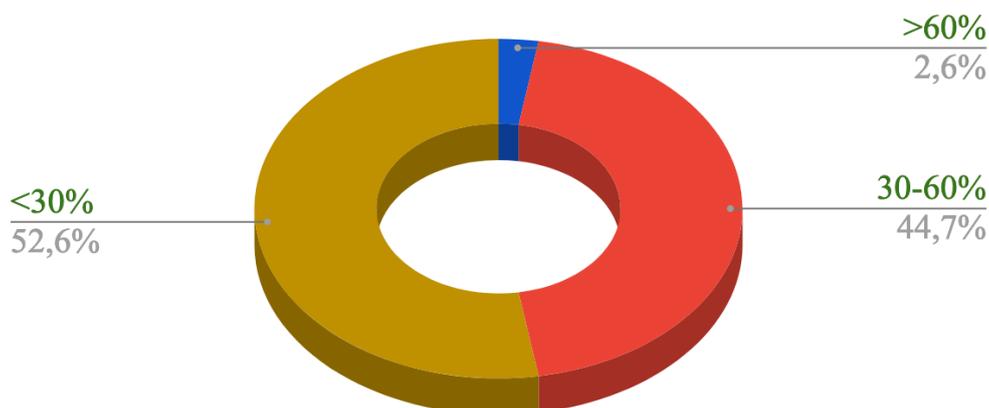
La domanda seguente esplorava quanto i Professionisti hanno avuto contatti con pazienti o potenziali situazioni di DCA, la maggior parte ha segnalato un numero tra 1 e 5 pazienti, una percentuale consistente ha riportato più di 10 pazienti (15%).

Nel corso dell'attuale Pandemia da Covid 19 quanti contatti ha avuto con situazioni relative a persone con DCA note o potenziali?



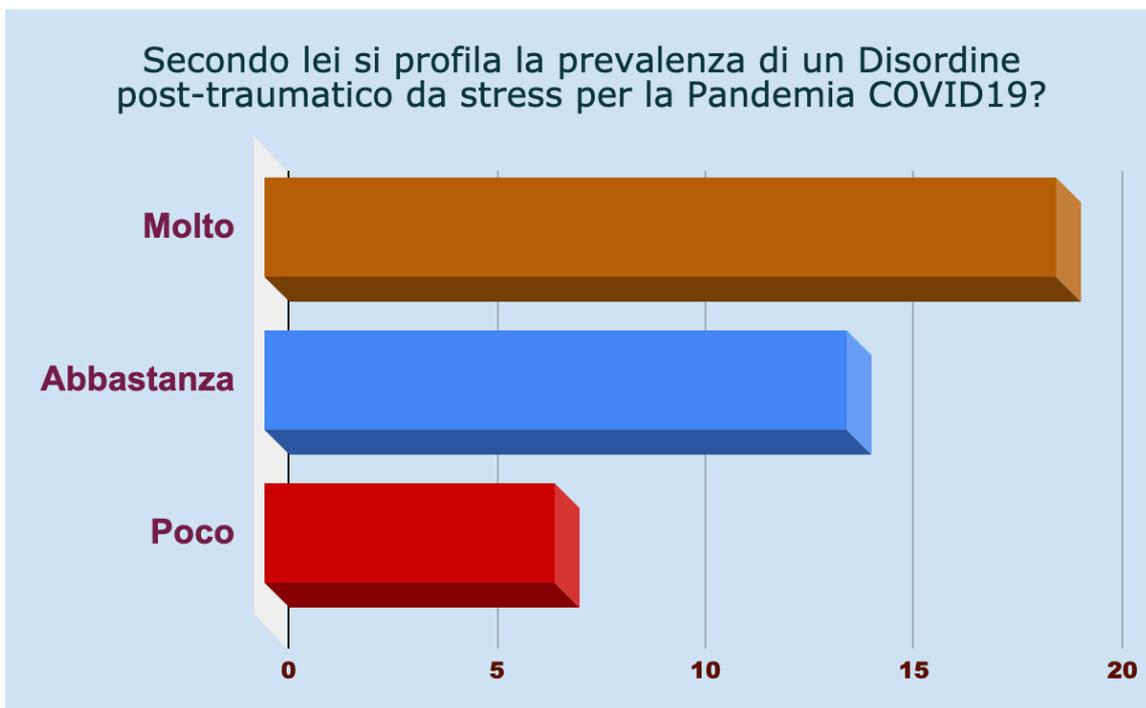
Analogamente il seguente quesito chiedeva di quanto fossero aumentati i DCA nell'esperienza personale del Professionista. Tra il 30-60% di incremento viene riferito dal 44,7% degli intervistati addirittura più del 60% per il 2,6% dei Professionisti.

Ha registrato un incremento dei casi di DCA dovuti all'isolamento forzato durante la Pandemia?

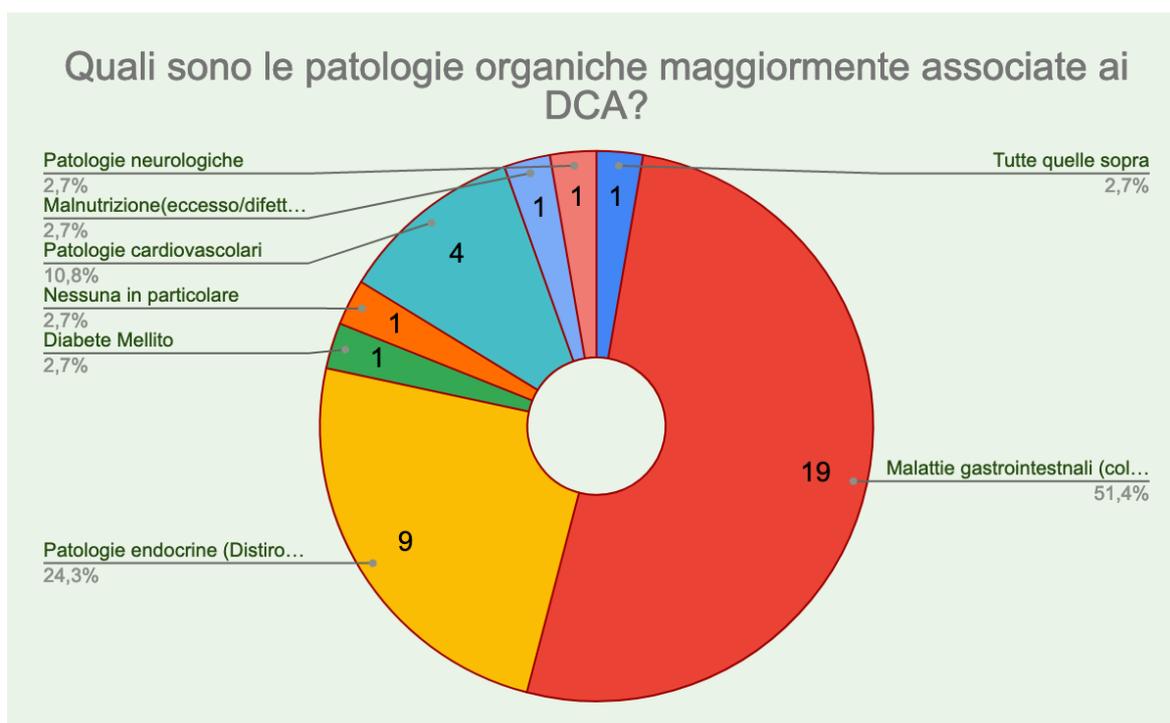


Con la seguente domanda si è indagato un possibile profilarsi di un disturbo post-traumatico da stress come una delle conseguenze legate all'isolamento del Lockdown ed alla Pandemia in generale, effettivamente confermato dall'elevato numero di professionisti che hanno risposto 'molto' e 'abbastanza', in totale l'82,5% alla specifica domanda.

Inoltre nessuno ha risposto 'per niente' come possibile opzione.

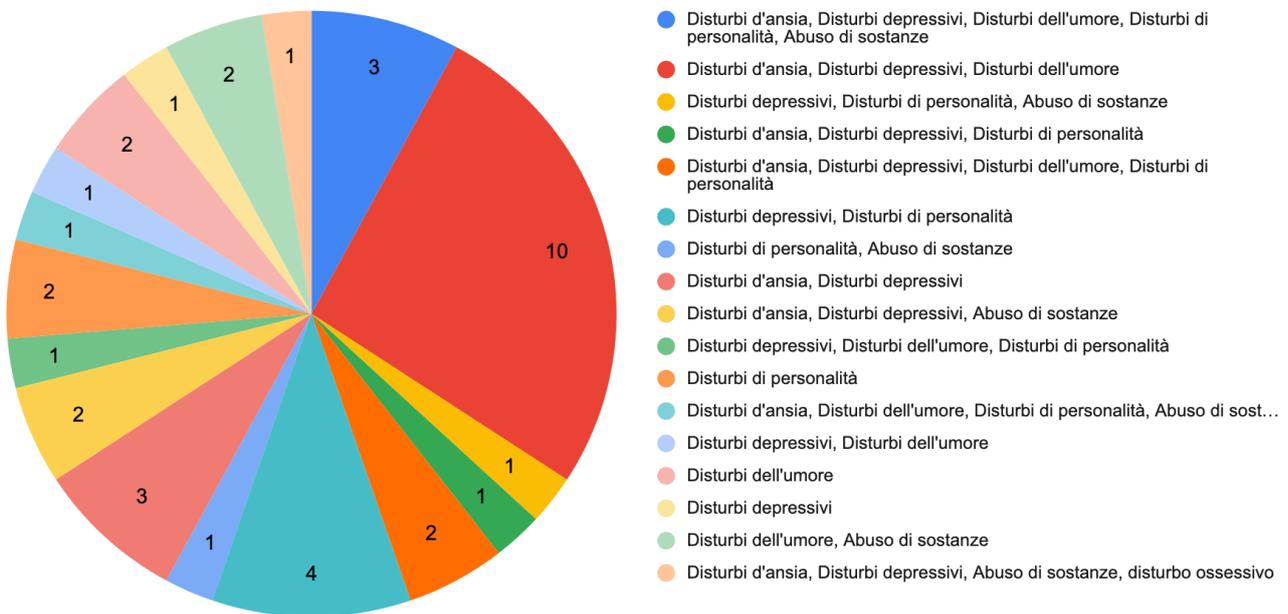


Il questionario proseguiva chiedendo quali sono i possibili connotati patologici organici che si associano ai DCA. Come si evince dal grafico si attribuisce la maggiore prevalenza ai disturbi gastrointestinali (colon irritabile, gastrite, malattie infiammatorie croniche etc.), seguiti da patologie endocrine (distiroidismi, S. adreno-genitali, Malattie immunitarie, etc) e cardiovascolari.



Analoga domanda ha riguardato l'associazione dei DCA con altre psicopatologie. La possibilità di rispondere in maniera libera ha prodotto la tabella ed il grafico successivi, ovviamente molte risposte e opzioni si sovrappongono ma sicuramente i Disturbi d'ansia e i Disturbi depressivi o dell'umore in generale sono considerati prevalenti. Non meno rilevante è la possibile associazione con l'Abuso di sostanze.

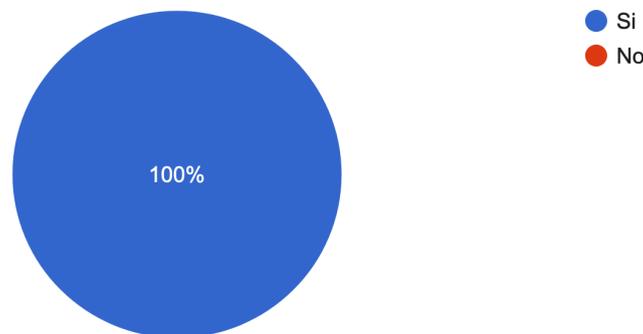
Quali sono le prevalenti psicopatologie associate ai DCA nella sua esperienza professionale?



Molto significativa la risposta al seguente item dove si chiedeva il ruolo svolto dall'interazione familiare come concausa dello sviluppo di DCA. Il 100% dei professionisti ha risposto SI.

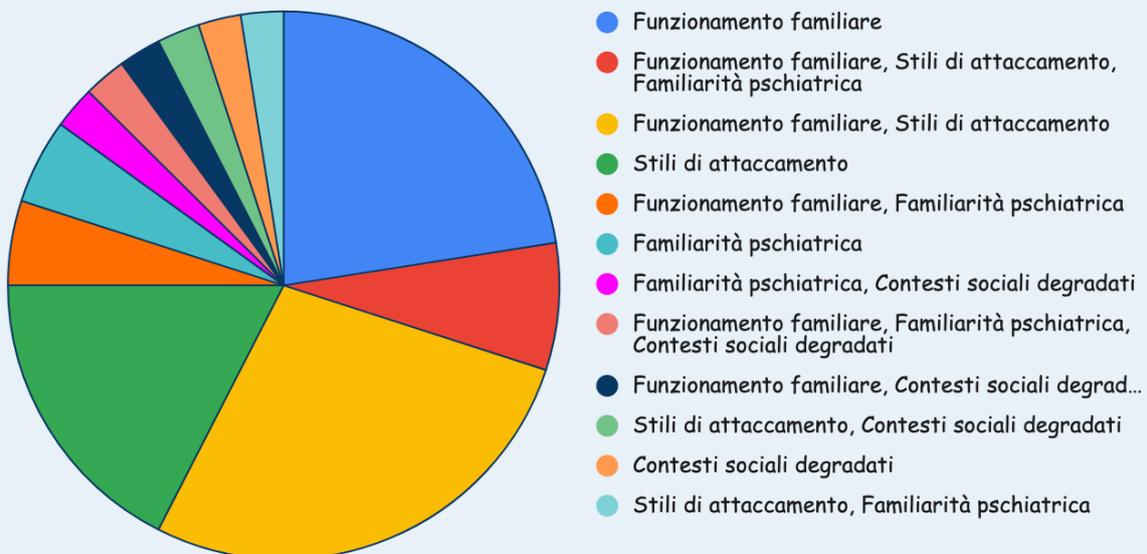
L'Interazione familiare svolge secondo lei un ruolo come possibile fattore di rischio o di mantenimento per i DCA?

39 risposte



Si è proseguito approfondendo questo aspetto e chiedendo le possibili principali concause familiari di rischio per i DCA. Il funzionamento familiare e gli stili di attaccamento sono state le condizioni principalmente valutate ed a seguire la familiarità psichiatrica ed il contesto sociale degradato.

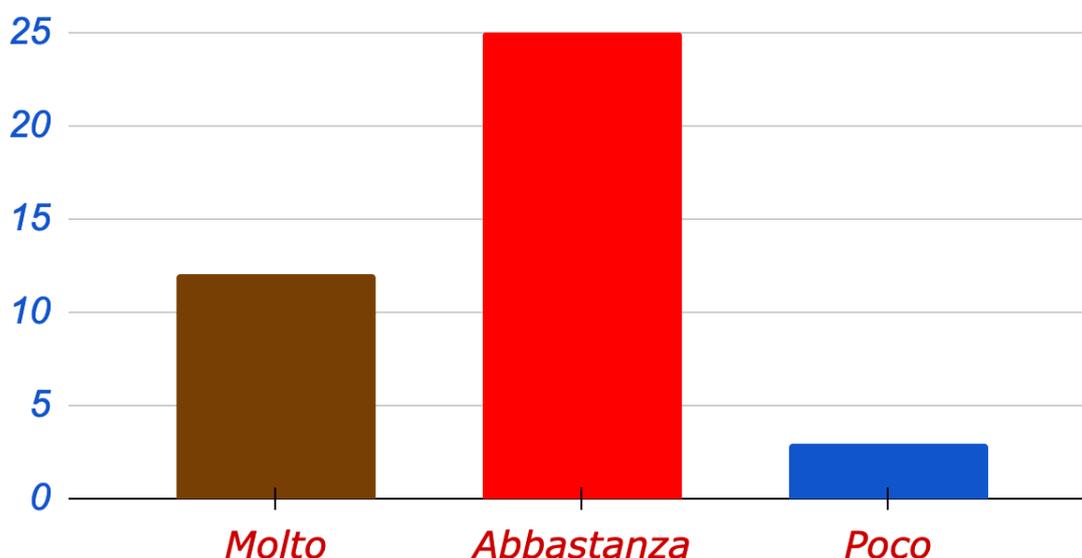
Se Sì, quali aspetti hanno secondo lei un maggiore nesso di causalità?



Analogamente a quanto inserito nel questionario sottoposto ai ragazzi, si è voluto chiedere se i Social intesi nel senso più ampio possibile, abbiano influito sul produrre o perpetuare o implementare sintomi da DCA. Le risposte convergono in maggioranza per un ruolo in qualche modo significativo del Lockdown e del relativo maggiore utilizzo di

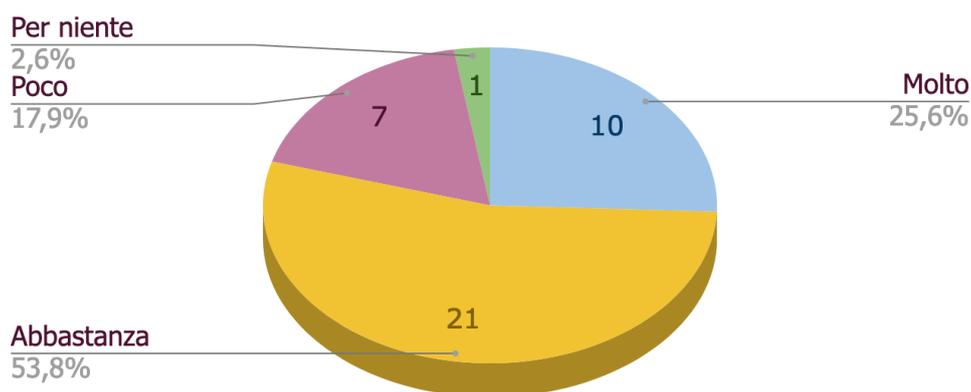
Internet e dei Social associato al trascorre il tempo in casa e non uscire per le attività comuni e quindi al pensare e trovarsi a condividere la casa e la cucina con i familiari.

La sovraesposizione ai Social-Media ha secondo lei influenzato i comportamenti alimentari nel corso del lockdown?



Di conseguenza anche le successive risposte al quesito seguente sono analogamente aumentate.

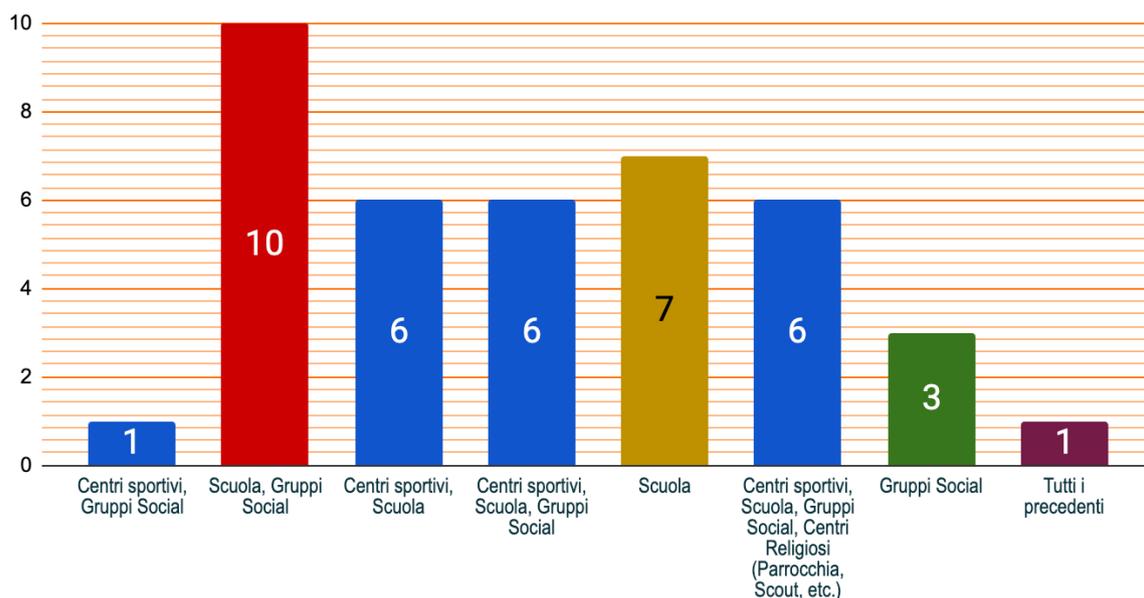
Secondo lei, l'immagine corporea e l'attenzione al proprio corpo nei pazienti con DCA ha assunto un ruolo ancora maggiore durante la 'Quarantena'?



La parte di questionario che segue ha voluto chiedere ai Professionisti un aiuto ed una serie di suggerimenti sul come poter implementare la capacità di intercettare i potenziali soggetti affetti da DCA.

In prevalenza si considera utile coinvolgere la Scuola e i Gruppi Social e i Centri sportivi a seguire in ordine di prevalenza.

Quali contesti sociali e gruppal coinvolgerebbe per raggiungere il maggior numero di persone potenzialmente affette da DCA?

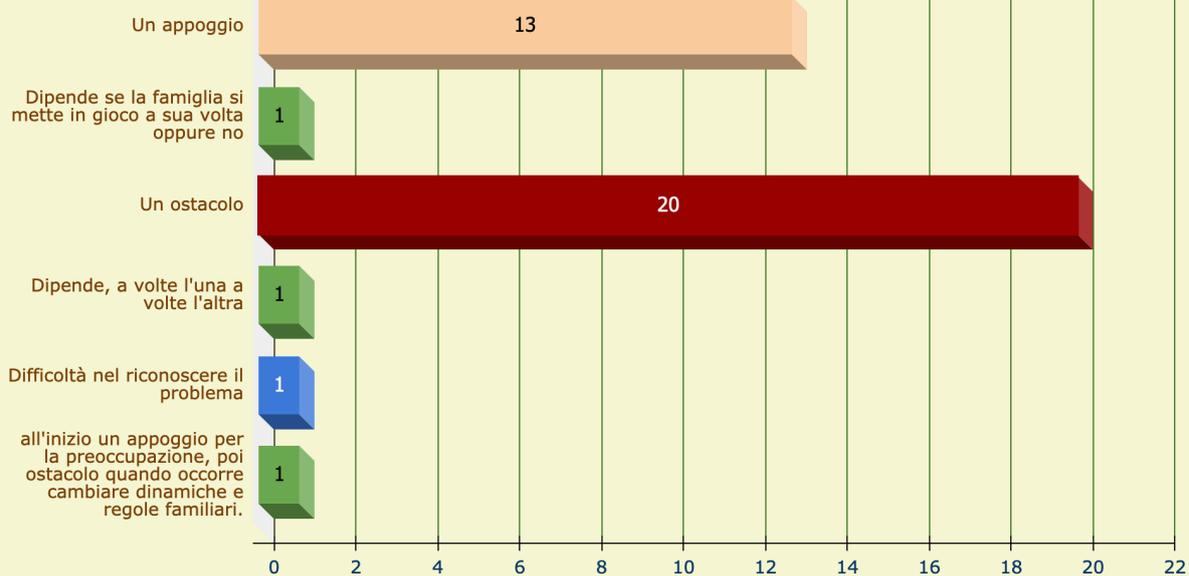


La domanda successiva era volta ad individuare quanto la Pandemia abbia influito sulla gestione e cura delle persone affette da DCA. Si conferma un peggioramento delle condizioni fisiche segnalato dai Professionisti nel 63,9% dei casi.



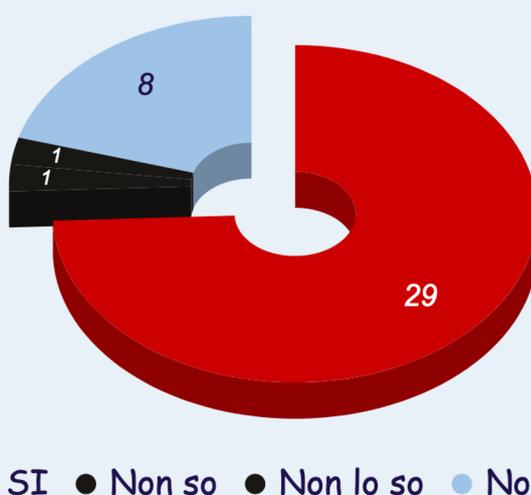
Così come anche valutato nel questionario per ragazzi e giovani adulti, si è analizzato il ruolo della famiglia nel corso della Pandemia. Rispetto al questionario sottoposto ai giovani, si è considerata la famiglia un ostacolo al sereno sviluppo dei ragazzi e alla resilienza alla Pandemia.

Per la sua esperienza la famiglia ha rappresentato più un appoggio o un più ostacolo per i ragazzi nel corso della Pandemia e quindi favorito o acuito i DCA?



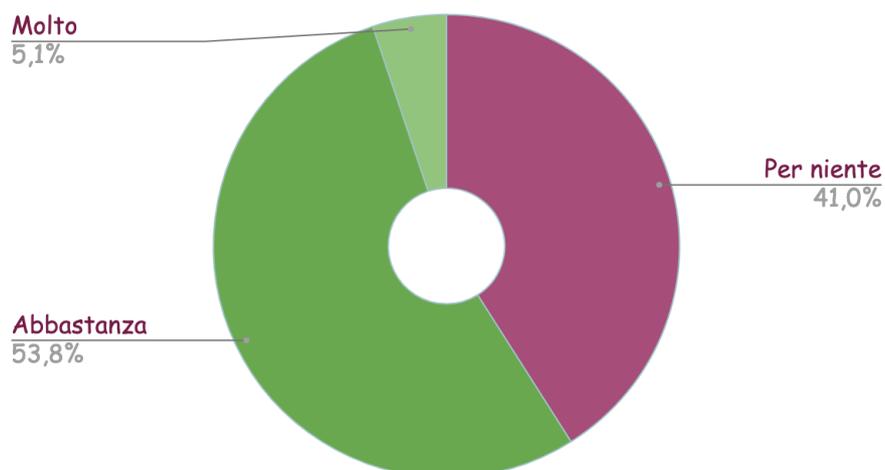
Anche la DAD di conseguenza è stata percepita come una metodica di insegnamento sfavorevole per chi potenzialmente già presentava sintomi o era effettivamente affetto da DCA.

La Scuola e la Didattica a distanza hanno contribuito ad acuire i DCA?



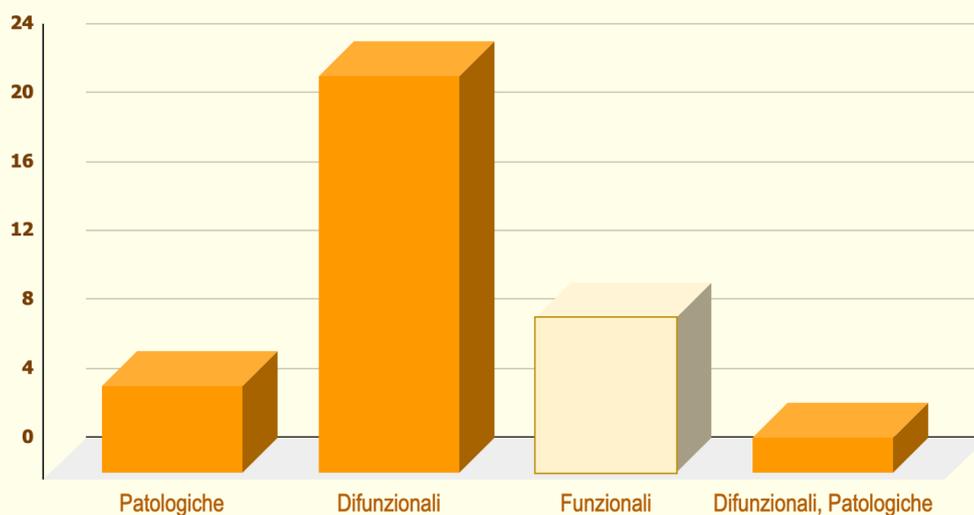
Sempre esplorando gli effetti della pandemia i Professionisti intervistati hanno evidenziato una aumentata resistenza nel chiedere un aiuto rispetto al pre-pandemia.

Ha notato una maggiore resistenza alla richiesta di aiuto?

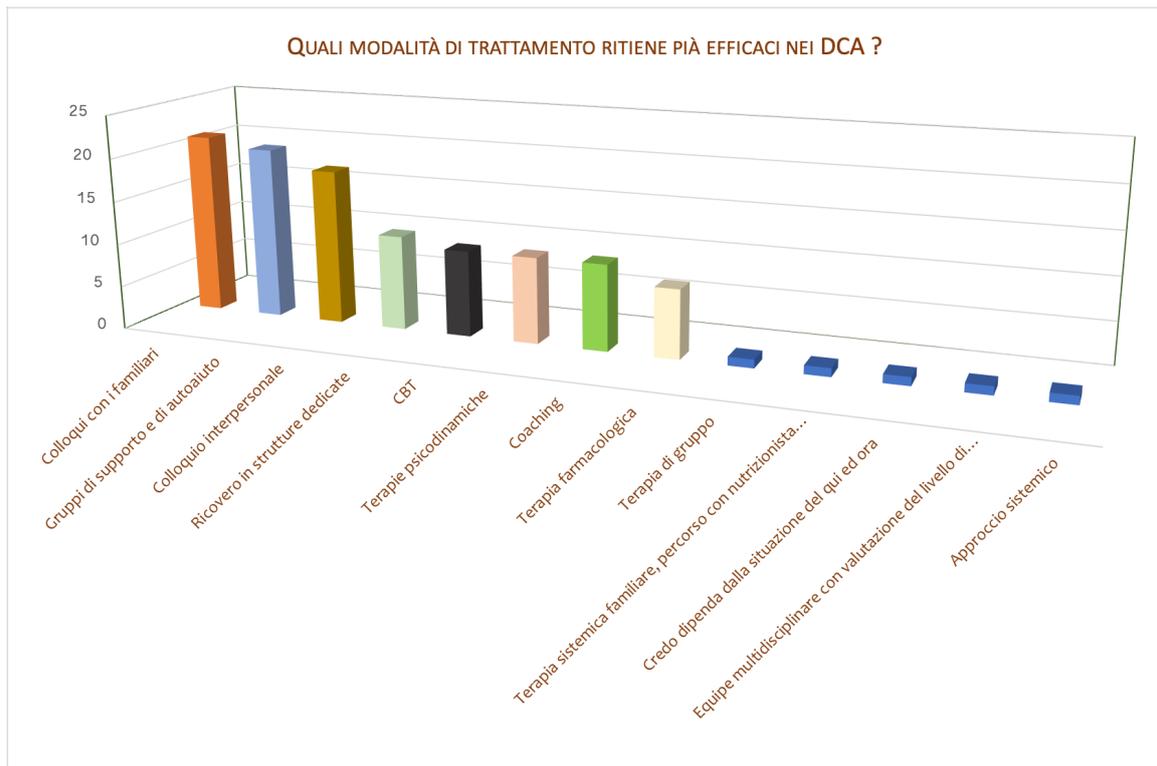


Allo stesso tempo abbiamo chiesto come la popolazione con psicopatologia abbia reagito dal punto di vista comportamentale alla Pandemia, se in modo disfunzionale o meno e purtroppo l'esperienza dei Professionisti è stata negativa.

Le risposte individuali alla Pandemia da Covid 19 delle persone che tratta nella sua professione sono state prevalentemente:



Alla luce dell'esperienza professionale degli intervistati abbiamo chiesto suggerimenti sulle possibili modalità di approccio e trattamento dei DCA.

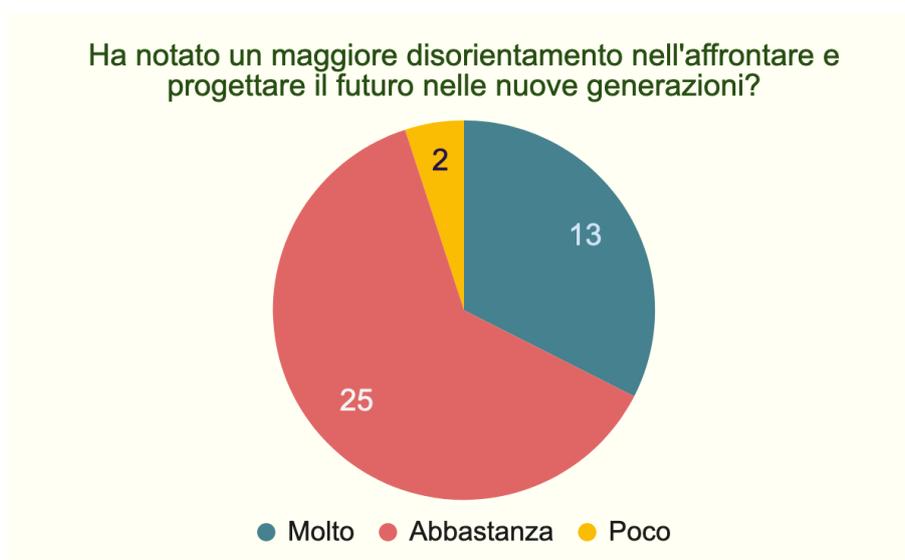


In dettaglio:

- Colloqui con i familiari (21 risposte)
- Gruppi di supporto e di auto-aiuto (20 risposte)
- Colloquio interpersonale (18 risposte)
- Ricovero in strutture dedicate (11 risposte)
- CBT (10 risposte)
- Terapie psicodinamiche (10 risposte)
- Coaching (10 risposte)
- Terapia farmacologica (8 risposte)
- Terapia di gruppo. (1 risposta)
- Terapia sistemica familiare, percorso con nutrizionista specializzato su patologie adolescenti (1)
- Credo dipenda dalla situazione del qui ed ora (1)
- Equipe multidisciplinare con valutazione del livello di assistenza necessario (1)
- Approccio sistemico (1)



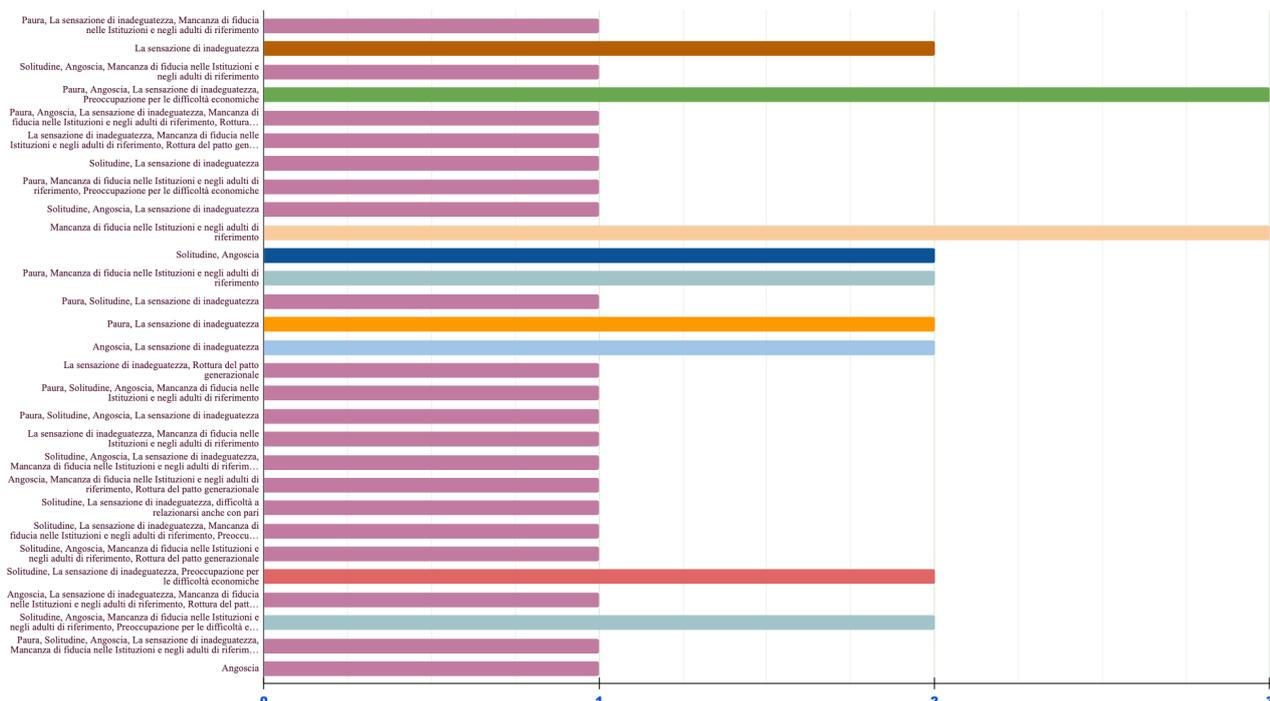
Una richiesta diretta ha riguardato la terapia online, visto l'incremento dell'utilizzo forzato della Rete durante il Lockdown. Ne è scaturita una efficacia relativa ad alcune situazioni che sarà interessante indagare.



Riprendendo la domanda effettuata anche nel questionario sottoposto ai ragazzi e giovani adulti, si è esplorato l'effetto sulla progettualità per il futuro. Anche in questo caso si è ravvisata una tendenza alla perdita di speranza e difficoltà nell'immaginare il futuro.

Così di seguito abbiamo esplorato quali emozioni prevalgono nei giovani in seguito agli eventi della Pandemia ed al vissuto in isolamento di questi mesi.

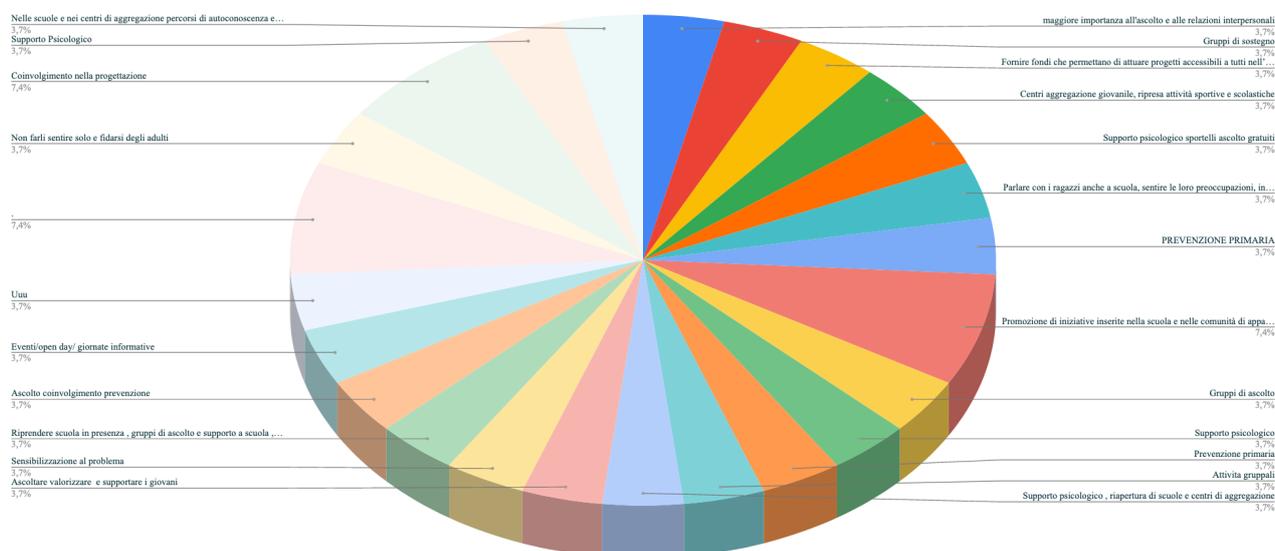
Quali emozioni prevalgono nei ragazzi nell'approcciarsi al presente ed a futuro?



Specificatamente:

- Paura
- Solitudine
- Angoscia
- La sensazione di inadeguatezza
- Mancanza di fiducia nelle Istituzioni e negli adulti di riferimento
- Rottura del patto generazionale
- Solitudine
- Angoscia
- Mancanza di fiducia nelle Istituzioni e negli adulti di riferimento
- Preoccupazione per le difficoltà economiche
- Difficoltà a relazionarsi anche con pari

Quali iniziative ritiene dovrebbero essere messe in atto per aiutare la popolazione giovanile nell'immediato e nei mesi a venire?

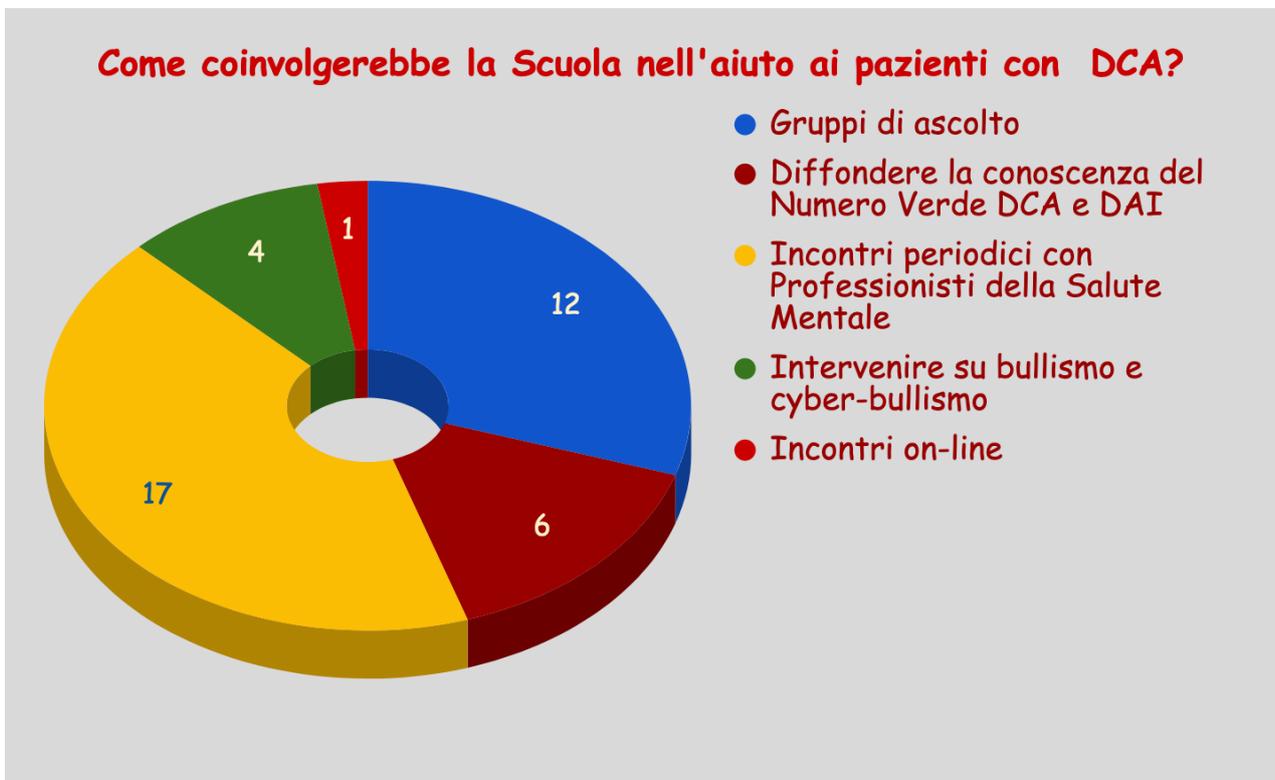


Quali iniziative ritiene dovrebbero essere messe in atto per aiutare la popolazione giovanile nell'immediato e nei mesi a venire?

- Promozione di iniziative inserite nella scuola e nelle comunità di appartenenza, coinvolgimento in azioni di volontariato
- Coinvolgimento nella progettazione
- Supporto psicologico, riapertura di scuole e centri di aggregazione
- Nelle scuole e nei centri di aggregazione percorsi di autoconoscenza e intelligenza emotiva, mindfulness per la gestione dell'ansia, orientamento, formazione con nutrizionisti specializzati.
- Centri aggregazione giovanile, ripresa attività sportive e scolastiche
- Supporto Psicologico
- Non farli sentire solo e fidarsi degli adulti
- Eventi/open day/ giornate informative
- maggiore importanza all'ascolto e alle relazioni interpersonali
- Gruppi di ascolto
- Riprendere scuola in presenza, gruppi di ascolto e supporto a scuola, attività sportive , spazi di supporto alle famiglie
- Attività gruppali
- Parlare con i ragazzi anche a scuola, sentire le loro preoccupazioni, incoraggiarli con iniziative interessanti, segnalare anche ciò che la pandemia ci ha stimolato
- Supporto psicologico sportelli ascolto gratuiti
- Prevenzione primaria
- PREVENZIONE PRIMARIA
- Ascolto coinvolgimento prevenzione
- Fornire fondi che permettano di attuare progetti accessibili a tutti nell'ambito della salute mentale

- Supporto psicologico
- Gruppi di sostegno
- Sensibilizzazione al problema
- Ascoltare valorizzare e supportare i giovani

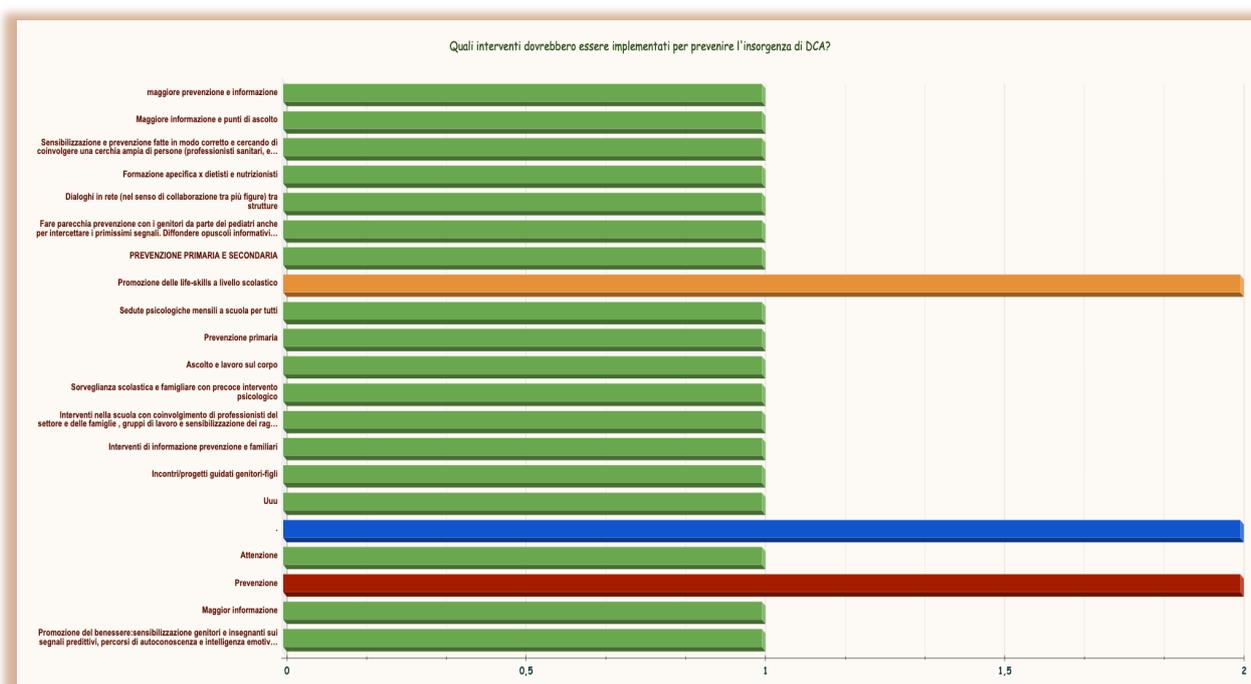
Con la suddetta domanda abbiamo richiesto un contributo che ci permetterà di capire quali potranno essere i migliori approcci per il futuro da mettere in campo per i DCA, nella scuola e al di fuori.



Poi si è richiesto un approfondimento sui possibili interventi che dovrebbero essere implementati per prevenire l'insorgenza di DCA.

- Prevenzione
- Promozione delle life-skills a livello scolastico
- Maggiore prevenzione e informazione
- PREVENZIONE PRIMARIA E SECONDARIA
- Attenzione
- Sorveglianza scolastica e familiare con precoce intervento psicologico
- Sensibilizzazione e prevenzione fatte in modo corretto e cercando di coinvolgere una cerchia ampia di persone (professionisti sanitari, educatori, insegnanti, tutor sportivi) per poter riconoscere il problema già ai primi segnali.
- Ascolto e lavoro sul corpo

- Sedute psicologiche mensili a scuola per tutti
- Dialoghi in rete (nel senso di collaborazione tra più figure) tra strutture
- Prevenzione primaria
- Formazione specifica x dietisti e nutrizionisti
- Incontri/progetti guidati genitori-figli
- Interventi di informazione prevenzione e familiari
- Maggior informazione
- Fare parecchia prevenzione con i genitori da parte dei pediatri anche per intercettare i primissimi segnali. Diffondere opuscoli informativi sullo stile alimentare più adeguato e chiedere sempre ai genitori su eventuali cambiamenti d'umore dei propri figli. Cogliere precocemente il malessere dei ragazzini
- Maggiore informazione e punti di ascolto
- Promozione del benessere, sensibilizzazione genitori e insegnanti sui segnali predittivi, percorsi di autoconoscenza e intelligenza emotiva, mindfulness per la gestione dell'ansia, orientamento, formazione con nutrizionisti specializzati.
- Interventi nella scuola con coinvolgimento di professionisti del settore e delle famiglie, gruppi di lavoro e sensibilizzazione dei ragazzi



Nella scuola si consiglia di attuare progetti per incrementare life-skills, lavorare sull'autoconsapevolezza, sull'immagine corporea, sull'ascolto. Implementare l'informazione e la formazione per i professionisti coinvolti (Insegnanti, Pediatri, Dietisti, Nutrizionisti, Tutor sportivi) ma in generale nella popolazione si è molto puntata l'attenzione sulla prevenzione (famiglia e genitori in primis) con campagne di sensibilizzazione, la creazione di punti di ascolto, promozione del benessere.

CONCLUSIONI

La consapevolezza di aver coinvolto i diversi 'attori' di un gruppo di patologie in incredibile espansione quali i DCA, ha suscitato un grande stimolo ad interpretare e programmare altri studi futuri e valutare alcune possibili azioni da mettere in campo rapidamente e capillarmente sul territorio.

Alcuni aspetti sono chiaramente emersi dal campione di ragazzi e giovani adulti che ha partecipato al questionario: la Pandemia ed il relativo distanziamento sociale hanno causato ed acuito i DCA. L'uso dei Social e la connessione Internet molto prolungata nella giornata, il forzato contatto con familiari e conviventi è stata sicuramente un volano allo sviluppo di disagi psicologici in senso lato.

Lo hanno confermato i Professionisti delle professioni psicologiche che con le risposte fornite al questionario a loro dedicato, ribadiscono la necessità di indirizzare energie e risorse con l'obiettivo di intercettare e poter aiutare i soggetti potenzialmente o già affetti da Disturbi del Comportamento Alimentare.

La DAD per i ragazzi che frequentavano la scuola, purtroppo non è stata considerata adeguata per molti aspetti e ovviamente l'aiuto di insegnanti ed educatori non ha potuto paragonarsi a quello solitamente applicato con la didattica in presenza.

L'exasperazione del ruolo dato all'immagine corporea ed al consumo di cibo è sicuramente stata condizionata dal confinamento forzato e dal rapportarsi quasi esclusivamente tramite lo schermo dei dispositivi elettronici. Già la società attuale è ossessionata da una distorta visione del corpo e dalla eccessiva spettacolarizzazione dello stesso. Il progressivo ritorno alla 'normalità' deve essere l'occasione per coinvolgere ragazzi, famiglie ed i professionisti in azioni future mirate e attente a intercettare e agire rapidamente per evitare che un DCA si manifesti appieno rendendo più difficile un successivo trattamento.