

**XII GIORNATA DEI DISTURBI DELLA NUTRIZIONE E DELL'ALIMENTAZIONE - 15 marzo 2023**

**ADI: "PREOCCUPA L'OSSESSIVA RICERCA DELLA PERFEZIONE TRA I GIOVANI E NON SOLO. NELLE FAMIGLIE UNA GRANDE RISORSA PER INDIVIDUARE QUESTE PATOLOGIE E SOSTENERE I PERCORSI DI CURA".**

*In occasione della Giornata del Focchetto Lilla l'Associazione italiana di dietetica e nutrizione clinica solleva l'attenzione sull'aumento di disturbi legati all'ossessione per la forma fisica e schemi alimentari troppo rigidi. Pericolosi anche i filtri bellezza proposti dai social.*

Martedì, 14 marzo - "Quando si parla di disturbi della nutrizione e dell'alimentazione si pensa immediatamente all'anoressia o alla bulimia, ma esistono forme ancora più subdole e all'apparenza meno gravi come l'ortoressia o la vigoressia. Si riscontra sempre più tra i giovani e non solo, un'**ossessione morbosa per la perfezione** che si traduce in piani di allenamento fisico molto intensi e schemi alimentari rigidi e carenti dal punto di vista nutrizionale. I **filtri e i canoni di bellezza proposti dai social** non fanno che alimentare il senso di inadeguatezza che ossessiona molto spesso chi è affetto da questo genere di disturbi".

Così **ADI**, Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione clinica, in occasione della **XII Giornata nazionale del Focchetto Lilla** dedicata alla prevenzione dei disturbi della nutrizione e dell'alimentazione, pone l'attenzione su tutti i tipi di disturbi alimentari e in particolare su alcune forme sempre più difficili da diagnosticare. L'**ortoressia**, per esempio, non ancora catalogata nella nuova edizione del DSM-5 incide sulla sfera relazionale, emotiva e corporea dell'individuo che sostituisce la dimensione di piacere e il senso di soddisfazione procurato dal cibo con quello per l'attenzione rigida e accurata delle regole di un piano alimentare. Altra forma emergente soprattutto fra i giovani, catalogata nel DSM-5, è la **vigoressia**, che si manifesta con una preoccupazione eccessiva per il proprio aspetto fisico, per i muscoli e in generale per le forme del corpo portandolo a seguire piani di allenamento molto frequenti e intensi o a consumare steroidi nonché grandi quantità di proteine con il rischio di danni metabolici, renali e cardiovascolari.

"Le sindromi più frequenti di DNA sono ormai molto lontane dai casi classici e più conosciuti di Anoressia Mentale, Bulimia Nervosa o disturbo da Alimentazione incontrollata - commenta **Carmela Bagnato**, segretario ADI - Negli ultimi dieci anni, ma soprattutto negli ultimi 3, sono comparsi nella popolazione adulta e giovanissima disturbi alimentari legati a comorbidità psichiatriche, forme purtroppo estremamente severe e difficili da trattare. Patologie che se non riconosciute in tempo e non curate in modo appropriato possono diventare croniche, con conseguenti costi altissimi per l'individuo, per la famiglia e per la società. I **filtri bellezza** proposti dagli algoritmi social, mode culturali pericolose focalizzate sull'aspetto fisico e su modelli alimentari ritenuti salutari non aiutano sicuramente in questo, anzi costituiscono fattori di rischio rilevanti e spiegano perché alcune categorie siano particolarmente esposte all'insorgenza di disturbi alimentari che esprimono in realtà un malessere identitario profondo".

Secondo gli esperti ADI è importante lavorare sul sostegno che le **famiglie** possono dare nell'individuare precocemente tali malattie attraverso l'osservazione di cambiamenti fisici importanti e di comportamenti alimentari disturbati come restrizioni, abbuffate, selettività alimentare, ma anche iperattività fisica ed insoddisfazione corporea, preoccupazione esagerata per il cibo e per il peso, isolamento sociale, sbalzi d'umore e la tendenza a evitare alcuni contesti sociali e conviviali legati ai pasti.

“Le famiglie dei pazienti con disturbi della nutrizione e dell'alimentazione possono essere una grande risorsa anche nel percorso terapeutico sostenendo i propri figli – spiega **Annalisa Maghetti**, consigliere nazionale ADI- ma a loro volta devono essere aiutate nella gestione di queste patologie che hanno un effetto totalizzante e destabilizzante sull'equilibrio parentale.”

“Solo con un attento lavoro multidisciplinare si può arrivare a una diagnosi precoce del disturbo e del suo trattamento – aggiunge **Barbara Paolini**, presidente ADI - Accompagnato da campagne di prevenzione sui DNA intensive ed estese anche al mondo della scuola e dello sport. La pandemia da Covid-19 ha purtroppo amplificato l'insorgenza di questi fenomeni, l'isolamento non ha certamente aiutato, per questo la comunità scientifica deve attrezzarsi per affrontarli. La diagnosi ed il trattamento appropriato dei DNA sono oggi un'esigenza prioritaria e non sono più prorogabili”.