



KORIAN
Kinetika Sardegna
Case di Cura



I DISTURBI ALIMENTARI: IL DIFFICILE PERCORSO DI CURA

A cura della Dott.ssa Melis Lorella *Psicologa-Psicoterapeuta*

I disturbi alimentari sono patologie complesse, di origine multifattoriale, la loro natura è insieme biologica, cognitiva e comportamentale.

Nonostante abbiano avuto una notevole diffusione a partire dagli anni '60, e siano patologie in costante aumento, ancora i pazienti ed i familiari tardano a trovare terapie efficaci basate sull'evidenza scientifica; questo accresce i rischi per la salute e può favorire il cronicizzarsi del disturbo.

ECCO COSA È IMPORTANTE CONSIDERARE QUANDO SI SCEGLIE UNA CURA:

Il trattamento deve prevedere un approccio che includa specifiche competenze psicologiche, nutrizionali e mediche.



I familiari ed i pazienti dovrebbero sapere che esistono terapie basate sull'evidenza scientifica che dicono che:

- Non si può trattare un disturbo alimentare affrontando esclusivamente l'aspetto psicologico;
- Così come non è possibile affrontare un disturbo alimentare, curando solo ed esclusivamente l'aspetto nutrizionale.

Eppure, la selettività dell'intervento è il primo frequente problema della pratica clinica: la maggior parte dei pazienti riceve come primo trattamento una dieta o una terapia psicologica non specifica.

Un trattamento specialistico, realmente efficace, deve affrontare gli aspetti cognitivi e quelli alimentari, in contemporanea, considerandoli come due binari di una rotaia, che vanno di pari passo nel percorso terapeutico.

Per i terapeuti approcciarsi a queste patologie richiede aver ricevuto un'adeguata formazione, specifica per il trattamento dei disturbi alimentari. Attualmente la terapia più accreditata è quella cognitivo comportamentale.

Allo stesso modo i pazienti e familiari hanno diritto e il dovere di richiedere agli specialisti a cui si rivolgono informazioni sulla loro esperienza e sulla formazione, come in genere viene fatto quando si affronta una malattia fisica.

Dalle nuove linee guida emerge che la terapia **cognitivo-comportamentale è il solo trattamento** raccomandato per tutti i disturbi dell'alimentazione e per tutte le età.

Le linee guida complete si possono scaricare dal sito:

<https://www.nice.org.uk/guidance/ng69>