

# I disturbi del comportamento alimentare

## Fattori di rischio e fattori di protezione. Intervista a Lia Iaconelli

Angelo Spataro (a cura di)

Pediatra di famiglia, ACP Trinacria, Responsabile della segreteria "Salute mentale" dell'ACP

*Prosegue l'attività della segreteria "Salute mentale" con le interviste a esperti. Le interviste riguardavano i disturbi del linguaggio e i disturbi dell'apprendimento. Questa, riportata di seguito, riguarda i disturbi del comportamento alimentare (DCA). I DCA sono disturbi che insorgono tipicamente in età adolescenziale e adulta. Esistono però comportamenti, a esordio in età precoce, correlati a un successivo sviluppo di un DCA. Esistono fattori di rischio e fattori di protezione? Si può fare prevenzione? Qual è il ruolo del pediatra? L'intervistata è Lia Iaconelli, Psichiatra, Psicoterapeuta, Dirigente del Centro per i Disturbi Alimentari ASP 6 di Palermo, che ringraziamo vivamente.*

**Parole chiave** DCA. Disturbi comportamento alimentare

NED: Alimentazione incontrollata con abbuffate notturne

AN: Anoressia Nervosa

BN: Bulimia nervosa

### Qual è la prevalenza dei DCA?

Quando si parla di DCA è utile includere, oltre ad Anoressia e Bulimia, anche il BED (Disturbo da Alimentazione Incontrollata) che conduce al sovrappeso e alla obesità, il NED (che è una sua variante con abbuffate notturne) e tutte le forme difficilmente definibili dalla nosografia attuale che il DSM-IV include in una casella chiamata NAS (Non Altrimenti Specificato).

Si stima che la prevalenza dei DCA in Italia nelle donne fra i 12 e 25 anni sia: AN 0,5%; BN 1,5%; NAS 6%. Il BED è calcolato intorno al 10-30% della popolazione obesa adulta, benché la sua valutazione sia molto dipendente dai diversi criteri diagnostici utilizzati dai ricercatori (scende a 3-7% se si utilizzano le rigiose indicazioni del DSM-IV).

### Esistono segni prodromici dei DCA rilevabili in età precoce?

Anoressia, bulimia e obesità si presentano nelle diverse fasi della vita sia come quadri complessi sia come sintomi che si succedono e si interscambiano.

L'età di esordio dei sintomi caratteristici si colloca fra i 13 e i 19 anni, ma è possibile ricercare alcuni segni prodromici anche prima di questa età:

- mancata o confusa alfabetizzazione emotiva;
- difficoltà percettive riguardanti la consapevolezza delle sensazioni somatiche di fame e sazietà;

- alimentazione lenta e selettiva, paura di mangiare cibi nuovi, rifiuto di cibi solidi;
- modificazioni delle scelte alimentari per paura di ingrassare;
- mancanza di "assertività" (mancanza cioè di adeguate competenze nel manifestare e soddisfare bisogni, emozioni e pensieri) che può sfociare in comportamenti disfunzionali e in difficoltà relazionali.

### Ci sono forme di attaccamento, stili educativi, relazioni familiari e sociali che predispongono ai DCA?

I fattori di rischio vanno ricercati a più livelli: socio-culturale, biologico e psicologico. L'influenza dei fattori socio-culturali ha sempre avuto un interesse di primo piano nel campo dei DCA.

Pur concordando con chi ritiene "patogena" questa società dell'apparenza e delle performance a tutti i costi, ritengo che i veri fattori di rischio siano da ricercare soprattutto nelle diverse fasi della vita in cui, attraverso l'intersoggettività, l'essere umano realizza un'organizzazione attiva del sistema sé-altro. Stern mette in rilievo l'importanza della funzione materna di sintonizzazione affettiva con gli stati d'animo del bambino che è alla base della percezione di sé come essere agente, dotato di intenzionalità e quindi di una mente e di una individualità. La nutrizione è un'attività vitale per la costruzione del sé emergente, in quanto permette ripetuti contatti faccia a faccia e stimolazioni sociali. Gli studi sui *neuroni specchio* ci hanno permesso di comprendere il substrato biologico su cui si impiantano molte anomalie e molti disturbi comportamentali, fra cui i DCA. L'alimentazione per il bambino ha quindi più significati, poiché attraverso il cibo vengono espresse molte richieste che vanno da quelle chimiche a quelle affettive. Scrive Winnicott: "Un essere umano viene costruito dall'ambiente, da un adeguato nutrimento e dalle cure amorevoli dei genitori; le cure amorevo-

li sono necessarie per i processi innati di crescita emotiva".

Inoltre, deve essere sempre indagata una familiarità per disturbi depressivi, ansia, disturbi alimentari, disturbo ossessivo compulsivo, disturbi di personalità, tabagismo e alcolismo.

### Quali sono i fattori di protezione che si devono mettere in atto? Possiamo fare prevenzione? La diagnosi precoce si traduce in una migliore prognosi?

La letteratura ha sempre sottolineato l'importanza di un *attaccamento sicuro* come fattore di protezione. In una società in crisi globale, come quella in cui i nostri bambini stanno crescendo, occorrono molti altri fattori di protezione: occorrono genitori formati ad assolvere al difficile ruolo di educatori; occorrono istituzioni scolastiche propositive e creative; occorre soprattutto una nuova e vera attenzione rivolta alle nuove generazioni. La prevenzione si può attuare in ogni momento e in ogni contesto, ma sarà più efficace se attuata soprattutto nella prima infanzia, puntando in particolar modo su educazione emotiva, assertività, educazione alimentare e sport di squadra.

Fare diagnosi prima possibile è importantissimo, ma non sempre questo significa migliore prognosi.

### Cosa può fare il pediatra?

Il pediatra è senza dubbio il medico che può fare veramente prevenzione primaria dei DCA, iniziando con il promuovere e sostenere l'allattamento al seno per poi continuare, durante tutto il periodo della prima infanzia, a monitorare i parametri biologici, correggendo errori alimentari, suggerendo attività sportive, con un occhio attento anche a tutto il contesto familiare che potrebbe presentare problemi psicosociali (in particolare abbandono, maltrattamento-abuso), stress e difficoltà emotive e relazionali, disturbi alimentari, obesità e turbe psicopatologiche. ♦

Per corrispondenza:  
Angelo Spataro  
e-mail: [spataro.angelo@alice.it](mailto:spataro.angelo@alice.it)