LETTERADONNA

Suggestioni Lilla

02 giugno 2019

Le verità e i falsi miti sui Disturbi Alimentari

Il 2 giugno si celebra il *World Eating Disorders Day*, Giornata Mondiale dedicata alla sensibilizzazione istituita dall'attivista Amy Elizabeth Cunningham. Una buona occasione per fare informazione.

di SANDRA ZODIACO

Il 2 giugno si celebra il **World Eating Disorders Day**, giornata mondiale di sensibilizzazione sui **Disturbi dell'Alimentazione** (D.A.), istituita dall'attivista **Amy Elizabeth Cunningham** (Tanzania). Oggi impegnata in prima linea a livello internazionale nel campo della salute pubblica, Amy ha alle spalle una lotta di oltre 20 anni contro queste patologie: coinvolta in prima persona, da adolescente, e poi come famigliare, ha visto entrambe le proprie figlie cadere nella **trappola dell'anoressia**.

PUBBLICITÀ

inRead invented by Teads

L'IMPEGNO DI AMY PER UN IMPEGNO GLOBALE

«Quando anche la mia **seconda figlia** si ammalò, mi resi conto che la conoscenza dei trattamenti specifici (evidence-based) era limitata (…) sentivo che c'era bisogno di un nuovo **impegno di sensibilizzazione**, centrato sulla speranza e sull'accesso immediato a servizi adeguati per una completa guarigione. Mi sono confrontata con altri genitori che, come me, stavano cercando di **salvare i loro figli**, e mi sono detta che non potevamo aspettare un giorno di più: andava creato un **movimento 'dal basso'**, in grado di unire le persone di tutto il mondo attorno a degli **obiettivi comuni**». Ce la racconta così Amy, l'idea embrionale di questa importante Giornata, che vede radunarsi virtualmente individui, famigliari, attivisti e professionisti di tutto il mondo, consapevoli che per combattere i Disturbi Alimentari è necessario un **impegno globale**, comprensivo anche di un quadro politico, finanziario e di ricerca che orienti l'azione pubblica verso un **trattamento precoce e adeguato**, senza dimenticare l'importanza di mettere in campo anche **azioni di**

prevenzione idonee. Emblema di questo impegno comune è il **Fiocchetto Lilla**, dal 2018 adottato ufficialmente come simbolo mondiale della lotta a queste patologie.

Amy Cunningham.

I DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE TRA FALSI MITI E REALTÀ

Nel giro di pochi anni si è sollevata una **voce collettiva** a sostegno di tutti coloro che spesso combattono in silenzio contro i Disturbi Alimentari, evidenziando alcuni messaggi-chiave per contrastare la **disinformazione di massa**. Proprio in occasione della Giornata, infatti, l'*AED - Academy for Eating Disorders*, partendo dai miti comuni individuati dalla **Dr.ssa Cynthia Bulik** (ricercatrice di fama mondiale dell'Università della Carolina del Nord), ha elaborato un manifesto per dare voce alle istanze condivise dagli **attivisti di tutto il mondo**, nell'intento di stimolare in un pubblico il più ampio possibile la conversazione sul tema, di accrescere la consapevolezza e **ridurre lo stigma** che circonda queste patologie: le **nove verità sui Disturbi dell'Alimentazione**.

Verità #1: Molte persone con Disturbi dell'Alimentazione hanno un aspetto sano, ma possono essere molto malate.

Verità #2: Le famiglie non sono da incolpare, anzi possono essere le migliori alleate dei pazienti e degli operatori durante il percorso di cura.

Verità #3: Una diagnosi di Disturbo dell'Alimentazione è una situazione di straordinaria difficoltà (e di crisi) sanitaria che sconvolge il funzionamento personale e del gruppo familiare.

Verità #4: I D.A. non sono scelte, ma gravi malattie con notevoli influenze sul piano biologico.

Verità #5: I D.A. colpiscono persone di qualunque genere, età, razza, etnia, peso, di tutte le forme del corpo, di qualunque orientamento sessuale e di differenti strati socio-economici.

Verità #6: I Disturbi dell'Alimentazione comportano un aumento del rischio sia per il suicidio che per le complicanze mediche.

Verità #7: Sia i geni che l'ambiente giocano un ruolo importante nello sviluppo dei D.A.

Verità #8: I geni da soli non predicono chi sarà la persona che svilupperà un Disturbo dell'Alimentazione.

Verità #9: La guarigione da un Disturbo dell'Alimentazione è possibile. La diagnosi precoce e la qualità dell'intervento sono però molto importanti.

Queste verità, alla base della ricerca attuale e della comprensione clinica dei disturbi alimentari, sono supportate dall'**Organizzazione Mondiale della Sanità** e da una serie di organizzazioni capofila all'interno della comunità dei D.A., come la *National Eating Disorders Association* (NEDA), l'*International Association of Eating Disorder Professionals Foundation* (iaedp), *Families Empowered And Supported Treatment of Eating Disorders* (F.E.A.S.T.), *Project Heal* e molte altre.

UNA EPIDEMIA SENZA CONFINI

Anche per la quarta edizione di questa Giornata, **oltre 200 associazioni, centri di cura e istituzioni in più di 40 Paesi** di tutto il mondo saranno impegnati in attività - a livello virtuale, ma non solo - di sensibilizzazione e informazione sui Disturbi dell'Alimentazione, che a livello globale colpiscono **oltre 70 milioni di persone** (fonte: *World Eating Disorders Day*), indipendentemente dalla razza, dall'etnia, dal contesto socioeconomico, dal sesso o dall'età. Gli oltre 40 Paesi coinvolti forniscono risposte diverse in termini di trattamento e cura, ma nessun paese ancora sembra avere adottato una **politica nazionale** efficace per affrontare e contrastare queste patologie.

SERVONO ASSISTENZA E UNA CULTURA TRASVERSALE

Alcuni Paesi, come il **Canada**, i **Paesi Bassi**, la **Norvegia** e la **Svezia** stanno sviluppando **programmi di trattamento** utilizzando i sistemi sanitari nazionali. Gli Stati Uniti hanno un settore sanitario per lo più privato, con oltre 150 programmi di cura residenziale a pagamento, nonché migliaia di fornitori privati. In Italia esistono delle **Linee Guida elaborate dal Ministero della Salute**, ma ad oggi solo poche regioni rispondono ai criteri richiesti di un modello organizzativo articolato in quattro livelli di trattamento, a seconda delle **necessità di intervento** (ambulatorio, day-hospital, ricovero ospedaliero in fase acuta e residenzialità extraospedaliera). Le reti di intervento e di assistenza, infatti, dimostrano carenze e criticità nella loro distribuzione «a macchia di leopardo» sul territorio nazionale; solo nove regioni hanno approcciato la completezza dell'**offerta assistenziale**. Per contrastare il diffondersi dei D.A., è indispensabile **creare una cultura trasversale** che garantisca, a livello nazionale, uniformità di assistenza nelle varie fasi della malattia (prevenzione, acuzie, riabilitazione) e prevedere politiche sanitarie in grado di attuare una forte programmazione e organizzazione dei servizi per garantire il **riconoscimento precoce dei casi**; la tempestività dell'intervento è fondamentale per ridurre l'evoluzione e l'aggravamento del disagio. Proprio sulla scia di queste considerazioni, è lo slogan «**Eating Disorders Can't Afford to Wait**» *(i disturbi alimentari non possono attendere*, *ndr*) ad essere stato scelto come **motto ufficiale** della campagna mediatica lanciata dagli attivisti del *IV World Eating Disorders Day*.

I DISTURBI ALIMENTARI IN CIFRE: IL QUADRO ITALIANO

Si stima che in Italia oltre **3 milioni di persone** soffrano di Disturbi dell'Alimentazione, il 95,9% sono donne e il 4,1% uomini; sebbene il fenomeno sia in progressivo aumento anche tra la popolazione maschile. L'incidenza dell'**anoressia nervosa** è di almeno 8-9 nuovi casi per 100mila persone tra le donne, mentre per

gli uomini è compresa tra lo 0,02% e 1,4%. Per la bulimia ogni anno si registrano 12 nuovi casi per 100mila persone tra le donne e circa 0,8 tra gli uomini. La fascia d'età in cui entrambi i disturbi si manifestano più spesso è quella tra i 15 e i 19 anni, anche se recenti osservazioni cliniche hanno segnalato un **aumento dei casi** a esordio precoce. L'anoressia è la terza malattia cronica più comune tra i giovani. I pazienti con anoressia tra i 15 e i 24 anni hanno un rischio di mortalità 10 volte superiore a quello dei coetanei. Il **numero di decessi** in un anno per anoressia nervosa si aggira intorno al 6%, al 2% per **bulimia nervosa** e al 2% per altri disturbi alimentari non specificati (fonte dati, aggiornati a marzo 2019: *Ministero della Salute*).

© RIPRODUZIONE RISERVATA