

# ABCibi&Me: quando il cibo nasconde un disagio



## ABSTRACT:

Il cibo è vita, il cibo è salute, il cibo è gioia, il cibo è famiglia. Alla base della Piramide Alimentare Mediterranea si trova la tavola apparecchiata, sinonimo di convivialità e benessere psicofisico dell'individuo. Nei disturbi alimentari queste fondamenta vengono a mancare. E non si vuole solo riferire ai disturbi alimentari che si "vedono", come per esempio l'anoressia nervosa. Ma si vuole raccontare anche di quelle forme nascoste, che gli altri non vedono. La bulimia nervosa, il binge eating disorder, il disturbo da evitamento... sono problematiche impattanti sul ragazzo, a volte più dal punto di vista psichico che fisico, e devono essere affrontate.

A volte è proprio quello che non si vede, ma che si prova.... che deve essere trattato. Il problema del rapporto con il cibo è spesso solo la punta di un iceberg, fatto di disagio e sofferenza.

Con la pandemia si è assistito ad una significativa impennata dei nuovi casi tra i giovani che per lo più si rivolgono ai servizi di cura in fase estremamente avanzata, quando è sempre più difficile guarire e quando il percorso terapeutico richiesto sarà lungo e estremamente complicato, sia per i ragazzi, sia per le famiglie.

Arrivare al coinvolgimento proattivo dei ragazzi, attraverso l'ideazione e la realizzazione di un video insieme al personale sanitario, vuole essere un segnale di coinvolgimento e sostegno da parte del territorio e dell'azienda sanitaria, che ha come mission la salute dei suoi abitanti. Comunicare l'importanza della presa di coscienza e la possibilità di ascolto vuole essere l'ambizioso obiettivo del lavoro. Diffondere cultura sui disturbi alimentari vuol dire prevenzione in primis, ma anche potenziale via di accesso in fase iniziale di cura.

Contestualmente il comunicare con i giovani, con nuove tecnologie (es. smartphone) diffondendole attraverso i social, vuole essere strategia efficiente ed efficace al fine di raggiungere la massima diffusione del prodotto e nello stesso tempo poter coinvolgere anche insegnanti e famiglie.

## OBIETTIVO:

- 1) *Creazione da parte di un gruppo di ragazzi delle scuole di un peer video sui disturbi alimentari.* Tale attività potrebbe essere inserita tra i PCTO.
- 2) *Engagement dei ragazzi:* l'aiutare i ragazzi nella creazione di un video su problematiche di salute vuole creare partecipazione e coinvolgimento. Non solo dei ragazzi, ma anche delle famiglie.
- 3) *Empowerment dei ragazzi:* una sorta di "terapia informativa" che, nell'informare e coinvolgere gli alunni, farà sì che vengano adottati comportamenti favorevoli alla salute e partecipazione attiva nel rivolgersi alle cure quando necessario, compiendo scelte più responsabili in merito alla propria salute.
- 4) *Formazione agli insegnanti,* che nell'essere indirettamente coinvolti, potranno fungere da primo filtro, nonché essere identificatori di problematiche in fase iniziale di malattia

## SETTING:

Scuole Secondarie di II grado

## PROGRAMMA DELLE ATTIVITÀ:

- 1) Reclutamento dei ragazzi da coinvolgere nella creazione del video attraverso i dirigenti scolastici e i rappresentanti scolastici.
- 2) Formazione specifica sui disturbi alimentari da parte di personale sanitario multispecialistico dedicato alla cura dei Disturbi Alimentari dell'Asl CN2
- 3) Creazione del video con supporto tecnico esterno
- 4) Diffusione del video attraverso canali Social e canali istituzionali.

## TEMA DI SALUTE:

**Disturbi del Comportamento Alimentare**



## METODOLOGIA:

**Peer & video Education**

## DESTINATARI intermedi:



Alunni Scuola Secondaria II grado coinvolti nella creazione del video

## DESTINATARI finali:



Alunni Scuola Secondaria II grado



Insegnanti



Genitori

## CONTATTI:

### **Dott.ssa Cloè DALLA COSTA**

Dirigente medico Direttore f.f.

S.C. Nutrizione Clinica e Disturbi del

comportamento alimentare ASL CN2

e.mail: [cdallacosta@aslcn2.it](mailto:cdallacosta@aslcn2.it)

Tel. 0172.1408492

### **Dott.ssa Elisa COLOMBI**

Dirigente medico Responsabile

S.S.D. Neuropsichiatria Infantile ASL CN2

e.mail: [elcolombi@aslcn2.it](mailto:elcolombi@aslcn2.it)

Tel. 0172.1408856