



GIORNATA DISTURBI ALIMENTARI: ATTENZIONE AI COMPORTAMENTI A RISCHIO

In occasione della Giornata del Fiocchetto lilla gli esperti del Gruppo KOS, primo gruppo per numero di posti letto accreditati dedicati ai disturbi della nutrizione e alimentazione (DNA), raccomandano attenzione ai sei segnali di allarme che indicano una potenziale patologia.

Si stima che in Italia tali disturbi riguardino più di tre milioni di persone, con un progressivo incremento di casi e un abbassamento dell'età di esordio*

Milano, 12 marzo 2025 – Anoressia, bulimia e disturbo da alimentazione incontrollata colpiscono soprattutto gli adolescenti e i giovani adulti, ma non di rado si osservano segnali d'allarme già nei bambini in età scolare. Gli esperti del gruppo KOS, tra i principali operatori in Italia nel settore della psichiatria e primo gruppo per numero di posti letto accreditati (circa cento posti letto) dedicati ai **disturbi della nutrizione e alimentazione**, hanno identificato un elenco di segnali utili da osservare, per famiglie ed educatori.

Adolfo Bandettini di Poggio, direttore medico dell'area psichiatria del Gruppo KOS, sottolinea: *"Intervenire precocemente è essenziale, ma è soprattutto importante fornire alle famiglie e agli educatori gli strumenti per non trascurare alcuni campanelli d'allarme. Non minimizzare il problema e non attribuire i disturbi della nutrizione e alimentazione a una "fase passeggera" della crescita è il primo fondamentale passo per avviare un dialogo empatico e senza giudizio che consente di affrontare i disturbi alimentari con il supporto degli specialisti. Molto può fare anche l'esempio degli adulti, a scuola, in famiglia, sulla rete: non giudicare aspramente il corpo proprio e altrui, non oggettificare il corpo misurandolo, esponendolo e osservandolo continuamente, ma provare piuttosto a dare valore e manifestare gratitudine per il "corpo vissuto" come strumento delle nostre esperienze e dell'espressione dei nostri desideri e potenzialità."*

I SEGNALI DI ALLARME

1. **Cambiamenti improvvisi nelle abitudini alimentari**

Un rifiuto improvviso di alcuni cibi prima graditi, l'eliminazione drastica di gruppi alimentari o un interesse eccessivo per alimenti "light" e diete.

2. **Riduzione delle porzioni o digiuni frequenti**

Saltare i pasti o ridurre progressivamente la quantità di cibo senza motivo.

3. **Selettività e rigidità alimentare**

Mangiare solo determinati cibi ritenuti "sicuri" e rifiutare pasti preparati da altri. Sminuzzare il cibo, mangiare lentamente o separare gli alimenti nel piatto, creando dei "rituali" rigidi collegati al cibo.

4. **Isolamento sociale e irritabilità**

Rifiuto di mangiare in compagnia, inventare scuse per non sedersi a tavola. Sensazione di frustrazione, ansia o depressione legata al cibo e all'immagine corporea.



5. **Cambiamenti nelle abitudini di movimento e sport**

L'avvio improvviso di allenamenti intensi e/o ripetuti durante la giornata con l'obiettivo esclusivo di "bruciare calorie"

6. **Controllo ripetuto del proprio peso e dell'immagine corporea**

Controllo continuo allo specchio o in fotografia della propria immagine, specie associata a commenti negativi sul proprio corpo e paragoni costanti con altri.

"Se si identificano alcuni comportamenti a rischio è importante non minimizzare. Parlare con il ragazzo/a in modo empatico, evitando giudizi, rimproveri, consigli e imposizioni o ricatti: lasciare spazio all'ascolto e coinvolgere per una valutazione il medico di famiglia in primis e poi lo specialista. Utile anche creare un ambiente sereno a tavola, evitando pressione sui pasti e promuovendo un'alimentazione equilibrata e flessibile." – conclude

Adolfo Bandettini di Poggio, direttore medico dell'area psichiatria del Gruppo KOS.

I trattamenti disponibili per i Disturbi della Nutrizione e Alimentazione (DNA)

I trattamenti sono multidisciplinari e personalizzati, combinando diverse strategie terapeutiche per affrontare le specifiche esigenze di ogni paziente. Il trattamento spesso include terapia psicologica, supporto nutrizionale e, talvolta, interventi medici. La terapia cognitivo-comportamentale è uno degli approcci più efficaci, mirato a modificare i pensieri e i comportamenti disfunzionali legati all'alimentazione. La terapia familiare può essere particolarmente utile, coinvolgendo i membri della famiglia nel processo di guarigione. In alcuni casi, può essere necessario l'uso di farmaci per trattare co-occorrenze di ansia o depressione. Inoltre, il trattamento può prevedere livelli di assistenza diversi, che vanno dalla terapia ambulatoriale specialistica alla riabilitazione intensiva ospedaliera e residenziale, fino ai ricoveri.

Il Gruppo KOS e la rete DCA

KOS è un primario gruppo sanitario italiano che opera nell'assistenza sociosanitaria, nella psichiatria, nella riabilitazione, nella diagnostica e nella medicina per acuti. Il Gruppo gestisce circa 170 strutture con oltre 13.000 posti letto e opera in Italia e in Germania con 13.300 dipendenti e collaboratori. KOS, in particolare, è presente in 11 regioni italiane dove gestisce oltre 120 strutture: 60 residenze sanitarie assistenziali (RSA), 9 cliniche psichiatriche 8 comunità terapeutico-riabilitative, 15 centri di riabilitazione, 28 centri ambulatoriali e 1 ospedale.

I principali centri del gruppo KOS specializzati nella cura dei disturbi della nutrizione ed alimentazione sono, oltre a Villa dei Pini a Firenze, Villa Margherita ad Arcugnano (Vicenza), l'Istituto Neuroscienze Neomesia e Villa Armonia a Roma, Villa Rosa e Villa Pineta a Modena e Ville di Nozzano a Lucca.

* <https://www.salute.gov.it/portale/saluteMentale/menuContenutoSaluteMentale.jsp?lingua=italiano&area=salute%20mentale&menu=DNA>

Ufficio stampa

**SEC Newgate**

Laura Arghittu – laura.arghittu@secnewgate.it

Sara Boldrin, cell. 340 1542593 – sara.boldrin@secnewgate.it

Federico Ferrari, cell. 347 6456873 – federico.ferrari@secnewgate.it

Gruppo KOS

Nico Coppari, cell. 339 8399859 – nico.coppari@kosgroup.com

Laura Capardoni, direttore marketing e comunicazione – laura.capardoni@kosgroup.com