

(AGI) - Roma, 1 dic. - "Ed è proprio sull'ultimo punto che psicoterapeuti e professionisti sanitari hanno deciso di elaborare ed attuare nuove strategie per essere al fianco dei pazienti", riferisce Di Napoli. I disturbi del comportamento alimentare si manifestano in varie forme: mangiare e vomitare, digiunare, trascorrere ore ed ore facendo attività fisica o sui gruppi Internet che incitano alla magrezza ma soprattutto avere pensieri e vivere emozioni che non permettono di stare bene con sé stessi e causando disagio nei rapporti interpersonali e nel contesto lavorativo e scolastico abbassando così la qualità di vita. Secondo i ricercatori, non è il peso a determinare la gravità ma una bassa autostima accompagnata dalla ricerca di perfezionismo che si cerca di raggiungere attraverso il controllo del cibo e del peso, sia che si parli di binge eating, anoressia, bulimia, ortorexia e altre variazioni del disturbo. Secondo il Ministero della Salute, in Italia, più di tre milioni di persone soffrono di questa problematica, ma si stima possano essere di più dal momento che circa il 40 per cento non chiede aiuto o non riceve una diagnosi. Il trattamento psicoterapeutico accompagnato nelle forme più gravi a quello farmacologico è il percorso di elezione con una stima dei pazienti guariti che arriva fino al 70 per cento. Per far fronte alle restrizioni e ai limiti imposti dalla pandemia i professionisti sanitari hanno incrementato la terapia online, alternativa fondamentale che si è riscontrata valida ed equiparabile all'incontro vis a vis. Accanto alla psicoterapia è importante il ruolo delle associazioni e dei gruppi di pazienti. "Un ottimo alleato al percorso terapeutico perché crea un filo diretto tra chi aiuta e chi chiede aiuto e affianca in maniera efficace le cure mediche", afferma Di Napoli. "Da un anno collaboro con Imma Venturo, Operatrice sanitaria e coach del percorso 'Saziare la bulimia' che consiglio alle pazienti che cercano un sostegno ulteriore", aggiunge. La storia di Imma Venturo può essere d'ispirazione. Operatrice sanitaria ed ex paziente con disturbo dell'alimentazione che ora ha come sua missione aiutare le altre donne a uscirne come lei. Come? Attraverso il book coaching: un percorso che si basa su tecniche di coaching mirate alla crescita di autostima e alla scoperta del proprio potenziale per superare i problemi con il cibo. Dopo 25 anni di malattia, durante il ricovero durato un anno in una clinica specializzata ha tenuto un diario che l'ha aiutata a uscirne e che ora propone come strumento per la guarigione. Ora è una coach dei disturbi alimentari che propone un percorso, sperimentato in primis su se stessa, "Saziare la Bulimia Life", e trascorre parte della sua giornata a scovare persone e siti che inneggiano alla magrezza estrema per aiutare le ragazze a non cadere nella rete. In maniera volontaria, offre ascolto e percorsi di auto aiuto sulla pagina Facebook e il Blog. Non solo, ha creato un circuito di sostegno attivo 24 ore su 24 basato sul sostegno tra pari, ma con un moderatore esperto, i cui principi ispiratori sono: assenza di giudizio, ascolto reciproco, accoglienza. A chi le chiede aiuto, racconta come lei è uscita dalla dipendenza da cibo, e aiuta ad apprendere regole routinarie, scrittura di un diario, momenti di riflessione su di sé. Imma Venturo ha scritto un libro che raccoglie gli appunti del suo diario e percorso di cura che aiuta a capire come "Saziare la Bulimia". È possibile ascoltare i suoi consigli giornalieri sulla pagina Facebook Saziare la bulimia, sui canali social Instagram e Telegram. (AGI)

RED/MLD