

Tullio Scrimali e Damiana Tomasello

**ORIENTAMENTO COGNITIVO
COMPLESSO E DAY TEHRAPY
NEL TRATTAMENTO DEI
DISTURBI DELLA NUTRIZIONE E
DELLA ALIMENTAZIONE**

Un aspetto importante nella psicopatologia dei disturbi della alimentazione e del peso è costituito dalla “sregolazione emozionale”.

Infatti, nei disturbi della alimentazione, il cibo e/o la sua deprivazione divengono strumenti di coping disfunzionale delle emozioni.

Junk food

cibo con alte concentrazioni di zucchero e calorie

Le dosi

sono necessarie dosi sempre crescenti per provare la stessa soddisfazione

La dipendenza

Si crea un meccanismo di dipendenza identico a quello messo in moto dalla droga

L'eccesso

In grandi dosi, il junk food sollecita in maniera eccessiva il circuito del piacere

Gli effetti

Attiva nel cervello il circuito del piacere e della gratificazione

Il test

è stato effettuato sui topolini alimentati con bacon, salsicce, cioccolato e torte

Fase 1

All'inizio i topolini potevano mangiarne liberamente

Fase 2

Poi ogni somministrazione era accompagnata da una piccola scossa elettrica

Conclusione

Gli animali cercavano lo stesso il junk food:
• il meccanismo di dipendenza era innescato

Allarme junk food: è come una droga

Una ricerca: "I cibi troppo grassi o zuccherosi creano dipendenza"

Il Biofeedback è una procedura, sperimentale e clinica, grazie alla quale, mediante l'impiego di idonee strumentazioni, e di un setting appropriato, ogni individuo può acquisire, gradatamente, il controllo di parametri, di norma, non volontari.



Biofeedback, autoregolazione e disturbi della alimentazione

Il biofeedback della attività elettrodermica è stato da noi sperimentato, quale tecnica di autoregolazione emozionale, nella bulimia, nella anoressia e nel disturbo da alimentazione incontrollata.

Autoregolazione emozionale e prevenzione delle abbuffate o dell'alimentazione compulsiva

Il paziente impara a regolare le emozioni e soprattutto il craving nei confronti del cibo.

Biofeedback e riabilitazione nutrizionale nella anoressia

- Nella anoressia si istituiscono una serie di condizionamenti viscerali che rendono difficile alimentarsi, mantenere il cibo nello stomaco e iniziare la digestione.
- Attuando prove in vivo, con l'utilizzazione del MindLAB Set, il paziente può osservare come, anche la sola vista del cibo, provochi una reazione emotiva che si caratterizza per una **attivazione ortosimpatica ergotrofica** che blocca la salivazione, la secrezione di acido cloridrico e la peristalsi gastrica.

- Il paziente impara a produrre, sotto controllo del monitor psicofisiologico, una condizione di autoregolazione trofotrofica e vagotonica che incrementa la salivazione, la secrezione gastrica e la peristalsi, rendendo possibile iniziare ad alimentarsi e poi digerire.
- Dopo aver mangiato, il paziente utilizza la nuova competenza appresa per lenire il senso penoso di pesantezza all'epigastrio e di difficoltà digestiva.

Videomonitoraggio ed il videofeedback come tecnica cruciale per la ristrutturazione della Identità somatica.

Se lo specchio è ampiamente utilizzato nel trattamento della disaffezione somatica, presente nei disturbi della alimentazione, ben più utile e promettente appare l'utilizzo del videofeedback.

In questo caso l'immagine del corpo può essere manipolata e fruita dalla paziente in modo ottimale.

Le sperimentazioni attuate in tal senso presso il Centro Clinico ALETEIA hanno fornito buoni risultati!

Attualmente il modulo «disaffezione corporea» nei disturbi della alimentazione è al centro del nostro lavoro di ricerca e sperimentazione clinica insieme al modulo «riabilitazione nutrizionale»

Emotional eating

Il paziente impara a modulare e regolare le emozioni tramite il biofeedback, piuttosto che utilizzando l'alimentazione