

# Dal trattamento dei D.A.N. alla psiconutrizione: ampliare i confini della psicologia

*“Spoilerare”* è una brutta cosa, lo sappiamo. Ma, quando il finale è entusiasmante, perché aspettare? Quando la psicologia riesce ad ampliare i suoi “tradizionali” confini è proprio il caso di darne notizia e direi che l’**Ordine Psicologi Lazio** ed il **Gruppo di “Psicologia e Alimentazione”** ci sono riusciti!

Ebbene sì. In questi anni che ci hanno visto condurre battaglie difensive contro chi, a dispetto della laurea, ha voluto appropriarsi dei nostri campi di azione, di territori e spazi di intervento tipici della nostra professione, **nel settore della Psicologia dell’Alimentazione si è voluto agire controcorrente: un piano per “avanzare” in territori che solo in parte avevamo frequentato e purtroppo esclusivamente nel campo della psicopatologia.**

Se fino a qualche anno fa, gli psicologi venivano chiamati ad intervenire per la diagnosi e trattamento dei Disturbi dell’alimentazione e della Nutrizione (ex D.C.A.) oggi, grazie ad una visione più ampia, eccoci a collaborare, con reciproco rispetto, con altri professionisti dell’area “cibo” come nutrizionisti/e, dietisti/e, e specialisti della diabetologia.

**Come è stato possibile?**

Come insegnato dal “sillogismo” di Aristotele, **se la psicologia è la scienza del comportamento è anche vero che il comportamento alimentare, come ogni altro comportamento, ne è oggetto;** regolato da fattori biologici ma anche psicologici e sociali, è legittimo che il rapporto con il cibo sia anche di competenza della scienza psicologica.

***“Food is more than just something to eat”*** scriveva un’anonima anoressica ed oggi, sappiamo che questa affermazione è valida in moltissime situazioni. In tutte quelle situazioni nelle quali, come ciascuno di noi singolarmente, senza avere grandi problemi di alimentazione, sperimenta o ha sperimentato almeno una volta nella vita: mangiare senza fame, mangiare semplicemente perché si vede il cibo nel piatto, mangiare anche quando si è oramai sazi. Quando si è arrabbiati, quando ci si annoia, quando si hanno problemi in generale, il cibo è il nostro sfogo. **E così si aprono gli spazi alla psicologia come aiuto e sostegno all’aderenza alla dieta prescritta** (quando è evidente che le indicazioni nutrizionali non riescono ad essere seguite); **per non parlare dell’ambito di intervento nella chirurgia bariatrica** (o della grande obesità) **in cui, oltre agli aspetti della valutazione di idoneità alla stessa, gli psicologi si inseriscono per facilitare il percorso del cambiamento delle abitudini alimentari.** E ancora, **i programmi di prevenzione e promozione della salute sia in ambito scolastico che in azienda.**

Tutto questo progressivo ampliamento dell’area di azione della psicologia, in ambito alimentare, è diventato concreto grazie all’**Ordine Psicologi del Lazio** che, nel 2014 istituiva il Gruppo di Lavoro di “Psicologia e Alimentazione”, composto da pochi colleghi formati nel settore, che con entusiasmo iniziava ad interagire sul tema con Istituzioni, i colleghi e i cittadini.

- **Con le Istituzioni:** abbiamo partecipato, invitati dal Ministero della Salute, alla Maratona **Patto per la Salute** nel 2019 per esporre la nostra prospettiva; abbiamo attivato due Protocolli di Intesa con l’Associazione Italiana Celiachia AICLazio e con il Policlinico Gemelli e, a breve, si spera di poter fare una convenzione anche con gli iscritti all’Associazione Amici Obesi Onlus.
- **Per la cittadinanza:** tanta informazione (2 gli e-book

prodotti in tema di Psicologia alimentazione), partecipazioni ad eventi, interviste e articoli su numerosi quotidiani che hanno aiutato a diffondere informazioni sugli ambiti di intervento e l'utilità della figura.

- **Per i colleghi:** non solo formazione ma anche promozione della figura con professionalità e competenze specifiche, istituendo la **Rete P.A.S.S.** degli Psicologi dell'alimentazione al servizio della salute (<https://www.ordinepsicologilazio.it/psicologi/pass/>) e numerosi incontri all'Ordine; di recente, un ciclo di webinar, inseriti nel network di "psicologia e alimentazione" alcuni dei quali hanno visto partecipare più di 300 persone!
- Che dire poi delle **Università**, tanto profondamente convinte dell'importanza della psicologia "a tutto tondo" da attivare un Master Interuniversitario di II livello in *Psicobiologia del comportamento alimentare* (Tor Vergata e Campus biomedico) per formare al lavoro di equipe, sin dai primi passi, psicologi e nutrizionisti INSIEME. Un progetto nel quale hanno fortemente creduto le due Casse di Previdenza, Enpap ed Enpab, consapevoli dell'utilità della collaborazione e dello sviluppo della professione in questa area.

**Certi che tanto sia stato fatto ma che tanta strada ancora si debba percorrere, continueremo a lavorare, non più soli, per garantire ad ogni persona, con problemi di peso corporeo o di rapporto con il cibo, il diritto di ricevere i migliori trattamenti disponibili.** Questo sarà possibile solo grazie alla presenza della *psicologia dell'alimentazione* in ogni studio privato o struttura pubblica, anche a supporto di quelle persone che devono seguire un piano alimentare personalizzato ma che riscontrano difficoltà ad attenersi a un modello dietetico idoneo e, come sempre, presenti nel trattamento dell'obesità, dell'anoressia e bulimia, come nella prevenzione e promozione della salute.

Un breve articolo non riesce ad esaurire le tante cose fatte in questi 6 anni ma se non volete perdere gli aggiornamenti un semplice click al seguente link (<https://www.ordinepsicologilazio.it/aree/lavoro/network-professionali/>) vi aiuterà e ci aiuterà a far crescere la comunità professionale degli psicologi, in un confronto continuo, con sempre più competenza ed in linea con i bisogni sanitari espressi dalla cittadinanza e da altri professionisti.