

di **Luciana Indinnimeo**  
luciana.indinnimeo@gmail.com

[ EDITORIALE ]

# Disturbi della nutrizione e alimentazione

I dati recenti sui disturbi dell'alimentazione in età evolutiva fotografano una situazione preoccupante che richiede interventi mirati ed efficaci.



**N**ON ABBIAMO MOLTA INFORMAZIONE sui disturbi alimentari. Sappiamo però che possono causare seri problemi di salute. Includono l'anoressia, la bulimia, il *binge eating* e altre forme meno frequenti di disturbi alimentari, ancora non ben specificati.

Più recentemente sono stati denominati Disturbi della Nutrizione e Alimentazione (DNA). Si tratta di una vera e propria emergenza nazionale e sociale nei Paesi a reddito medio-alto in quanto la loro prevalenza nei bambini/adolescenti è notevolmente aumentata negli ultimi 50 anni (Treasure J. Lancet, 2020). Dopo la pandemia da SARS-CoV-2 si è registrato un aumento dei DNA che sfiora il 40%, con una crescita dei ricoveri fino al 50%. Da valutare che molti soggetti negano i propri sintomi ed evitano o ritardano il rivolgersi a specialisti esperti del problema, per cui molti casi di DNA non vengono diagnosticati e curati.

I media influenzano notevolmente la costruzione dell'immagine del pro-

prio corpo e la creazione di standard estetici, soprattutto negli adolescenti che possono essere indotti a cambiare le loro abitudini alimentari, diventando vulnerabili ai disturbi alimentari.

I campanelli d'allarme? Oltre alla perdita di peso, c'è la perdita dei capelli, lo sguardo assente, le unghie fragili, l'isolamento, non si partecipa più attivamente alla vita familiare e si esce sempre meno con gli amici.

Una review sistematica con metaanalisi (López-Gil JF. JAMA Pediatrics, 2023) ha valutato l'epidemiologia dei disturbi alimentari nei bambini e negli adolescenti. Sono stati inclusi 32 studi con 63.181 partecipanti da 16 Paesi. Gli studi includevano soggetti dai 7 ai 18 anni di età, solo 3 studi includevano bambini dai 7 ai 10 anni.

I risultati hanno mostrato che il 22% dei bambini e degli adolescenti presentava disturbi alimentari. I disturbi alimentari erano più frequenti tra le ragazze rispetto ai ragazzi e aumentavano con l'aumento dell'età e del BMI. L'età media di inizio dei DNA era riportata in media a 12 anni.

Riporto i risultati della prima survey epidemiologica nazionale italiana sui ricoveri per disturbi della nutrizione e dell'alimentazione, finanziata dal Ministero della Salute, che si è conclusa nel febbraio 2022.

Considerando le diagnosi di ricovero scorporate nelle varie forme di DNA, emerge in termini assoluti la

prevalenza di ricoveri per anoressia nervosa, che presenta più rischio di acuzie e quindi necessità di ricovero ospedaliero. La diagnosi "disturbi dell'alimentazione non specificati" risulta seconda per il numero di ricoveri.

Nella popolazione maschile il tasso di ospedalizzazione è più alto nelle fasce d'età più giovani (10 e 10-14 anni) rispetto alle femmine e segue un andamento decrescente, mentre nelle femmine il tasso è più alto nella fascia 15-19 anni e segue una distribuzione normale.

Questi dati sui DNA sono preoccupanti e sottolineano la necessità di definirne le dimensioni e la loro distribuzione nella popolazione a rischio per programmare interventi volti a prevenirli, a individuarli e a curarli.

Oltre al pediatra che controlla la crescita psico-fisica dei ragazzi, è fondamentale che l'assistenza a questi pazienti sia il frutto di un lavoro di squadra, di professionisti esperti della materia: psicoterapeuta, nutrizionista e, se viene richiesto un aiuto farmacologico, sarà necessario consultare il neuropsichiatra infantile.

Contemporaneamente bisogna sostenere la famiglia che si sente sola e incapace di aiutare, non sa come agire, le parole da usare, gli atteggiamenti da tenere. La vita dell'intera famiglia viene sconvolta, venendo a mancare l'equilibrio e la serenità di prima. ■