

I DISTURBI ALIMENTARI

Il modello di Psicoterapia Breve Strategica elaborato da P.Watzlawick e Giorgio Nardone, poi sviluppato fino ai giorni nostri dal centro di terapia strategica di Arezzo in collaborazione con gli studi affiliati in tutto il mondo, si è dimostrato, il più efficace ed efficiente nel trattamento delle varie tipologie di disturbo alimentare.

Nell'ambito dell' **anoressia**, il modello si distingue da differenti tipologie di intervento da un lato, ritenendo che un problema si possa risolvere definitivamente nella maggior parte dei casi nel contesto della sua insorgenza, ovvero la famiglia, evitando, a parte in casi estremi, il ricovero e preferendo adottare un intervento non meccanico, ma che vada a modificare le modalità percettive della persona nei confronti del proprio corpo e del cibo. Dall'altro lato, la ricerca ha consentito negli ultimi anni due macro tipologie di intervento:

- per le giovani anoressiche
- per le donne di età adulta anche con anni di disturbo alle spalle

Tale evoluzione ha permesso un notevole incremento dell'efficacia e dell'efficienza del processo terapeutico.

In riferimento alla **bulimia**, considerando la stessa etimologia della parola, che significa "fame da buie", fondamentale è stata la distinzione tra chi si abbuffa di cibo consumando un vero e proprio banchetto diosiniaco in breve tempo e giungendo in breve tempo a scoppiare e coloro che si abbuffano di tutti i cibi usualmente proibiti.

In questo modo la Terapia Breve Strategica è diventata un essenziale punto di riferimento per l'intervento sulla **sindrome da vomito**, presentato alla comunità scientifica grazie al costante lavoro di ricerca degli ultimi 10 anni, che si differenzia dalla bulimia, sia per modalità di funzionamento che, di conseguenza, per le tecniche che risultano più idonee per consentirne la risoluzione.

Il **binge-eating** rappresenta infine la tipologia di disturbo alimentare maggiormente associata alla paura di ingrassare: una vera e propria ossessione per il cibo e per la magrezza, nel quale si alternano periodi di digiuno e successive abbuffate.

Le varie tipologie raramente si presentano in forma pura, generalmente è più facile trovare una contaminazione delle stesse.