

---

## Disturbi alimentari, i consigli degli esperti e delle famiglie per prevenirli e affrontarli

**Autore:** Sara Fornaro

**Fonte:** Città Nuova

**I disturbi alimentari (DCA) sono aumentati del 30%, soprattutto tra i più giovani. In occasione della Giornata nazionale del fiocchetto lilla, rivedi la diretta in cui abbiamo parlato di come affrontarli, prevenirli e curarli insieme a Marina Morelli, psichiatra e psicoterapeuta, Paola Cianci, nutrizionista, Maria Grazia Giannini, vicepresidente di Consult@noi, e Chiara Andreola, autrice di "Fame d'amore".**

**Nel corso della pandemia i disturbi del comportamento alimentare (DCA) sono aumentati del 30%**, soprattutto tra i ragazzi, che hanno manifestato anche in questo modo i disagi vissuti a causa dell'isolamento, dell'interruzione dei rapporti sociali dal vivo, delle paure, della necessità di restare a casa, a volte anche in spazi molto limitati e in situazioni famigliari difficili. **Nel primo semestre del 2020, infatti, i disturbi alimentari sono stati 230.458, mentre nello stesso periodo del 2019 erano stati 163.547.** E i dati, avvisano gli esperti dell'indagine Survey diffusa dal ministero della Salute in occasione del 15 marzo, Giornata nazionale del fiocchetto lilla, potrebbero essere sottostimati. **I più colpiti dai disturbi alimentari - anoressia e bulimia nervose, fame incontrollata, etc. - sono i giovanissimi.** Non solo femmine: i dati relativi ai maschi che hanno chiesto aiuto in ospedale sono quadruplicati. Per provare a capire **cosa sono i disturbi alimentari, come cogliere i primi sintomi, accorgersi dei campanelli d'allarme** e individuare le cure migliori, la rivista Città Nuova ha organizzato [una diretta sulla propria pagina Facebook](#) a cui hanno partecipato **Marina Morelli, psichiatra e psicoterapeuta**, già responsabile di un **ambulatorio pubblico per i DCA**, e **Paola Cianci, nutrizionista specializzata nella cura dei DCA**. Toccanti poi le testimonianze di **Maria Grazia Giannini, vicepresidente di Consult@noi**, associazione che comprende varie organizzazioni di cui fanno parte ex pazienti e famiglie, che ha avuto due figlie con disturbi alimentari; e di **Chiara Andreola, giornalista e autrice di "Fame d'amore"**, libro edito da Città Nuova in cui racconta la sua storia. Rivedi qui la diretta. [https://youtu.be/5ikld\\_pUFQM](https://youtu.be/5ikld_pUFQM)  
Purtroppo, **i disturbi alimentari sono subdoli, e se vengono affrontati in ritardo** possono richiedere tempi lunghi per essere curati. Tuttavia, dai DCA si può guarire. Servono costanza, amore, équipe multidisciplinari di assistenza, pazienza, volontà. C'è bisogno però anche dell'intervento efficace dello Stato, per **assicurare a tutti cure pubbliche e non lasciare a pazienti e famiglie solo la possibilità di curarsi privatamente**, perché questo comporterebbe un esborso ingente di denaro. Bisogna fare prevenzione, sin dalla tenera età. **E non solo in occasione del 15 marzo, Giornata nazionale dei disturbi del comportamento alimentare.** Per contattare **Consult@noi** e conoscere le associazioni presenti nei vari territori, è possibile scrivere a: **presidenzaconsultanoi@gmail.com** **Informazioni sui Dca a questo sito:** [www.disturbialimentari.it](http://www.disturbialimentari.it)