

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.