



CLINICHE ITALIANE DI PSICOTERAPIA
ETÀ EVOLUTIVA
MILANO



**PERCORSO PER FAMILIARI E
CAREGIVER DI PAZIENTI AFFETTI
DA DISTURBI ALIMENTARI**



PERCORSO PER FAMILIARI E CAREGIVER DI PAZIENTI AFFETTI DA DISTURBI ALIMENTARI

I disturbi alimentari sono malattie psicologiche complesse, con manifestazioni diverse, ma con un nucleo comune che è caratterizzato da un **comportamento alimentare disfunzionale**, un'eccessiva preoccupazione per il peso e un'alterata percezione dell'immagine corporea. Negli ultimi decenni vi è stato un **abbassamento dell'età di insorgenza di tali disturbi**, sempre più frequenti nei bambini e negli adolescenti.

Le linee guida internazionali e nazionali segnalano **l'importanza di un intervento multidisciplinare** e raccomandano come efficace la **Psicoterapia Cognitivo-Comportamentale con il coinvolgimento della famiglia**. L'ambiente familiare, spesso messo a dura prova dal disturbo alimentare, può infatti divenire una risorsa fondamentale per l'intervento terapeutico.

OBIETTIVI:

Questo percorso, **rivolto a familiari e caregiver** di pazienti affetti da disturbi alimentari, ha l'obiettivo di fornire informazioni scientificamente valide relative alle diagnosi e ai trattamenti; la diffusione di informazioni inappropriate infatti è fonte di confusione, falsi miti e reazioni che possono mantenere le difficoltà vissute in famiglia.

Gli obiettivi del gruppo di supporto, al fine di favorire il **cambiamento di abitudini disfunzionali**, sono:

- Fornire informazioni affidabili relative alle diagnosi;
- Fornire strategie per supportare i familiari nel trattamento;
- Fornire strategie per fronteggiare i momenti critici.

Inoltre, l'intervento in gruppo permette di:

- Favorire la condivisione e la possibilità di normalizzare le difficoltà riscontrate;
- Aumentare la flessibilità cognitiva ed aprirsi a letture e punti di vista differenti sulle situazioni;
- Instaurare una rete di supporto tra famiglie oltre che tra famiglie e servizi di cura.

INFORMAZIONI:

Il percorso si struttura in **4 moduli**, con un numero di incontri per modulo variabile, per un totale di 8 incontri.

Modulo 1: Conoscere i Disturbi Alimentari

L'informazione su cause, fattori scatenanti e circoli viziosi relazionali tipici dei disturbi alimentari è una delle armi più importanti nel percorso di guarigione.

Modulo 2: Strategie di gestione della crisi e dei comportamenti problema

I caregiver di persone affette da disturbi alimentari possono fornire un supporto al proprio familiare, aiutandolo ad attuare strategie comportamentali e cognitive efficaci nei momenti di difficoltà.

Modulo 3: Gestione dello stress: regolazione e tolleranza emotiva

Prendersi cura di sé e fornire un esempio per la gestione delle difficoltà emotive.

Modulo 4: Comunicare in modo efficace

Rispettare sé e gli altri, comunicare efficacemente i propri bisogni e rispettare il punto di vista dell'altro accettandolo anche quando non lo si condivide: spesso la comunicazione si interrompe quando c'è un disturbo dell'alimentazione.

Per **informazioni su date** e orari del prossimo ciclo di incontri, contattare la segreteria.

PROFESSIONISTI:

Dott.ssa Maddalena Mauri

CONTATTI

Segreteria: +02 36684872 - etaevolutiva.mi@clinichepsicoterapia.it

