

## *Presentazione*

Il Disturbo da Alimentazione Incontrollata (DAI), o Binge Eating Disorder (BED), è una patologia bistrattata e fraintesa da molti anni; è la patologia della perdita di controllo, a differenza degli altri Disordini Alimentari, dove la caratteristica principale è l'ipercontrollo.

Già dal 1994 l'American Psychiatric Association (APA) ne ha proposto i criteri diagnostici nel suo manuale (DSM-IV, APA 1994), ma li aveva relegati nell'appendice B tra i "Criteri e Assi utilizzabili per ulteriori studi". Questa collocazione è stata mantenuta anche nella successiva revisione del testo (APA 2000) a indicare l'intenso dibattito avvenuto nella comunità scientifica riguardo la validità e l'opportunità clinica di individuare nel DAI un Disturbo dell'Alimentazione (DA) a sé stante.

La più recente edizione del DSM (DSM-5, APA 2013) l'ha finalmente riconosciuto, definendone anche i nuovi criteri per la diagnosi. Secondo il sistema categoriale dell'APA, il DAI è caratterizzato da abbuffate (assunzione di una grande quantità di cibo in un periodo limitato di tempo con la sensazione di perdita di controllo) non associate costantemente all'utilizzo di metodi di compenso (vomito autoindotto, attività fisica strenua, abuso di lassativi e/o diuretici, dieta rigida). Purtroppo per anni è stato considerato una patologia minore tra i disordini alimentari perché apparentemente meno invalidante e difficile da trattare, confuso con l'obesità per la tendenza di chi ne è affetto ad aumentare molto di peso, fino a livelli estremi di gravità o a sottoporsi a diete rigide e interventi bariatrici con esiti spesso insoddisfacenti, soprattutto a lungo termine.

I clinici hanno imparato a riconoscerlo nel tempo, vista la notevole frequenza nella popolazione che richiede un tratta-

mento per il sovrappeso/obesità e visto il frequente abbandono/fallimento delle cure intraprese; hanno imparato anche a riconoscerne l'effettiva gravità poiché dietro a un paziente con DAI si nasconde spesso una persona con un'autostima fragile, costantemente in lotta con un'idea di sé fallimentare, una storia di svalutazioni e derisioni, l'impossibilità di riconoscere ed esprimere il proprio dolore per il passato di invalidazioni della propria esperienza emotiva e il timore di ulteriori incomprensioni e critiche. Partendo dal tipo di diagnosi posta, in passato gli interventi terapeutici sono stati focalizzati o solo sugli aspetti nutrizionali e internistici (il DAI può associarsi a comorbilità somatiche e provocare diverse complicanze fisiche) o solo su quelli psicologico-psichiatrici (la notevole comorbilità con i disturbi d'ansia e dell'umore fa spesso rivolgere i pazienti anche a specialisti di quest'area) con l'esito di non aver ottenuto risultati soddisfacenti.

Negli ultimi anni la ricerca scientifica si è molto occupata di questa patologia producendo una quantità considerevole di studi, dai quali è stato possibile trarre una serie di considerazioni sulla sua validità e opportunità clinica. A dimostrazione del fatto che il DAI non è stato ancora del tutto compreso, nelle sue caratteristiche peculiari, si noti che i trattamenti fino a ora proposti e testati empiricamente hanno ottenuto buoni risultati sulla qualità della vita e sul comportamento alimentare, mentre scarsi e di breve durata sulla perdita di peso: non esiste al momento una terapia d'elezione. Questa patologia, infatti, condivide con gli altri Disturbi dell'Alimentazione la caratteristica preoccupazione per cibo, peso e aspetto, ma la polarizzazione del pensiero non è così spiccata e la restrizione alimentare non sembra avere un ruolo centrale nell'innescare delle abbuffate. In genere i DAI non restringono l'alimentazione al di fuori delle abbuffate e queste sembrano essere sostenute dalla disinibizione e dalla difficoltà nel controllo degli impulsi. Waller (2002) ha ipotizzato un meccanismo di innesco del binge eating che lo assimila ad altri comportamenti impulsivi quali l'abuso di alcol o sostanze, l'autolesionismo, la cleptomania e la promiscuità sessuale: rappresenterebbe una fuga dalla consapevolezza o un blocco delle emozioni e del pensiero di fronte a uno stato emotivo ritenuto intollerabile.

Il riconoscimento del DAI tra i Disturbi dell'Alimentazione e della Nutrizione (APA 2013) ha permesso di dargli il valore che merita e di trattarlo con la stessa attenzione delle altre

patologie del gruppo diagnostico cui appartiene e quindi di strutturare interventi che prevedano un approccio multidisciplinare integrato, come pure diversi setting di cura a intensità crescente (ambulatorio, day-hospital, ricovero riabilitativo, comunità terapeutica).

Dal momento che si tratta di una patologia multifattoriale nell'eziopatogenesi e multidimensionale nelle caratteristiche cliniche, è importante pensare a un approccio multidisciplinare integrato in cui tutti gli operatori conoscano il quadro completo e sviluppino un'ottica integrata di approccio al paziente. Ed è proprio questo l'intento del volume di Laura Dalla Ragione e Simone Pampanelli: dare un'immagine d'insieme di quello che è il DAI a partire dagli aspetti diagnostico-nosografici per poi affrontare le caratteristiche cliniche, la valutazione diagnostica e delle comorbidità e complicanze, per giungere fino alla terapia. Un valore aggiuntivo di quest'opera, oltre a rappresentare uno dei pochi volumi in lingua italiana che si occupano di DAI, è l'affrontare il tema della terapia riportando sia i dati della letteratura sia il racconto di un'esperienza in atto, quella del Centro DAI dell'USL1 di Città della Pieve.

Un reparto specifico per questa patologia è una realtà unica, perché di solito i soggetti affetti da DAI vengono trattati o in reparti per DA assieme ad altri pazienti con disturbi dell'alimentazione o in reparti per obesità assieme ad altri pazienti obesi. Il Centro DAI dell'USL1 Città della Pieve rappresenta un vertice di osservazione clinico peculiare, dove il DAI viene affrontato con un programma riabilitativo multidisciplinare, in cui hanno importanza sia gli aspetti nutrizionali e internistici sia quelli psicologico-sociali. Gli autori ci permettono di conoscere, attraverso la loro esperienza effettiva, un trattamento in cui si affrontano non solo le difficoltà più evidenti di questi pazienti, come quelle con il cibo, ma anche quelle con l'accettazione del corpo e della propria immagine corporea e quelle nella socializzazione e nell'accettazione e sviluppo delle proprie capacità espressive. Un'attenzione particolare viene anche offerta alle famiglie come risorsa per il cambiamento.

Laura Dalla Ragione e Simone Pampanelli con il loro volume sottolineano le caratteristiche di questi pazienti, che non hanno il controllo di nulla della loro vita e navigano fuori controllo, sballottati da uno specialista all'altro senza trova-

re ascolto e comprensione alla loro “fame infinita” che poi fame non è, ma sono solo “emozioni che diventano cibo”. Gli autori offrono la loro risposta, che si è strutturata in un modello organizzativo e di cura che hanno messo in atto e di cui ci permettono di osservare da vicino le peculiarità.

**Patrizia Todisco**

Medico chirurgo, psicoterapeuta  
Specialista in medicina interna e psichiatria  
Responsabile Centro per la cura dei DCA,  
Casa di Cura “Villa Margherita”, Arcugnano (VI)  
Responsabile Servizio per i DCA ULSS4-Alto Vicentino

## *Introduzione*

Questo libro nasce prima di tutto dal desiderio di dare voce alle persone che soffrono di un disordine alimentare perlopiù sconosciuto, il disturbo da alimentazione incontrollata (*binge eating disorder*), dando anche loro, contemporaneamente, una speranza per immaginare una via di uscita. Chi soffre di questa patologia spesso non riceve una diagnosi perché pochi ancora sanno riconoscerla; a volte vengono prescritte diete, regimi alimentari che inevitabilmente falliscono e non fanno altro che aumentare il senso di frustrazione e sconfitta in chi ne soffre.

Sono patologie mediaticamente meno affascinanti, colpite da un grave pregiudizio morale per il quale si ritiene, sbagliando, che alla fine la situazione di disagio che queste persone vivono sia solo colpa loro.

La persona che soffre di disturbo da alimentazione incontrollata (DAI) racconta di abbuffate senza limite, fuori controllo, appunto, di un cibo *senza nome*, ingurgitato lontano dagli occhi del mondo esterno, in parte anche da se stessa. Alcuni descrivono veri e propri stati di *trance* o comunque di alterata coscienza, durante i quali qualcosa li spinge, senza quasi rendersene conto, verso quel cibo che diventa irresistibile.

Recentemente questa patologia ha ricevuto un posto nel Diagnostic and Statistical manual of Mental Disorders (DSM-V) e dunque possiamo con più facilità riconoscerla e aiutare le persone che ne soffrono ad essere curate e non giudicate, come è loro diritto. Tra i disturbi del comportamento alimentare (DCA) è la patologia più diffusa, colpisce tutte le fasce d'età e i livelli culturali, con un interessamento del mondo maschile maggiore rispetto agli altri disordini alimentari (anoressia e bulimia); è inoltre causa di moltissime e gravi

conseguenze cliniche e psichiatriche e ha bisogno di trattamenti altamente specializzati. La sua diffusione, ma non la sua eziopatogenesi, è collegata, come per gli altri DCA, a modelli culturali e stili di vita che danno voce ed espressione alla sofferenza e al disagio contemporanei. La tendenza all'eccesso alimentare, che accompagna l'uomo fin dalle origini della sua esistenza, si associa, infatti, nella nostra epoca a preoccupazioni del tutto particolari per il peso e l'aspetto del corpo.

Nella loro grande varietà, i DCA si presentano come disturbi polimorfi, di difficile collocazione negli alberi nosografici; in particolare negli ultimi anni questi sono mutati e si sono moltiplicati: anoressia, bulimia, disturbo da alimentazione incontrollata, ma anche ortoressia (ossessione del mangiare sano) e intolleranze alimentari di ogni genere. Parallelamente un'epidemia senza precedenti si diffonde nel mondo occidentalizzato e nei paesi in via di sviluppo: l'obesità, in tutte le sue forme e a tutte le età. Viene chiamata *globesity* proprio per sottolineare che la sua diffusione segue i cambiamenti economici e culturali del mondo ed è intimamente connessa con gli stili di vita del nostro tempo. L'interfaccia tra obesità e disturbo da alimentazione incontrollata è attentamente investigata in questo testo, sia perché l'obesità può essere un fattore di rischio, sia perché è molto importante fare una diagnosi differenziale.

I DCA ci introducono nelle contraddizioni più inquietanti del nostro tempo. Non solo nell'illusione che la magrezza sia garanzia di felicità e sicurezza di sé, ma anche che la lontananza dal corpo, la manipolazione estrema, la perdita dei confini dell'identità corporea, ci portino a un'idea meccanicista e riduzionista del corpo, macchina da smontare e rimontare, con un disinvestimento drammatico nei confronti di ciò che è vivo, della carne ridotta a un insieme di ingranaggi senza anima. La base psichica che fonda il disturbo è questa idea onnipotente di controllare corpo, emozioni e anima, un'idea continuamente rinforzata dalla reale possibilità, qui ed ora, di farlo e dal consenso etico condiviso dal mondo globale.

Tutto questo viene indagato nella prima parte di questo libro che si concentra sui caratteri del disturbo da alimentazione incontrollata, a partire dal riferimento al tema dell'identità corporea, centrale per comprendere il significato di questo corpo non più riconoscibile, senza confini. Come ci ricorda

Freud, l'lo prima di tutto è un essere corporeo e non soltanto un'entità superficiale. Il lavoro sull'identità corporea del paziente dunque è un lavoro di *archeologia* per dissotterrare e far riemergere ciò che il paziente obeso nasconde nel corpo. È necessario andare oltre per cogliere le tracce del dolore e del disagio che si presentano nascoste tra le pieghe delle storie di ognuno; l'ottica multidisciplinare che caratterizza l'intero lavoro, consente di conoscere questo disturbo guardandolo da punti di vista diversi che, nella loro coralità, ne colgono la complessità.

La seconda parte del libro, invece, racconta un'esperienza. Nel 2010, è sorto un Servizio pubblico della USL 1 dell'Umbria interamente dedicato al trattamento di obesità e disturbo da alimentazione incontrollata: il Centro DAI di Città della Pieve. Attraverso questo testo si è cercato di rendere visibile il lavoro di équipe, unica garanzia di successo nel trattamento dei disordini alimentari, perché solo un approccio olistico che accolga l'intera biografia della persona, la storia che porta attraverso il suo corpo e la sua anima, può condurre a un cambiamento.

Dal 2010 tantissime persone da tutta Italia si sono rivolte al nostro Servizio e da loro abbiamo imparato moltissimo, in primo luogo ci hanno aiutato a liberarci da tanti pregiudizi e luoghi comuni personali e professionali, le loro storie ci hanno fatto capire quanti errori si potrebbero evitare con una cultura più diffusa del problema, con una diagnosi precoce, con un trattamento appropriato. Questo libro è nato per merito loro.

**Laura Dalla Ragione, Simone Pampanelli**