



PROGETTO DI PREVENZIONE DEI DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE (DCA)

Introduzione

I Disturbi dell'Alimentazione sono delle patologie complesse, che riguardano una difficoltà a livello psicologico che si esprime attraverso un complicato rapporto con il cibo, con il peso, con il proprio corpo e nelle relazioni interpersonali, e nei quali è possibile identificare la copresenza di fattori predisponenti, precipitanti e di mantenimento, di tipo biologico, psicologico e socioculturale, e che comporta una serie di ripercussioni anche a livello fisico sulle persone che ne soffrono. I DCA riguardano 700 milioni di persone (il 9% della popolazione mondiale, secondo dati ANAD del 2021), per lo più in fase adolescenziale, in quanto periodo estremamente delicato di transizione e cambiamento. Negli ultimi anni, dopo la pandemia, l'incidenza dei DCA ha visto un aumento del 36% (Journal Affective Disorders, 2021) con un importante abbassamento dell'età di insorgenza fino ai 10 anni di età (ISTAT, 2021).

Ecco quindi che si dimostra sempre più importante prevedere interventi di prevenzione che coinvolgano i ragazzi, per permettere di approcciarsi diversamente alle proprie fragilità e all'influenza del contesto socio culturale in cui sono inseriti, e nondimeno per sensibilizzare le figure di riferimento, quali le famiglie e gli insegnanti, a una maggiore attenzione al vissuto psicologico dei ragazzi stessi e a eventuali comportamenti sintomatici, al fine di poterne prevenire l'insorgenza, o eventualmente poter agire tempestivamente aiutandoli a trovare un supporto adeguato.

Obiettivi

Sensibilizzare al tema dei DCA le figure di riferimento (genitori e insegnanti) dei ragazzi coinvolti nel progetto, nonché i ragazzi stessi. Mettere le basi per favorire un atteggiamento critico rispetto ai messaggi veicolati dai social media per quanto riguarda in particolare l'ideale di magrezza.

Destinatari dell'intervento

Il progetto è rivolto ai ragazzi/e che frequentano la scuola secondaria di secondo grado, in particolare le classi 1^a e 2^a superiore e ai familiari e insegnanti degli stessi.

Metodologia

Verrà utilizzata una metodologia interattiva, utilizzando il gruppo quale strumento principale, per favorire la partecipazione e il rispecchiamento tra i partecipanti. Verranno utilizzate lezioni frontali di formazione e informazione sul tema, psicoeducazione, nonché spazi di riflessione e discussione, al fine di promuovere un coinvolgimento diretto e attivo sia dei ragazzi che di genitori e insegnanti.



Iscritta al Registro Regionale delle Associazioni di volontariato al n° 725 del 09/03/2015
Sede in Piazzetta Antonini n.6, 33100 UDINE (UD) C.F.90017210304
MAIL: fenicefvg@libero.it – CELL: 331 4353265



Attività

Il progetto prevede lo svolgimento di due incontri per ogni scuola: uno con i ragazzi/e delle classi selezionate raggruppati in un'unica sessione, e uno con genitori e insegnanti.

- Un incontro di 2 ore con i ragazzi/e delle classi coinvolte, in cui verrà definito l'ideale di bellezza e verrà analizzata la sua origine ed evoluzione nel tempo e verrà stimolata una riflessione sulle pressioni sociali legate alla magrezza e sull'influenza dell'utilizzo dei social nell'interiorizzazione dell'ideale di magrezza. Verrà inoltre spiegato brevemente cosa sono i DCA e quali sono i fattori che potrebbero influire sul loro manifestarsi, e verrà discusso in che modo può essere utile agire per aiutare un amico/a che sta male e verranno quindi fornite le indicazioni riguardo ai Centri di riferimento presenti sul territorio, in modo da poter dare ai ragazzi gli strumenti per poter eventualmente chiedere aiuto in caso di necessità.
- Un incontro di 1 ora con genitori e insegnanti delle classi coinvolte, in cui verranno forniti gli strumenti per riconoscere più facilmente i DCA e poter quindi intervenire tempestivamente. Nel corso dell'incontro verrà spiegato cosa sono i DCA, quali sono i fattori predisponenti, precipitanti e di mantenimento, quali possono essere gli effetti e le conseguenze a livello fisico, psicologico e relazionale, e quindi in che modo può essere utile agire per aiutare la persona che sta male, verranno inoltre fornite le indicazioni riguardo ai Centri di riferimento presenti sul territorio.

Consenso informato

Il consenso informato è una condizione inderogabile alla partecipazione dei ragazzi al progetto. Il consenso dovrà essere ottenuto in forma scritta dopo aver letto tutte le informazioni dell'intervento, precedentemente all'inizio delle attività. Nel caso di minori, dovrà essere firmato da entrambi i genitori.

Durata attività

Anno scolastico 2022 – 2023.

Risorse

Risorse umane: Dott.ssa Alessandra Carola, psicologa psicoterapeuta esperta in DCA, in collaborazione con l'Associazione Fenice FVG Odv.

Risorse materiali: spazi necessari per le attività, videoproiettore.



Iscritta al Registro Regionale delle Associazioni di volontariato al n° 725 del 09/03/2015
Sede in Piazzetta Antonini n.6, 33100 UDINE (UD) C.F.90017210304
MAIL: fenicefvg@libero.it – CELL: 331 4353265