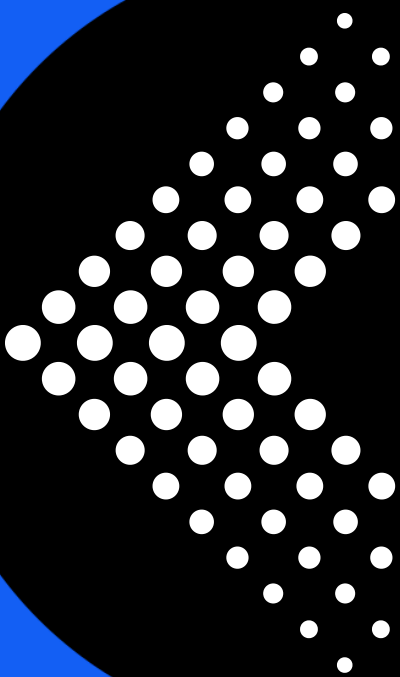




Per quella Caloria in meno:
I disturbi della condotta alimentare
nell'atleta

Dott.ssa Ciuffo Pamela psicologo dello Sport e psicoterapeuta
c/o Centro Pilota Regionale per la cura dei DCA-
Centro medico sportivo Rudi Barillà Arenzano

2022





Ciclismo e bulimia, la denuncia di Janez Brajkovic: il male terribile che si nasconde fra i top team



Stereotipi

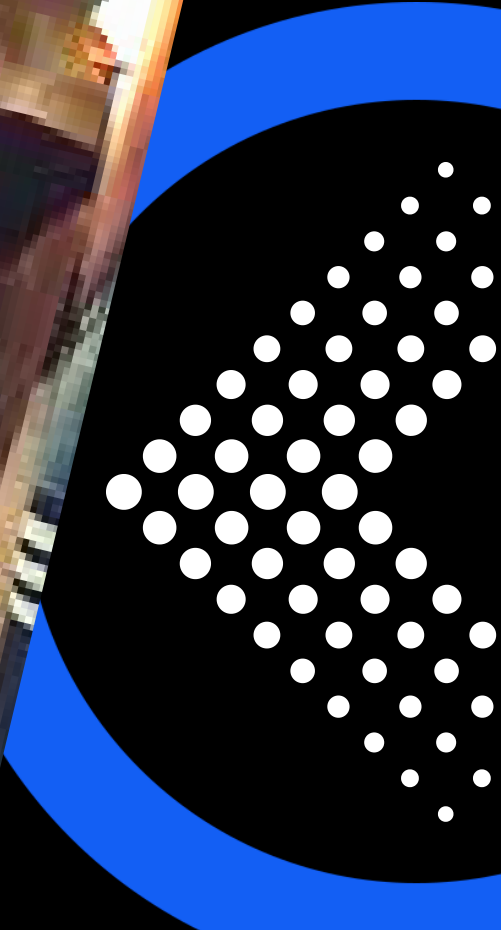
Vulnerabilità

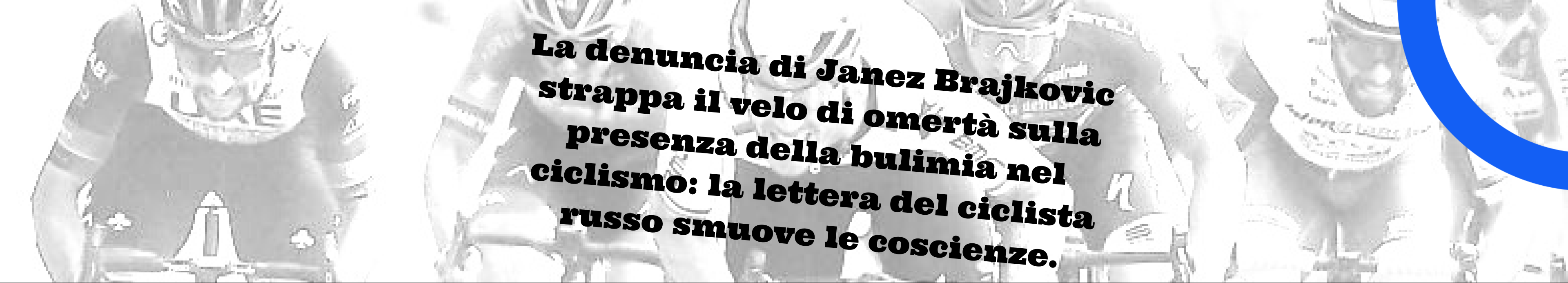
MASS Media

Enfasi culturale

Eventi scatenanti

Fasi difficili della vita



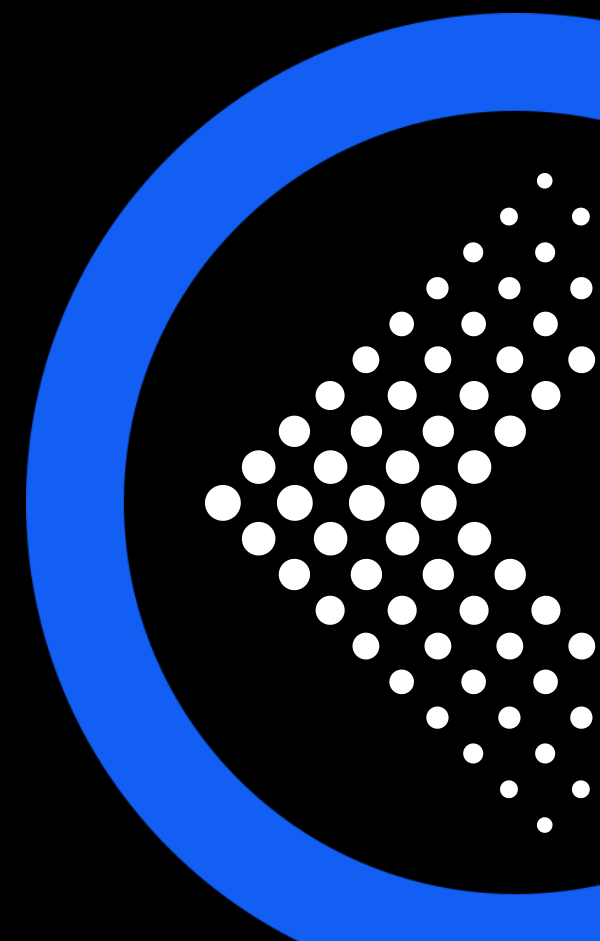


**La denuncia di Janez Brajkovic
strappa il velo di omertà sulla
presenza della bulimia nel
ciclismo: la lettera del ciclista
russo smuove le coscienze.**

Il 33% degli atleti di sesso maschile soffre di disturbi alimentari e nelle atlete i disturbi alimentari si verificano fino al 62%

Quanto conta lo stile alimentare?

***"Anoressia, bulimia, binge eating:
Malattie che imprigionano la mente,
sacrificando il corpo,
promettendo miracoli."***





I
D
E
N
T
I
K
I
T

-TIPOLOGIA DI SPORT?

Forma corporea

Strutture minute

-CARATTERISTICHE PERSONOLOGICHE ?

Competitivi

Orientati all'obiettivo

Performanti

Perfezionisti

Inizio partecipazione competizioni

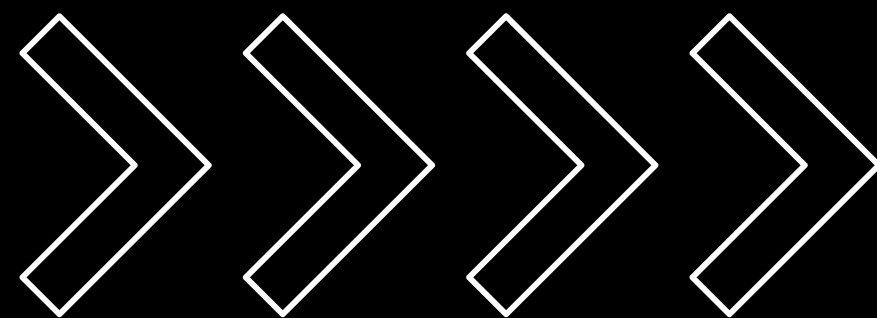
I PRINCIPALI DCA

DSM-V

1 ANORESSIA NERVOSA

2 BULIMIA NERVOSA

3 BINGE EATING



?

ANORESSIA ATLETICA
ORTORESSIA NERVOSA

?

VIGORESSIA/BIGORESSIA



Bulimia nervosa, Criteri DSM-V

Peso relativamente normale e Ricorrenti episodi di abbuffate

...anche 20.000 Kcal !!!

- L'impulso a mangiare non è necessariamente associato da senso di fame, può essere un'idea ossessiva che assilla senza alcun sentimento di desiderio e/o di piacere.
- E' sempre riferito il tentativo di opporre resistenza per non cedere all'impulso

MEZZI DI COMPENSO

- **Vomito autoindotto**
- **Diuretici, lassativi**
- **Restrizioni dietetiche e digiuni tra un'abbuffata e l'altra**
- **Eccessiva attività fisica**

Perdita
di controllo

Vergogna,
bassa
autostima e
senso di colpa
DEVASTANTE

BULIMIA VS BINGE EATING

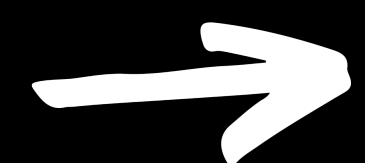
Perdita
di controllo



ABBUFFATE



MEZZI DI
COMPENSO



BN



OBESITA''

Alcuni Sintomi

Difficoltà di concentrazione
Reperti di laboratorio anormali
(anemia, bassi livelli ormonali e tiroidei,
bassi livelli di potassio, basso numero di
globuli rossi, rallentamento della
frequenza cardiaca)

Svenimento/sincope
Problemi di sonno
Tagli e calli sulla parte superiore delle
articolazioni delle dita

Problemi dentali, come erosione dello
smalto, carie e sensibilità dei denti

Pelle secca
Unghie secche e fragili

Gonfiore intorno all'area delle
ghiandole salivari
Capelli fini sul corpo
Diradamento dei capelli sulla
testa, capelli secchi e fragili
(lanugine)

Cavità, o scolorimento dei denti,
dal vomito

Debolezza muscolare
Mani e piedi freddi e chiazziati o
gonfiore dei piedi

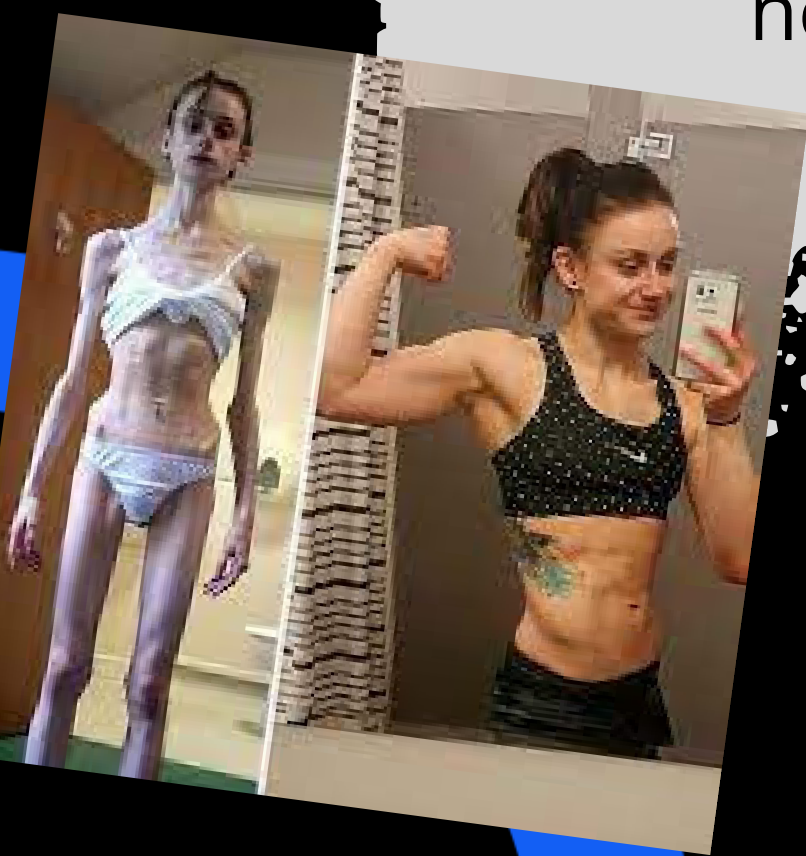
Irregolarità mestruali
Scarsa guarigione delle ferite
Funzionalità immunitaria
compromessa



ANORESSIA NERVOSA, Criteri DSM-V

CRITERIO ARBITRARIO:

- Mantenimento del peso corporeo al di sotto del 85 % previsto per età e H.
- Apparente distacco emotivo nei confronti del digiuno



BMI < 16

1) Ricerca fanatica della magrezza

2) Opprimente Timore di ingrassare. Atteggiamento di tipo fobico particolarmente evidente quando la bilancia segnala l'aumento del peso

3) Alterata immagine corporea

- ◇—————◇
- **RICHIESTA D'AIUTO**
 - **TENTATIVO DI ESSERE UNICI E SPECIALI**

ANORESSIA NERVOSA Vs Anoressia atletica

Eccessiva **OSSESSIONE**
vs il peso

Dispercezione immagine corporea



Riduzione della massa corporea
x migliorare prestazione

Eccessiva preoccupazione
vs il peso **X MIGLIORE PERFORMANCE**

DIETE E ALLENAMENTI
raccomandati dagli allenatori

NON più rilevabile
dopo il raggiungimento dell'obiettivo sportivo

ORTORESSIA

**fobia per i cibi
"pericolosi"**

**Irrigidimento del
pensiero legato
unicamente alla sfera
alimentare**



VIGORESSIA

**ossessione rivolta allo
sviluppo muscolare e alla
forma del corpo.**

**Distorsione dell'immagine
corporea,**

Complesso di Adone.

*"Una tigre non perde il sonno
per l'opinione di una pecora."*

Grazie per l'attenzione.

