



S.I.C.O.B.

XXXII CONGRESSO  
NAZIONALE SICOB

23 - 25 MAGGIO 2024  
G I A R D I N I  
N A X O S



# STORIA DEL PESO E COMPORAMENTI ALIMENTARI MALADATTIVI

DOTT.SSA SIMONETTA SARRO

CLINICA SAN GAUDENZIO, NOVARA



# LA STORIA DEL PESO



Come il paziente ha vissuto i percorsi precedenti ed i relativi fallimenti?

Ha scelto spontaneamente o per mezzo di altri?

Come si è percepito?

Come si sente ora?

Che considerazione ha delle sue possibilità di riuscita?



# LA STORIA DEL PESO

Il paziente che ha già provato diverse strategie per perdere peso, rischia di cadere in un circolo vizioso



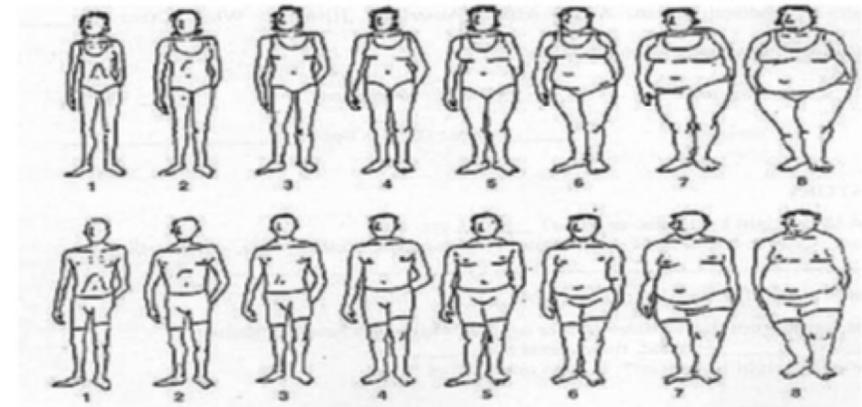
Fig.1 Circolo vizioso dell'obesità

# LA STORIA DEL PESO

WALI- WEIGHT AND LIFESTYLE INVENTORY  
(2015 Thomas A. Wadden, Ph.D. and Gary  
D. Foster, Ph.D),

permette di individuare la connessione tra  
età, peso e immagine corporea, e  
l'associazione con gli eventi connessi al  
peso raggiunto.

AGE	MAXIMUM WEIGHT	FIGURE #	EVENTS RELATED TO WEIGHT GAIN
a. 5-10	_____	_____	_____
b. 11-15	_____	_____	_____
c. 16-20	_____	_____	_____
d. 21-25	_____	_____	_____
e. 26-30	_____	_____	_____
f. 31-35	_____	_____	_____
g. 36-40	_____	_____	_____
h. 41-50	_____	_____	_____
i. 51-60	_____	_____	_____
j. 60-70	_____	_____	_____



# COMPORAMENTI ALIMENTARI MALADATTIVI



La storia del peso, permette di individuare l'eventuale presenza di comportamenti alimentari disfunzionali e maladattivi:

- ◆ **Sweeteating:** assunzione principalmente di cibi dolci.
- ◆ **Snacking:** consumo regolare di spuntini salati o dolci nel corso della giornata, con conseguenti infra-pasto frequenti, senza presenza di impulsività.
- ◆ **Gorging:** (*iperfagia prandiale*) consumo eccessivo e rapido di grandi quantità di cibo al momento del pasto.



# COMPORAMENTI ALIMENTARI MALADATTIVI



- ◆ **Grazing:** spiluccamento di piccole quantità di cibo (spesso ipercalorico), in maniera continuata in un tempo definito, e che può perdurare per tutta la giornata.
- ◆ **Emotional eating:** (*fame emotiva*) mangiare in risposta alle emozioni o a delle situazioni che possono causare una risposta emotiva (es. ansia o stress); tale comportamento produce la sensazione di riuscire a regolare l'emozione e la sensazione sgradevole provata.
- ◆ **Binge eating:** assunzione incontrollata di cibo, conseguente ad un bisogno improvviso ed irrefrenabile, che culmina con la sensazione di estrema pienezza e può comportare l'ingestione di cibo sia dolce che salato.

# COMPORAMENTI ALIMENTARI MALADATTIVI



- ◆ **Craving:** sensazione inarrestabile e non pianificata di dover assumere grandi quantità di cibo continuamente, con alterazione dei fattori cognitivi e motori.
- ◆ **Food addiction:** (*dipendenza da cibo*) ricerca e consumo spasmodico di cibi ipercalorici, appetitosi e ad alto contenuto di zucchero e grassi, caratterizzati da craving e perdita di controllo al momento del loro consumo, con fallimento di resistenza. Il comportamento mima quello di una dipendenza da sostanza.
- ◆ **Night Eating:** mangiare di notte, con ingestione di grande quantità di cibo dopo cena o con vero e proprio risveglio notturno solo per mangiare.



XXXII CONGRESSO  
NAZIONALE SICOB

23 - 25 MAGGIO 2024  
G I A R D I N I  
N A X O S



**Grazie**