

GRUPPO DI INTERVENTO ARFID

DISTURBO EVITANTE/RESTRITTIVO DELL'ASSUNZIONE DI CIBO

COS'È L'ARFID? L'ARFID o Disturbo evitante/restrittivo dell'assunzione di cibo è un disturbo introdotto solo recentemente fra i quadri clinici dei disturbi alimentari (2013). A soffrire di questo disturbo sono bambini e adolescenti che evitano o temono il cibo: per le sue caratteristiche sensoriali (ipersensibilità al colore, odore, consistenza, temperatura); per le possibili conseguenze negative che possono avverarsi nel mangiarlo (come soffocare o vomitare) o per esperienze traumatiche che hanno coinvolto il tratto oro-gastro-intestinale.

Una altra caratteristica rilevante sia per il percorso di cura che per l'andamento e la gravità del disturbo è che spesso insieme all'ARFID ritroviamo altri disturbi che possono essere presenti nello stesso periodo ma che a volte possono anche precedere il disturbo alimentare, più comunemente sono presenti: disturbo d'ansia; disturbo depressivo, disturbo oppositivo provocatorio; disturbo ossessivo-compulsivo; disturbi dello spettro autistico; disturbo da deficit di attenzione e iperattività (ADHD); disabilità intellettiva; disturbi dell'umore.

Questo disturbo, come tutti i disturbi dell'alimentazione, viene ad incidere pesantemente sulle dinamiche relazionali del nucleo familiare. I genitori, per poter limitare gli effetti negativi del disturbo, possono adottare delle strategie disfunzionali come imporre forzatamente il cibo, usare punizioni o ricompense che spesso però mantengono il disturbo, rinforzando gli aspetti tirannici e alzando i livelli d'ansia di tutto il nucleo familiare.

Riconoscere questi meccanismi di mantenimento e successivamente poterli correggere ed evitare sarà il primo passo per poter affrontare il disturbo e poterne attenuare gli esiti negativi.

DOVE SI SVOLGE?

UFS SERVIZIO PER I DISTURBI ALIMENTARI

OSPEDALE P. PALAGI Firenze, Viale Michelangiolo 41

A CHI È RIVOLTO?

È rivolto ai genitori e ai bambini/ragazzi tra i 9-13 anni con diagnosi di ARFID o di Disturbo Alimentare Atipico Precoce che sono già in carico al Servizio. È richiesta l'adesione al trattamento e alla valutazione testistica specifica tramite consenso informato scritto.

A COSA SERVE?

PER I GENITORI È una grande opportunità per modificare i circuiti disfunzionali così difficili da cambiare nell'ambiente domestico. Il confronto con altri familiari che hanno difficoltà simili può ridurre il vissuto di colpa e di isolamento dei genitori e può favorire la comprensione e l'accettazione della situazione problematica, migliorando la fiducia nelle proprie capacità di supporto e aiuto. Il gruppo può così rappresentare, anche per i genitori, una forte spinta al cambiamento.

PER I BAMBINI/RAGAZZI All'interno del percorso si cercherà di promuovere competenze trasversali quali la concentrazione, la calma, l'auto-osservazione, il non cadere negli automatismi delle emozioni negative e poterli affrontare con nuove strategie più efficaci. I bambini concentrandosi su un'esperienza nel presente (ad esempio la respirazione), impareranno a calmarsi ed ad affacciarsi ad uno spazio mentale che permetterà loro di vedere più chiaramente cosa sta succedendo nel mondo esteriore (consapevolezza degli altri, degli spazi e delle cose), nel mondo interiore (consapevolezza dei pensieri, delle emozioni e delle sensazioni) per poi fermarsi a riflettere prima di parlare o agire. Attraverso questo processo: potranno diventare meno reattivi e acquisire consapevolezza di sé, imparare a riconoscere/osservare le proprie emozioni e percezioni corporee (e il loro intreccio costante), sentirsi compresi e supportati dalle persone vicine e dai pari, trovare opportunità per sviluppare nuovi modi di gestire le paure (in generale e sul cibo in particolare) in modo confortevole e giocoso... e tanto altro!

COME È STRUTTURATO?

L'intervento è così strutturato:

- 5 INCONTRI PSICO-EDUCAZIONALI PER GRUPPI DI GENITORI, in parallelo a:
 - 5 INCONTRI DI MINDFULNESS PER GRUPPI DI BAMBINI/RAGAZZI
 - 1 INCONTRO CONCLUSIVO MULTIFAMIGLIARE (GENITORI-FIGLI)
 - 1 INCONTRO DI FOLLOW UP A DISTANZA DI UN MESE

Gli incontri di durata di 1 h ½ si svolgeranno in contemporanea ed avranno cadenza settimanale.

Gli incontri saranno tenuti da psicologi-psicoterapeuti e neuropsichiatri infantili del Servizio, con specifiche formazioni nei settori coinvolti (psicoterapeuti di gruppo e familiari, istruttore senior di Mindfulness). La partecipazione è ammessa previo colloquio preliminare e di orientamento al percorso.