

Il KC Chieti-Pescara a scuola sulla prevenzione dei disturbi alimentari e dell'obesità

MFPellegrino, 21 marzo 2016, 17:13

Il KC Chieti-Pescara ha svolto, nella mattinata di martedì 15 marzo 2016, un eccezionale incontro con gli studenti dell'I.T.C.G. Galiani De Sterlich di Chieti, sull'attuale problema sociale dei disturbi alimentari, con un convegno dal titolo: **PREVENZIONE DEI DISTURBI ALIMENTARI ANORESSIA BULIMIA OBESITÀ**, realizzato in occasione della Giornata Nazionale del Focchetto Lilla (simbolo dell'anoressia) e della Giornata Internazionale dei Disturbi Alimentari, secondo le direttive internazionali del service **PRIORITY ONE**.

Il convegno ha interessato 350 studenti dell'Istituto ITCG Aterno-Manthon di Pescara, che hanno mostrato un enorme interesse per quanto esposto loro dalle due eccellenti esperte relatrici: La Prof.ssa Marilisa Amoroso, Neuropsichiatra e Nutrizionista, Responsabile dell'Unità Operativa di Psichiatria DSM di Pescara e la Prof.ssa Marianna Paciocco, Docente di Scienze Sociali dell'Università G. D'Annunzio Chieti-Pescara.

Il Presidente del KC Chieti Pescara Antonio Sorrentino ha introdotto il convegno illustrando le finalità del Kiwanis International, le attività di volontariato e solidarietà rivolte all'infanzia, all'adolescenza ed ai più sfortunati; ha inoltre relazionato sulla storia del Kiwanis e sulle nuove direttive che hanno esteso l'attenzione oltre che ai bambini, anche agli anziani ed ai disabili.

La Dott.ssa Amoroso ha dato al suo intervento il titolo: **Il cibo: un rapporto a volte difficile**; la stessa ha abbracciato le varie tipologie di disturbi alimentari, causati soprattutto da problemi psicologici, precisando che il cibo diventa nemico quando se ne perde il controllo.

Si diventa anoressici perché si subisce l'intensa paura di acquistare peso o di diventare grassi anche quando si è sottopeso, con la conseguenza che l'estrema magrezza può condurre alla progressiva morte della persona, se non curata immediatamente. Con la bulimia il processo è il contrario: ci si abbuffa di cibo almeno due volte alla settimana per almeno tre mesi, mangiando in breve tempo molto più di cibo del fabbisogno normale, con la conseguenza che si producono nel corpo delle malattie gravi, che coinvolgono l'intero organismo, ad esempio aritmie cardiache, disidratazione, oltre a danneggiare l'apparato digerente in modo grave. Nell'obesità infantile i bambini subiscono l'influenza dei mass-media (giornali, televisione, cinema) che inducono a mangiare cibo spazzatura. Per evitare dunque che si possano avere in futuro generazioni di bambini e ragazzi obesi, bisogna sensibilizzarli al problema, in modo da abituarli già in tenera età a mangiare cibo sano.

La Prof.ssa Paciocco ha affrontato, invece, il problema del **Mangiare in consapevolezza**, precisando che l'alimentazione è diventata un mezzo di socializzazione, anziché un mezzo di nutrizione, per questo motivo le nuove generazioni sono obese, perché non danno importanza a ciò che mangiano (cibo spazzatura) e soprattutto lo fanno continuamente.

Dunque la soluzione è quella di ritenere che la nutrizione non è solo quella che soddisfa le esigenze del corpo, ma anche quelle dell'anima, pertanto si deve scegliere di nutrirsi con una buona alimentazione per raggiungere il benessere.

In conclusione il nutrimento è il giusto equilibrio tra una buona relazione con il cibo e le esperienze della vita (pensieri, amore, relazioni, emozioni, studio, sport, ecc.) e la felicità non è nell'aspetto fisico, ma nello stare bene con se stessi.











