

OSPEDALE:

"CASA SOLLIEVO DELLA SOFFERENZA"

ISTITUTO DI RICOVERO E CURA A CARATTERE SCIENTIFICO

San Giovanni Rotondo (*Foggia*)



CORSO DI AGGIORNAMENTO

**"Il trattamento endoscopico dell'obesità
nell'ambito di una patologia
multidisciplinare "**

22 novembre 2008

Perchè è così difficile cambiare
stile di vita?

SERVIZIO DI PSICOLOGIA CLINICA

Dott.ssa Mariarosaria Spedicato

Dott.ssa Maria Placentino

Dott.ssa Giuliana Placentino

PERCHÉ È COSÌ DIFFICILE CAMBIARE
STILE DI VITA?



shutterstock - 4720195

Il dimagrimento arreca numerosi benefici psicologici tra cui:

- la diminuzione dell'ansia
- La riduzione della depressione
- L'aumento dell'autostima
- La diminuzione dell'insoddisfazione corporea
- Il miglioramento dei rapporti interpersonali

(O'Neil & Jarrell, 1992; Foster & Wadden, 1994),



PERCHÉ È COSÌ DIFFICILE
CAMBIARE STILE DI VITA?



Il **recupero ponderale**, sebbene sia stato poco studiato è un fenomeno **avverso** perché determina un peggioramento dell'insoddisfazione corporea e della fiducia in se stessi.

- × Il fatto che i pazienti non si sforzino di mantenere il peso, anche se questo non è tanto basso quanto avevano sperato, dipende probabilmente da alcuni meccanismi cognitivi e comportamentali.





MECCANISMI COGNITIVI E COMPORTAMENTALI DEL PAZIENTE OBESO

Da un punto di vista cognitivo, il recupero del peso corporeo è la conseguenza di due processi tra loro collegati (Cooper & Fairburn)

➔ la **diminuzione progressiva della convinzione** di poter controllare il proprio peso corporeo, che spesso porta all'abbandono del programma;

➔ il **ritorno, in queste condizioni, delle vecchie abitudini alimentari**, con il conseguente aumento ponderale. Questi due processi sono spesso la conseguenza di una o più delle seguenti situazioni:

MECCANISMI COGNITIVI E COMPORTAMENTALI
DEL PAZIENTE OBESO

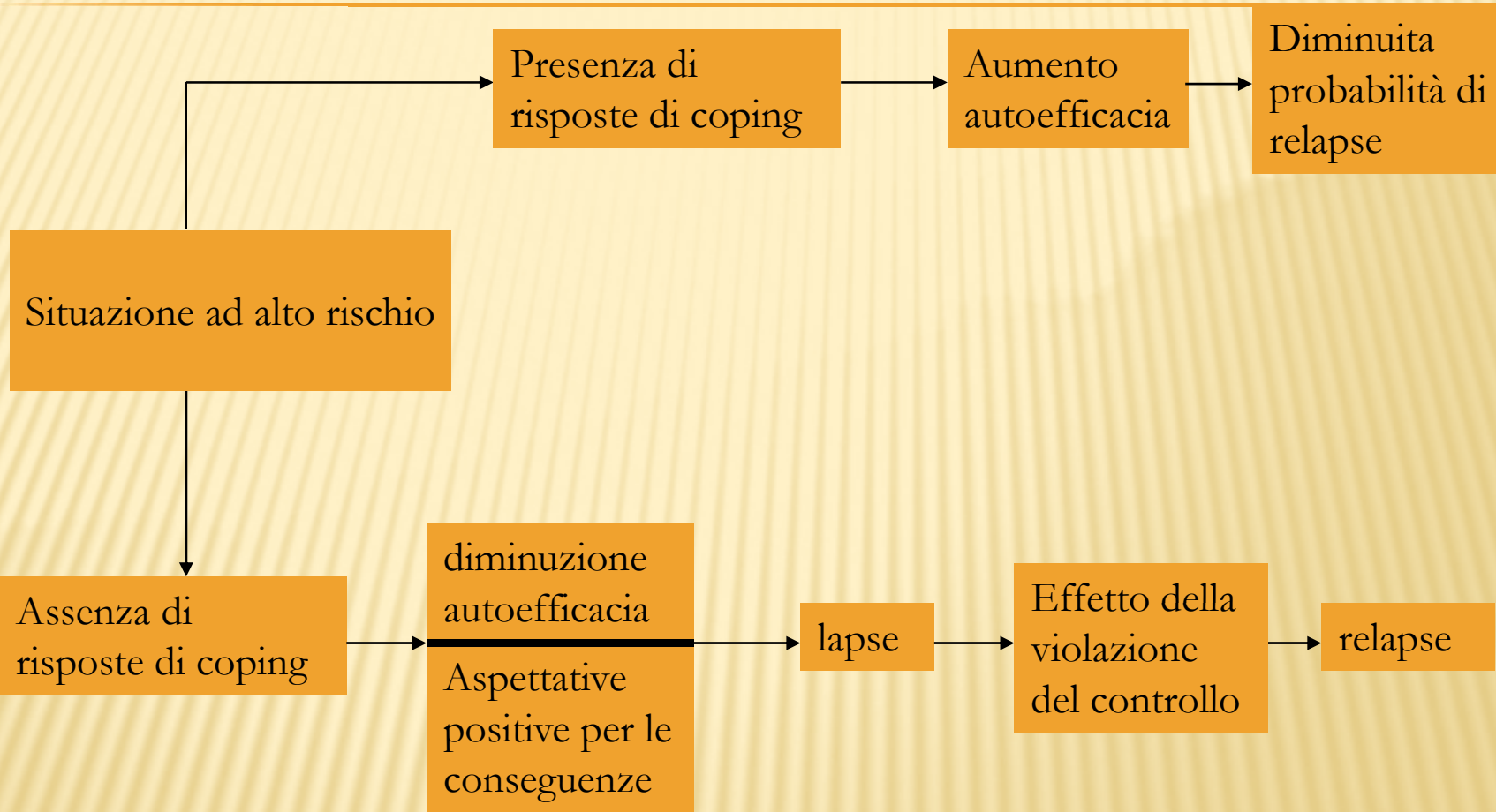
CORSO DI AGGIORNAMENTO

- ➔ La mancanza di abilità nel fronteggiare le situazioni ad alto rischio
- ➔ Uno stile di vita sbilanciato
- ➔ Il mancato raggiungimento degli obiettivi di peso corporeo e degli obiettivi primari



“CASA SOLLIEVO DELLA SOFFERENZA” San Giovanni Rotondo (fg)
Servizio di Psicologia Clinica

CORSO DI AGGIORNAMENTO





LO STILE DI VITA SBILANCIATO

CORSO DI AGGIORNAMENTO

Lo stile di vita sbilanciato tipico del paziente obeso è caratterizzato da una moltitudine di Doveri in cui non sembra esserci spazio per il Piacere.

- × I “**voglio**” sono tutte le attività sentite come piacevoli e gratificanti
- × I “**devo**” sono tutte quelle occupazioni percepite come un dovere



LO STILE DI VITA SBILANCIATO

CORSO DI AGGIORNAMENTO

La scelta della ricaduta, comporta un conflitto decisionale tra due conseguenze, quella desiderabile di una gratificazione immediata e quella temuta dei rischi a lungo termine per la salute. Due risposte difensive:

- × La **razionalizzazione**: consiste nel crearsi una scusa legittima per poter assumere un particolare comportamento (es. “Ho bisogno di mangiare per sentirmi rilassato”)
- × La **negazione**: consiste nel negare gli effetti secondari di un particolare comportamento (es. “Per una volta cosa vuoi che succeda”)



MANCATO RAGGIUNGIMENTO DEGLI
OBIETTIVI DI PESO CORPOREO E DEGLI
OBIETTIVI PRIMARI

Secondo Cooper & Fairburn il recupero del peso nei pazienti obesi sarebbe la conseguenza di due processi cognitivi tra loro collegati:

1. Mancato raggiungimento del peso corporeo e degli obiettivi primari ad esso collegati, con il conseguente abbandono di qualsiasi sforzo per dimagrire.
2. Negazione della necessità di apprendere abilità di mantenimento con il conseguente recupero del peso corporeo perduto.

PRINCIPI GUIDA NEL TRATTAMENTO

- Utilizzare un modello Cognitivo- Comportamentale
- Pensare a degli interventi limitati nel tempo
- Favorire un linguaggio psicoeducazionale
- Favorire lo sviluppo di una mentalità e di comportamenti finalizzati al mantenimento del peso
- Favorire l'accettazione delle modificazioni del peso e delle forme corporee che questi cambiamenti hanno determinato
- Lavorare sugli obiettivi primari
- Sviluppo di abilità comportamentali e risposte cognitive (automonitoraggio, controllo degli stimoli, addestramento alla risoluzione dei problemi, adottare uno stile di vita attivo)



OSPEDALE:

"CASA SOLLIEVO DELLA SOFFERENZA"

ISTITUTO DI RICOVERO E CURA A CARATTERE SCIENTIFICO

San Giovanni Rotondo (*Foggia*)



CORSO DI AGGIORNAMENTO

SERVIZIO DI PSICOLOGIA CLINICA

22 novembre 2008

**GRAZIE PER
L'ATTENZIONE!**



Dott.ssa Mariarosaria Spedicato

Dott.ssa Maria Placentino

Dott.ssa Giuliana Placentino