

25 anni
di prevenzione
ai disturbi
alimentari

Dott.ssa Raffaella Vanzetta
psicoterapeuta



INFES

FACHSTELLE FÜR ESSSTÖRUNGEN/
CENTRO PER DISTURBI DEL
COMPORAMENTO ALIMENTARE



E-mail: info@infes-infda.it
www.infes-infda.it

INFDA

Infocentro per Disturbi Alimentari

Informazione & Consulenza

via Sernesi 10 - 39100 Bolzano

Tel. 0471-97 00 39

orario: giovedì dalle 18.00 - 20.00

prenotazione telefonica:

Bolzano & Merano: 0471-97 00 39

Bressanone & Brunico: 340-71 71 986



Wenn Lebensmittel zum Lebens-Mittelpunkt werden...
Vivere per mangiare – mangiare per vivere









FORUM PRÄVENTION PREVENZIONE









Prevenzione nell'era digitale

Dott.ssa Raffaella Vanzetta
psicoterapeuta



INFES

FACHSTELLE FÜR ESSSTÖRUNGEN/
CENTRO PER DISTURBI DEL
COMPORAMENTO ALIMENTARE

Concetto di persona nella prevenzione

Alfred Uhl 2009

Approccio
democratico

Rispetta
l'autodeterminazione
della persona.

Conta sul supporto e
la collaborazione

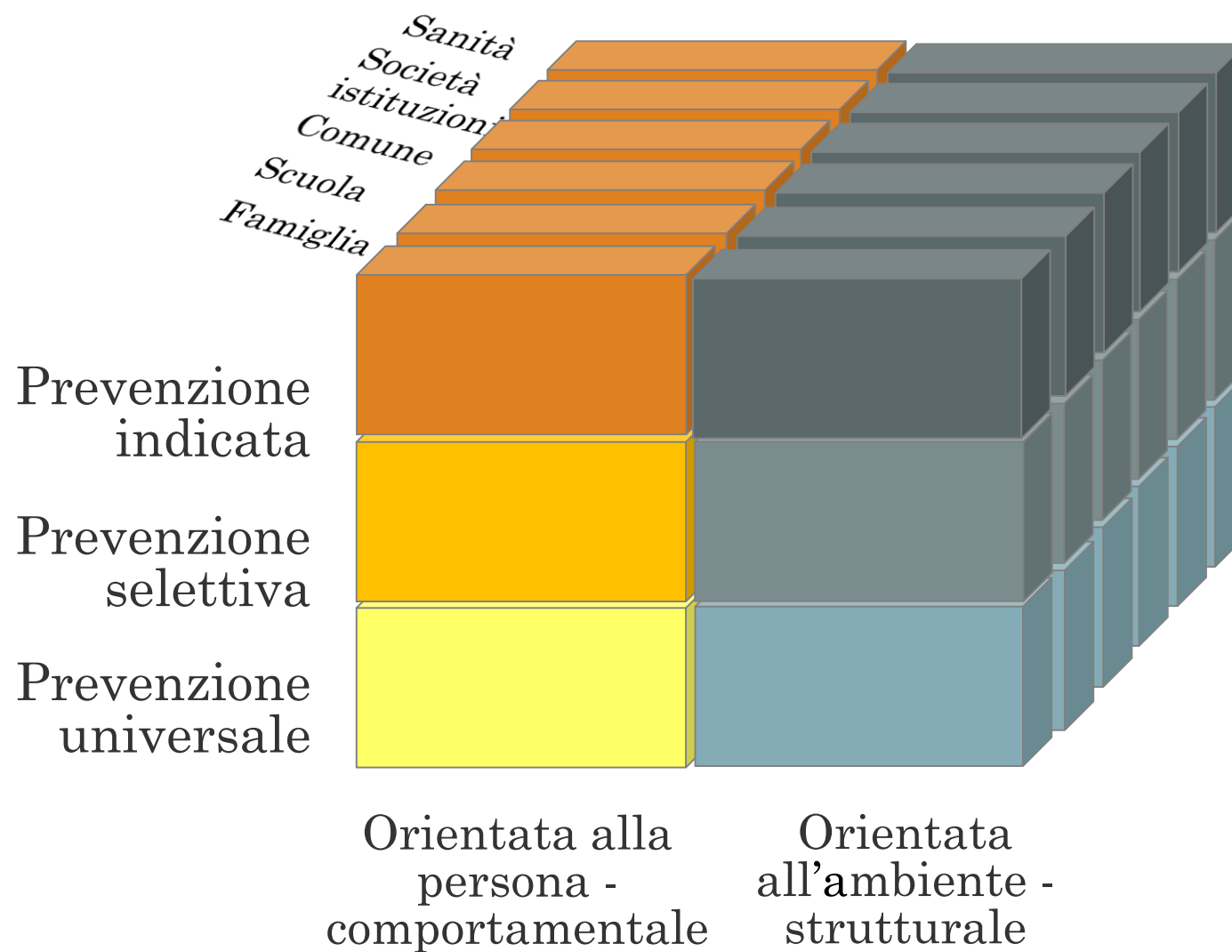
Approccio
paternalistico
- controllante

Le persone
non sono in grado di
fare le scelte giuste
per se stesse.

Sono gli esperti a
decidere cosa è giusto

Prevenzione: il modello di SFA

(centro
svizzero di
prevenzione
all'alcol)



Fattori di rischio dei DCA

Immagine di donna e di uomo nella società industrializzata

Infantilizzazione dell'adolescenza

Importanza di valori come autodisciplina, controllo, rendimento, successo

Difficoltà a gestire le emozioni, i conflitti e lo stress

Traumi

Poca conoscenza dei DCA da parte di medici, insegnanti, educatori

Fattori di rischio dei DCA



Mancanza di autonomia, autodeterminazione e possibilità di partecipazione attiva per i giovani nella società

Poca conoscenza dei DCA da parte di medici, insegnanti, educatori

Eccessivo orientamento a tabelle, numeri, norme

Conoscenze errate sul funzionamento del corpo, delle diete, dell'alimentazione

Divulgare
informazioni precise e
veritiere sui DCA

Mettere in discussione
l'immagine di donna e
di uomo nella società

Mettere in discussione
certi valori (voti a
scuola, importanza
della costanza
dell'autodisciplina)

Contrastare
l'insoddisfazione col
proprio corpo

Dare ai giovani più
spazi da gestire, più
possibilità di decidere
e partecipare

Insegnare tecniche di
rilassamento

Informare i
moltiplicatori

Incentivare un
dibattito su questi
temi

.....

Obiettivi della prevenzione

Disturbi del Comportamento Alimentare Consulenza nutrizionale

WAHRE
SCHÖNHEIT
KOMMT VON
INNEN!
LA VERA BELLEZZA
È QUELLA
INTERIORE!

*Neuer Sitz ab Mitte Juni/Nuova sede da metà giugno:
Tallergasse 4/Via Talvera 4, Bozen/Bolzano
0471 970 039 www.infes.it*


infes
Fachstelle für Ess-Störungen
Centro per Disturbi del Comportamento Alimentare



Dona Meneghetti - www.donameneghetti.it



FREE REALITY!

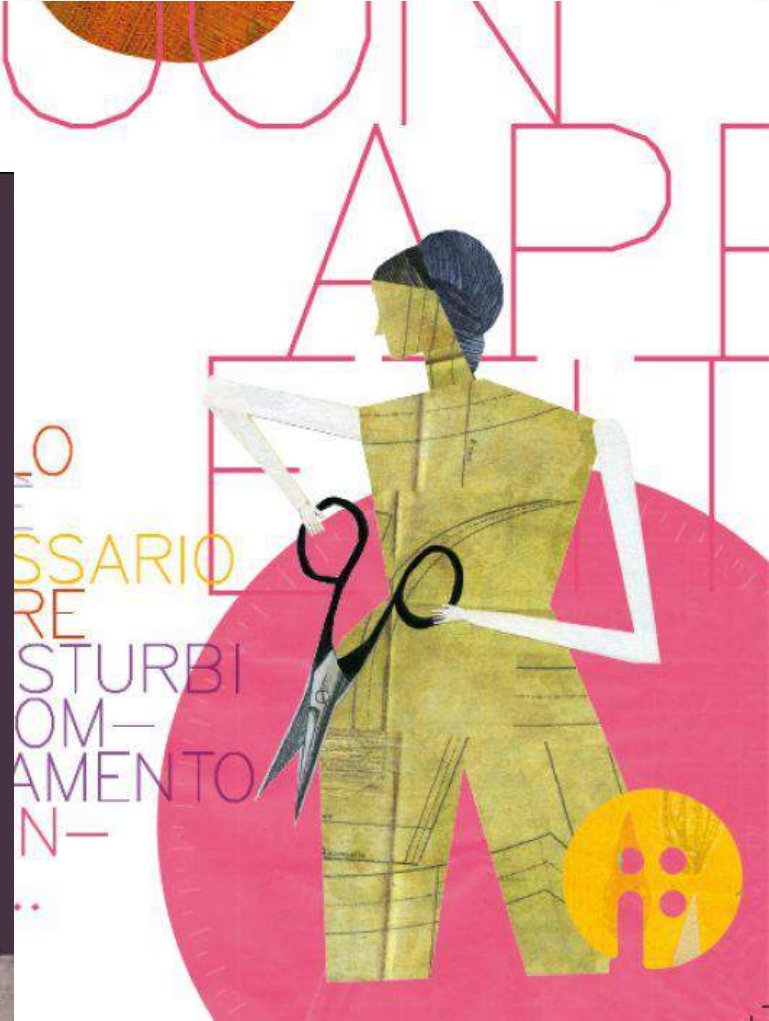
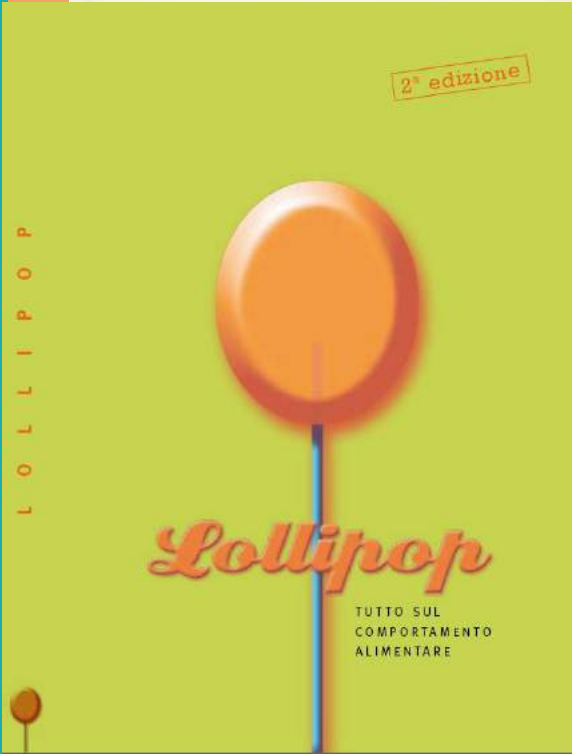
MAGERSUCHT UND BULIMIE
SIND DIE KRANKHEITEN MIT
DER HÖCHSTEN STERBERATE
BEI MÄDCHEN ZWISCHEN 12
UND 25 JAHREN.

Potrebbe trattarsi di un disturbo alimentare?

Come indirizzare una
diagnosi e a chi rivolgersi



 **INFES**
FACHSTELLE FÜR ESSSTÖRUNGEN/
CENTRO PER DISTURBI DEL
COMPORTAMENTO ALIMENTARE





BILANCIA: Non ti pesare - stimati



Prevenzione Universale
Comportamentale

Potrebbe
trattarsi di
un disturbo
alimentare?

Come indirizzare una
diagnosi e a chi rivolgersi



 **INFES**
FACHSTELLE FÜR ESSSTÖRUNGEN/
CENTRO PER DISTURBI DEL
COMPORTAMENTO ALIMENTARE

Corsi di formazione per medici,
insegnanti, infermieri...



Prevenzione
Selettiva Strutturale

Giornata del fiocchetto lilla



Prevenzione
Universale
Comportamentale



Amati

per come sei.



Fai amicizia col tuo corpo.
Mangiare è un piacere. Gustati la vita.



© 2010 Forum Prevenzione. Tutti i diritti sono riservati. Foto: P. Basso - Anzenberger

Liebe Dich

so wie Du bist.



Schließ Freundschaft mit deinem Körper,
denn Hungern macht nicht glücklich.



© 2010 Forum Prävention. Alle Rechte vorbehalten. Foto: P. Basso - Anzenberger

WELCOME!

The eBody Project is an online program designed to help adolescent girls and young women feel better about their bodies by giving them a forum to think about the costs of trying to look like the unrealistic images of women that are shown in the mass media.

Young women do a series of exercises that help them understand the costs of this unrealistic thin-ideal and learn to recognize things they like about themselves and their body.

[FAQ](#) | [Contact Us](#)



no digital
distortion

Workshop scolastici per promuovere l'autostima: Sicuro di Me

Crediamo che ogni giovane dovrebbe crescere sentendosi sicuro del proprio aspetto fisico. È per questa ragione che abbiamo sviluppato il programma Sicuro di Me, materiale basato su ricerche scientifiche per insegnanti e scuole destinato ai giovani di 11-14 anni. ... [Leggi di più](#)



selenagomez • Segui già



aliev.idris.89 Goood 🍌🍌🍌🍌...
3 h Rispondi

aliev.idris.89 🍌🍌🍌
3 h Rispondi



Questioni importanti

Quanto tempo, soldi ed emozioni ci vogliono per corrispondere agli ideali proposti

Quanto spesso ti confronti con altri e come ti fa stare?

Quanto spesso parliamo di aspetto fisico e come ci fanno stare questi discorsi?

Pensi che persone che non corrispondono agli ideali siano meno felici?

Perchè dovremmo tutti corrispondere agli stessi ideali?

Cosa fai quando decidi di migliorare il tuo aspetto?

Quanto tempo al giorno ti sottoponi alle immagini di altre persone

Quale messaggio c'è dietro ad ogni immagine di persone belle e famose?

Per una
bellezza
smisurata









Grazie
dell' attenzione!

Dott.ssa Raffaella Vanzetta
psicoterapeuta



INFES

FACHSTELLE FÜR ESSSTÖRUNGEN/
CENTRO PER DISTURBI DEL
COMPORAMENTO ALIMENTARE

Via Talvera 4
39100 Bolzano

0471 970039

info@infes.it
www.infes.it