

# PERCORSI DIAGNOSTICO-TERAPEUTICI INDIVIDUALI PER PAZIENTI SOVRAPPESO E OBESI

PRESSO IL NOSTRO CENTRO SONO PREVISTI PERCORSI TERAPEUTICI INDIVIDUALI E DI GRUPPO.

## Percorso individuale:

### DESTINATARI

- Soggetti sovrappeso con un profilo di rischio per evoluzione verso l'obesità in cui siano presenti ulteriori fattori di rischio quali: insoddisfazione corporea clinicamente significativa, alimentazione emotiva, scarso supporto relazionale, sedentarietà, storia di diete fallimentare (dieting).
- Soggetti in cui il problema ponderale è complicato da atteggiamenti alimentari alterati (da spiluccamenti a iperfagia a un vero e proprio Disturbo da Alimentazione Incontrollata).
- Soggetti che abbiano bisogno di un sostegno motivazionale per incrementare la compliance al piano di trattamento.

### STRUTTURA DEL PERCORSO DIAGNOSTICO-TERAPEUTICO

<b>Fase 1</b>	Fase Valutativo - Diagnostica (assessment)
<b>Fase 2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Condivisione in equipe dei dati raccolti in fase di assessment</li> <li>• Restituzione e discussione con il paziente dei dati raccolti</li> <li>• Formulazione del progetto terapeutico</li> </ul>
<b>Fase 3</b>	Fase Terapeutica

### PERCORSO TERAPEUTICO INDIVIDUALE

Il percorso terapeutico individuale viene personalizzato in base alle aree psicopatologiche emerse nella fase diagnostica e alla domanda del paziente. Può prevedere:

- percorso di sostegno motivazionale
- percorso psicoterapeutico
- percorso comportamentale-nutrizionale

Possono anche essere attivati percorsi che prevedano sia incontri psicoterapeutici\motivazionali che nutrizionali.



**Percorso di gruppo:**

Psicoeducazione	Il gruppo fornisce informazioni su tematiche riguardanti gli atteggiamenti alimentari e motori
Occasioni di condivisione e confronto	L'ascolto e il confronto attivo e costruttivo tra i partecipanti consentono di ridurre il senso di solitudine e vergogna; rappresentano inoltre un'opportunità di crescita attraverso l'esperienza di gruppo
Sostegno motivazionale.	È previsto inoltre l'uso di tecniche per aumentare e sostenere la motivazione al cambiamento in base al profilo motivazionale definitivo in fase di valutazione iniziale
Incremento della abilità	Il lavoro mira all'aumento delle capacità di identificazione e gestione delle situazioni a rischio, di regolazione emotiva e di problem solving
	Rappresenta un'opportunità per diventare maggiormente consapevoli delle proprie abilità sociali e allenarle in un contesto protetto
Costi	Ha costi contenuti se confrontato con un percorso individuale

**PERCHÉ SCEGLIERE LA TERAPIA DI GRUPPO?  
DESTINATARI**

- Persone con sovrappeso\obesità che non abbiano ottenuto risultati significativi e duraturi con trattamenti prescrittivi;
- Persone con sovrappeso\obesità che desiderino conseguire risultati stabili nel tempo attraverso un percorso di ristrutturazione dello stile di vita (alimentare e motorio);
- Persone in cui la condizione di sovrappeso è mantenuta da atteggiamenti alterati (alimentazione non consapevole e condizionata dagli stati emotivi, sedentarietà ecc);
- Persone in cui il quadro di sovrappeso\obesità è mantenuto e aggravato dalla presenza del Disturbo da Alimentazione Incontrollata (DAI);

**DIVERSE ESIGENZE, DIVERSE TIPOLOGIA DI GRUPPI TERAPEUTICI**

In base alle diverse esigenze emerse in fase di valutazione iniziale viene suggerita la tipologia di gruppo più idonea ad affrontare la propria problematica:

1. Gruppo motivazionale e psicoeducativo per la gestione del peso
2. Terapia di gruppo ad orientamento cognitivo-comportamentale per il disturbo da alimentazione incontrollata (DAI)
3. Gruppo motivazionale e psicoeducativo per genitori di bambini e ragazzi con sovrappeso e obesità.



## COM'E' STRUTTURATO IL LAVORO

- Il ciclo è costituito da 8 incontri quindicinali da 90 minuti ognuno
- Sono previsti incontri di monitoraggio al termine del ciclo psicoeducativo a 1 mese (in gruppo) e a 3- 6-9-12 mesi (individuali);
- Verranno consegnati materiali didattici (dispensa psico-educativa e schede di lavoro);
- Verranno somministrati test per adattare il percorso alle caratteristiche dei partecipanti.

