

RESPONSABILE SCIENTIFICO

Dott. Paolo Pepe

Medico, Specialista in Psicologia Clinica

CONSULENTE SCIENTIFICO

Prof. Franco Burla

Medico, Specialista in Psichiatria,
Specialista in Psicologia Clinica
Università "La Sapienza" di Roma

Riconoscimenti

Il Corso di Educazione Terapeutica sull'Obesità e Disturbi Alimentari è riconosciuto dalla Società Italiana di Psicologia e Pedagogia Medica (SIPMED) di Roma.

Obiettivi

L'intervento psicoeducativo mira a modificare in modo naturale e duraturo le *abitudini alimentari* e lo *stile di vita*. La maggior parte degli studi ha osservato che il problema principale non è costituito dalla perdita di peso, ma dal suo *mantenimento*. Il lavoro di gruppo aiuta i singoli componenti ad incoraggiarsi, a confrontarsi e a trovare soluzioni diverse per raggiungere l'obiettivo comune.

IL PROGRAMMA DETTAGLIATO E' SCARICABILE
DAL SITO INTERNET:

http://www.sipmed.it/corso_psicoeducativo

Costi

Per conoscere i costi contattare la segreteria organizzativa SIPMED.

Per Informazioni e Iscrizioni

Società Italiana di Psicologia e Pedagogia Medica
(SIPMED)

Via Alfredo Baccarini, 33 00179 Roma.

sito web: www.sipmed.it

e-mail: info@sipmed.it

Garanzia di riservatezza

I dati personali, ai sensi del DL 196/03 saranno utilizzati ai soli fini culturali e promozionali relativi alle attività formative. Aggiornamenti e cancellazioni potranno essere richiesti presso la nostra segreteria.



SIPMED

Società Italiana di Psicologia
e Pedagogia Medica



foto: La camera d'ascolto – Magritte (1968)

Corso di Educazione Terapeutica sull'Obesità e Disturbi Alimentari

www.sipmed.it/corso_psicoeducativo

L'intervento di gruppo

La *dieta* rappresenta il metodo più utilizzato per perdere peso, ma la soddisfazione per i primi risultati ottenuti è spesso sostituita dallo sconforto, quando la perdita di peso diventa più lenta o addirittura si arresta. In questa fase, alcuni pazienti tendono a rifiutare il confronto con la bilancia e con lo specialista abbandonando la terapia, altri restringono ulteriormente la loro alimentazione per raggiungere l'obiettivo desiderato che difficilmente ottengono per la difficoltà a mantenere stabilmente una severa restrizione.

Nel tempo i pazienti sviluppano pensieri di tipo auto svalutante, "io non sono capace", "è troppo difficile".

L'**intervento psicoeducativo** rappresenta un valido sostegno per affrontare al meglio la dieta e favorire e semplificare l'acquisizione di corrette regole alimentari attraverso una sinergia e un confronto costante con gli altri membri del gruppo. Attraverso l' *Homework*, in grado di far applicare quanto appreso nei momenti di vita quotidiana, i singoli componenti sviluppano un *sentimento di auto-efficacia* diventando, finalmente, protagonisti attivi del proprio percorso.

L'intervento si propone di

- ✓ **Perdere** peso in modo armonico
- ✓ **Mangiare** in modo equilibrato
- ✓ **Godere** del cibo senza esserne vittime
- ✓ **Migliorare** la propria autostima
- ✓ **Vedere** gli ostacoli che interferiscono con i normali programmi dietoterapici
- ✓ **Correggere** le abitudini alimentari sbagliate
- ✓ **Vincere** i sensi di colpa
- ✓ **Identificare** gli inganni dell'ambiente e delle industrie alimentari
- ✓ **Imparare** a trasgredire senza prendere peso
- ✓ **Mantenere** nel tempo il peso, la forma fisica e l'equilibrio emotivo

www.sipmed.it/corso_psicoeducativo

La struttura

L'intero corso è costituito da **8 incontri a frequenza settimanale** della durata di **2 ore** ciascuno. Ogni incontro prevede una parte teorico-introductiva, una parte applicativa con esercitazioni pratiche e una discussione finale.

Sono previsti un numero minimo di 8 iscritti e un massimo di 12.

Gli strumenti

- Diario alimentare-emotivo,
- Role Playing,
- Metaplan,
- Contenuti audio-visivi proiettati.

La sede

Gli incontri si terranno presso la sede SIPMED di Roma in Piazza Santa Croce in Gerusalemme, 4.

Riconoscimenti

Il Corso di Educazione Terapeutica sull'Obesità e Disturbi Alimentari è riconosciuto dalla *Società Italiana di Psicologia e Pedagogia Medica (SIPMED)* di Roma.