

Obesità ed educazione terapeutica: verso una terapia integrata

24 Settembre 2011

Presso L'Università di Roma La Sapienza, propongo interventi di educazione terapeutica, in pazienti obesi o con Disturbo da Alimentazione Incontrollata (Binge Eating Disorder, BED) lavorando sui livelli cognitivi, metacognitivi, emotivi e percettivi.

L'obesità è una malattia cronica alla cui insorgenza intervengono fattori ambientali, psicologici, genetici e familiari. Nonostante le gravi ripercussioni che determina sulla aspettativa e qualità di vita, molte persone non identificano ancora l'obesità come una malattia ma semplicemente come un problema estetico.

Nel tempo si sono sviluppati molti interventi per risolvere quella che è stata definita una vera e propria epidemia mondiale: farmacologici, chirurgici, nutrizionali, psicologici.

Negli ultimi anni si è cercato di trovare un filo conduttore a tutti questi interventi ed è stato identificato nell'educazione terapeutica.

L'educazione terapeutica è un approccio umanistico che, partendo dalle esigenze e risorse del paziente, si propone di aiutarlo a capire la sua malattia e a renderlo protagonista del suo percorso di cura.

Troppo spesso, però, l'educazione si è basata su informazioni prevalentemente intellettuali senza prendere in considerazione le esperienze del paziente, le sue domande, le paure, le aspettative e le sue emozioni.

Come ci ricordano il Prof. Alain Golay ed i suoi collaboratori dell'Ospedale Universitario di Ginevra, una persona apprende nuovi saperi partendo da quello che già sa.

Le pregresse conoscenze, da un lato gli servono come quadro interpretativo per comprendere e dare un senso alle nuove informazioni, dall'altro rischiano di essere vere e proprie trappole che ostacolano l'apprendimento.

Apprendere non è semplicemente aggiungere delle nuove informazioni, ma integrarle con quelle preesistenti, per far questo la persona deve trovare le nuove informazioni utili, efficaci, interessanti, e deve, inoltre, poterle utilizzare nel vivere quotidiano.

L'educazione terapeutica nasce con la finalità di aiutare il paziente a conoscere la sua malattia, aumentare la capacità di autogestire la cura e prevenire le complicanze attraverso una padronanza degli eventi.

Presso l'Università di Roma La Sapienza, da diversi anni propongo interventi di educazione terapeutica, in pazienti obesi o con Disturbo da Alimentazione Incontrollata (BED, Binge Eating Disorder), lavorando sui livelli cognitivi, metacognitivi, emotivi e percettivi; la lettura del libro di A. Golay mi ha confermato che la strada intrapresa era quella giusta. La scuola svizzera descrive, infatti, un modello multidimensionale dell'educazione terapeutica che considera oltre alla dimensione cognitiva, quella metacognitiva, la infracognitiva, la percettiva e l'affettivo-emozionale.

I nuovi studi di neurobiologia interpersonale e del cosiddetto apprendimento mindful aprono nuove strade nel campo dell'educazione terapeutica.

Il Prof. Daniel Siegel, ricordando i lavori di Ellen Langer, definisce come componenti di un apprendimento mindful l'apertura alle novità, la sensibilità al contesto in cui si verifica un evento, la consapevolezza di prospettive multiple, l'importanza di un orientamento cognitivo al presente e l'utilizzo di uno stile condizionale in sostituzione di uno stile comunicativo assolutistico.

Partendo da questi studi e dalle terapie cognitivo comportamentali di terza generazione, nei nuovi gruppi di educazione terapeutica, per conseguire l'obiettivo di un miglioramento della qualità della vita nei pazienti obesi o con BED, ho considerato e sviluppato i seguenti punti:

- 1) Creare un ambiente validante
- 2) Suscitare la consapevolezza
- 3) Determinare una partecipazione emotiva
- 4) Sviluppare la flessibilità psicologica
- 5) Promuovere l'esperienza percettiva

Dott. Enrico Prosperi
Medico Chirurgo
Specialista in Psicologia Clinica

Università di Roma La Sapienza
Presidente della Società Italiana di Psicologia e Pedagogia Medica
© 2011

Lascia un commento

Invia