

INTEGRATORI ALIMENTARI E DCA

Cenci L et Al; Atti del XXIII congresso Associazione Nazionale Dietisti, Verona 19-21/04/2012

Introduzione

Verificare l'utilità di integratori ipocalorici a base proteica nella gestione di disturbi del comportamento alimentare (DCA).

Materiali e metodi

Sono state individuate 10 donne con DCA (età 20-40) cui è stata prescritta dieta normocalorica con integratori proteici dolci e fitoestratti ad azione tonica. Lo studio è durato 6 mesi con rilevazione antropometrica bimestrale e somministrazione di test validati BUT, EAT e SCL per determinare lo stato della patologia.

Risultati

In merito all'aspetto fisico, osserviamo aumento della massa muscolare con scomparsa effetto freezing, riduzione della fragilità di unghie, capelli e dermatiti. Per quanto riguarda il comportamento alimentare, si assiste ad un graduale ritorno a corrette abitudini con riduzione di comportamenti quali pesare gli alimenti, mangiare senza condimenti, assumere porzioni ridotte, saltare i pasti. In merito all'emotività si rileva scomparsa di picchi depressivi, aggressività e riduzione di pensieri ricorrenti inerenti al cibo, che portavano a programmare i pasti nei minimi dettagli e a momenti di crisi se venivano modificati. In merito agli aspetti farmacologici, circa il 50% delle pazienti ha ridotto la terapia antidepressiva.

Conclusioni

Non ci sembra opportuno, al momento, trarre conclusioni definitive su una remissione completa, ma in ogni caso, cambiamenti rilevanti sono stati percepiti dal medico, dai familiari e dalle pazienti. Si può ipotizzare che l'utilizzo di integratori proteici dolci, ipocalorici e sazianti, permette di superare forme di pensiero ossessivo/compulsivo quali "vorrei mangiarlo ma non posso" oppure "l'ho mangiato ma vorrei non averlo fatto".