



**ASSOCIAZIONE POLLICINO**  
e Centro Crisi Genitori Onlus

## **CONVEGNO SIRIDAP**

**Corpi sospesi: il soggetto tra il corpo,  
lo sguardo e la prestazione**

# CONSEGUENZE

- **stress e ansia per il proprio corpo che cambia:**  
non rispecchia l'ideale richiesto e fatica ad eseguire elementi tecnici richiesti → dunque non è più competitivo;
- il soggetto visto unicamente come **corpo da prestazione**;
- **angoscia** rispetto ai cambiamenti fisici puberali e alla propria forma fisica: controllo del cibo → rischio che la dieta degeneri in condotte restrittive estreme;
- **l'atleta sviluppa specifiche problematiche alimentari per piegare il proprio corpo ad un ideale atletico ed estetico.**



# **CLASSIFICAZIONE E SPECIFICITÀ DEI DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE IN AMBITO SPORTIVO**



# CLASSIFICAZIONE E SPECIFICITA' DEI DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE IN AMBITO SPORTIVO

Le atlete possono esibire tutti i comportamenti di un disturbo alimentare, **strategie patologiche di controllo del peso e problemi con l'immagine corporea,**

ma allo stesso tempo

**non presentare i gravi disagi psicologici**  
che si accompagnano ai disturbi clinici.



# CLASSIFICAZIONE E SPECIFICITA' DEI DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE IN AMBITO SPORTIVO

Tali quadri vengono definiti:

## 1. DISTURBI SUBCLINICI

## 2. ANORESSIA ATLETICA

### 1. TRIADE DELL'ATLETA O RED-S

- **Manca** il profilo psicopatologico
- Generati in prima istanza dalla **pressione** del contesto sportivo



# **DISTURBI SUBCLINICI**



## **DISTURBI SUBCLINICI**

*(Beals, K. A., Manore, M. M, 2000)*

- **Preoccupazione** per cibo, calorie e peso corporeo;
- **Distorsione** dell'immagine corporea e/o insoddisfazione per il proprio peso e/o forma fisica;
- **Non influenza del reale peso** corporeo e/o forma fisica nella valutazione di se stesse;
- **Intensa paura di aumentare peso**, diventare grassa, e/o sentirsi grassa, nonostante l'evidente magrezza (-5% sotto al peso adeguato);



## **DISTURBI SUBCLINICI**

*(Beals, K. A., Manore, M. M, 2000)*

- **Tentativi di ridurre il proprio peso corporeo** o mantenerlo più basso usando una o una combinazione delle seguenti strategie:
  1. **Rigida restrizione dell'introito calorico**
  2. Rigida limitazione nella scelta dei cibi
  3. Esercizio eccessivo
  4. **Patologici metodi di controllo del peso**  
(digiuno, vomito auto-indotto, lassativi, diuretici)
- **Assenza di una malattia medica** che possa spiegare la perdita di peso
- **Disfunzioni mestruali**





# ANORESSIA ATLETICA



# ANORESSIA ATLETICA

*(Sundgot-Borgen et al. 1994-2004)*

- **Peculiarità → finalizzata a ottenere un miglioramento della performance sportiva**
- Perdita di peso superiore al 5% del peso corporeo previsto
- Assenza menarca (mancata comparsa mestruazioni a 16 anni)
- Disfunzioni mestruali (amenorrea primaria, secondaria, oligomenorrea)
- Disturbi gastrointestinali
- Assenza di una malattia medica o di un effettivo disturbo che possano spiegare la perdita di peso



# ANORESSIA ATLETICA

*(Sundgot-Borgen et al. 1994-2004)*

- Distorsione dell'immagine corporea
- Eccessiva paura di acquistare peso o di diventare obeso
- Restrizione dell'introito calorico (meno di 1200 Kcal/al giorno)
- Condotte eliminatorie (vomito autoindotto, lassativi, diuretici)
- Binge Eating
- Esercizio compulsivo



**TRIADE FEMMINILE DELL'ATLETA O RED-S  
(RELATIVE ENERGY DEFICIENCY in Sport)**



# **TRIADE FEMMINILE DELL'ATLETA O RED-S** **(RELATIVE ENERGY DEFICIENCY in Sport)** *(ACSM, 1992; Nattiv et al. 2007)*

Fa riferimento all'interdipendenza tra:

- **Disponibilità energetica**
- **Funzioni mestruali**
- **Densità minerale delle ossa**



# **TRIADE FEMMINILE DELL'ATLETA O RED-S** **(RELATIVE ENERGY DEFICIENCY in Sport)** *(ACSM, 1992; Nattiv et al. 2007)*

## **Presenta come manifestazioni cliniche:**

1. Disordini alimentari
2. Amenorrea
3. Osteoporosi (o osteopenia)

## **C.C. Comitato olimpico 2014:**

1. Alterazioni della funzione immunitaria
2. Alterazioni nella sintesi proteica
3. Alterazioni della salute cardiovascolare



# Le conseguenze sulla salute sono MOLTEPLICI e possono protrarsi lungo il corso della vita

