

L'importanza della Prevenzione

Dott.ssa Raffaella Vanzetta
psicoterapeuta



INFES

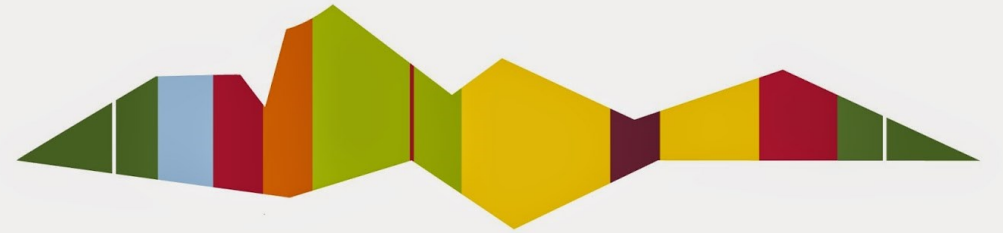
FACHSTELLE FÜR ESSSTÖRUNGEN/
CENTRO PER DISTURBI DEL
COMPORAMENTO ALIMENTARE



Ho fatto la prova costume...
...me ne vado in **Alto Adige**.



SÜDTIROL



ALTO ADIGE







FORUM PRÄVENTION PREVENZIONE







Concetto di persona nella prevenzione

Alfred Uhl 2009

Approccio
democratico

Rispetta
l'autodeterminazione
della persona.

Conta sul supporto e
la collaborazione

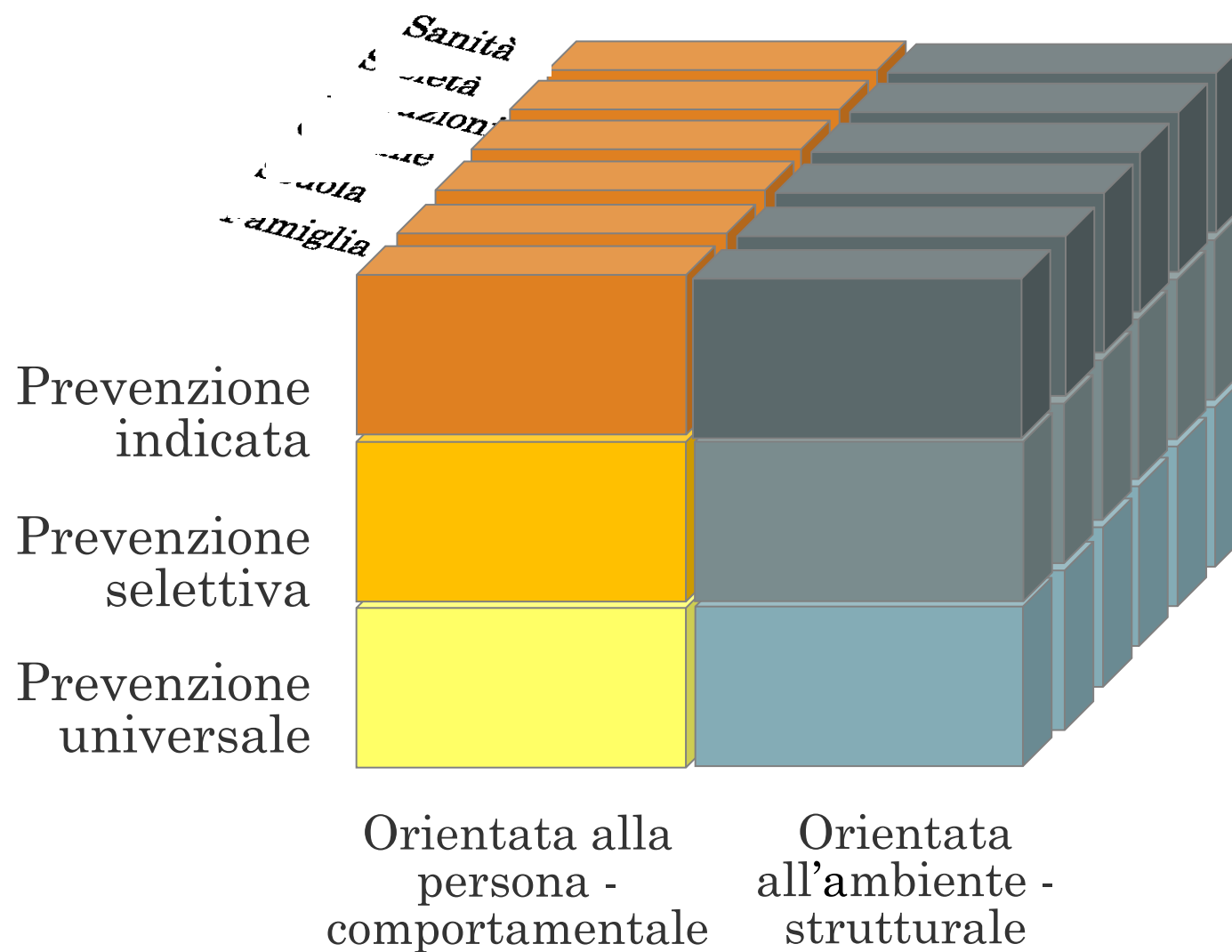
Approccio
paternalistico
- controllante

Le persone
non sono in grado di
fare le scelte giuste
per se stesse.

Sono gli esperti a
decidere cosa è giusto

Prevenzione: il modello di SFA

(centro
svizzero di
prevenzione
all'alcol)



Fattori di rischio dei DCA

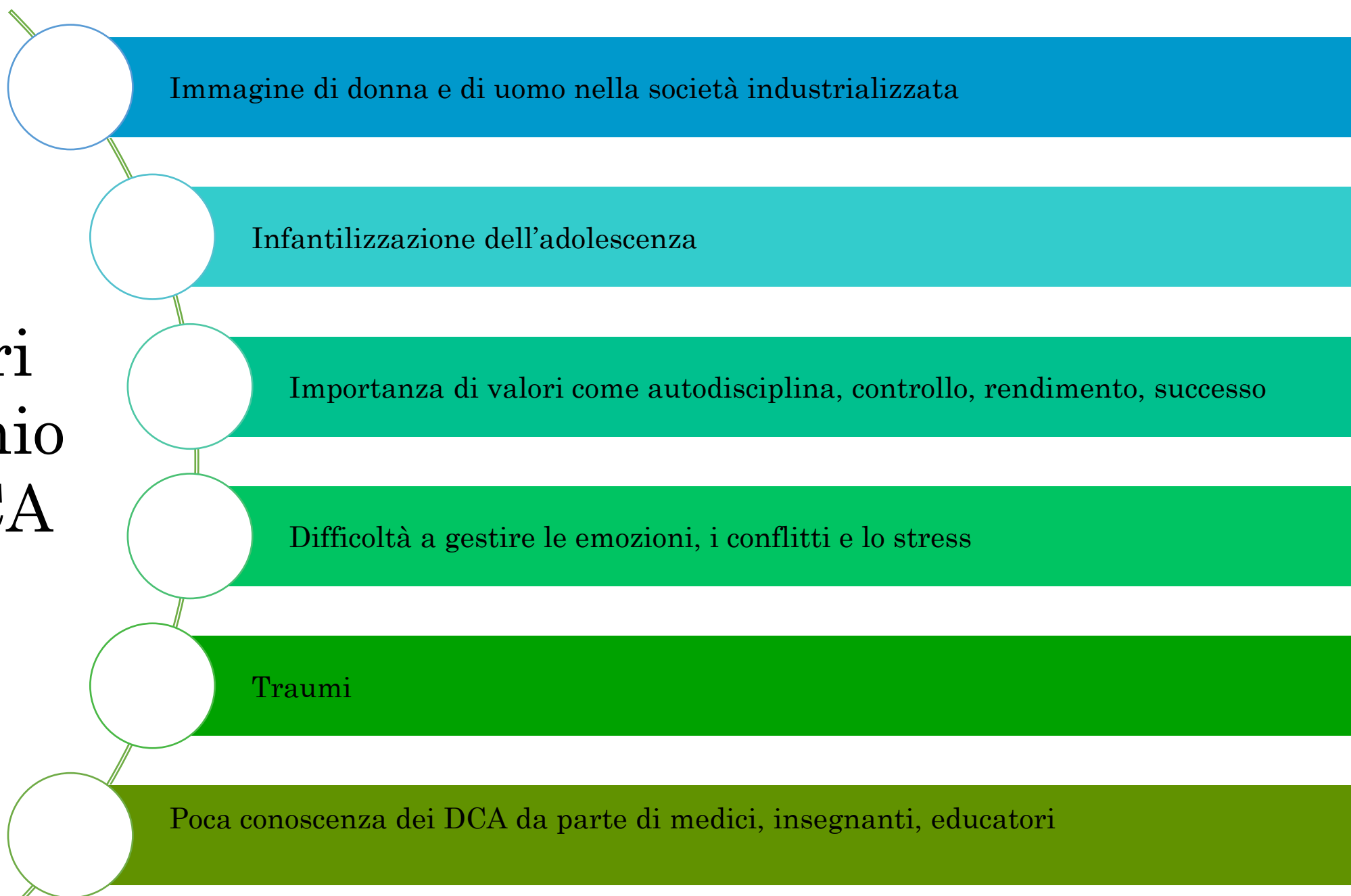


Immagine di donna e di uomo nella società industrializzata

Infantilizzazione dell'adolescenza

Importanza di valori come autodisciplina, controllo, rendimento, successo

Difficoltà a gestire le emozioni, i conflitti e lo stress

Traumi

Poca conoscenza dei DCA da parte di medici, insegnanti, educatori

Fattori di rischio dei DCA

Mancanza di autonomia, autodeterminazione e possibilità di partecipazione attiva per i giovani nella società

Poca conoscenza dei DCA da parte di medici, insegnanti, educatori

Eccessivo orientamento a tabelle, numeri, norme

Conoscenze errate sul funzionamento del corpo, delle diete, dell'alimentazione

Divulgare
informazioni precise e
veritiere sui DCA

Mettere in discussione
l'immagine di donna e
di uomo nella società

Mettere in discussione
certi valori (voti a
scuola, importanza
della costanza
dell'autodisciplina)

Contrastare
l'insoddisfazione col
proprio corpo

Dare ai giovani più
spazi da gestire, più
possibilità di decidere
e partecipare

Insegnare tecniche di
rilassamento

Informare i
moltiplicatori

Incentivare un
dibattito su questi
temi

.....

Obiettivi della prevenzione

Disturbi del
Comportamento
Alimentare
Consulenza
nutrizionale

WAHRE
SCHÖNHEIT
KOMMT VON
INNEN!
LA VERA BELLEZZA
È QUELLA
INTERIORE!

Neuer Sitz ab Mitte Juni/Nuova sede da metà giugno:
Tälfergasse 4/Via Talvera 4, Bozen/Bolzano
0471 970 039 www.infes.it


infes
Fachstelle für Ess-Störungen
Centro per Disturbi del Comportamento Alimentare



Das Menue-postcards www.dasmenue.de 0471 972258 10.07.2016 14:02:27

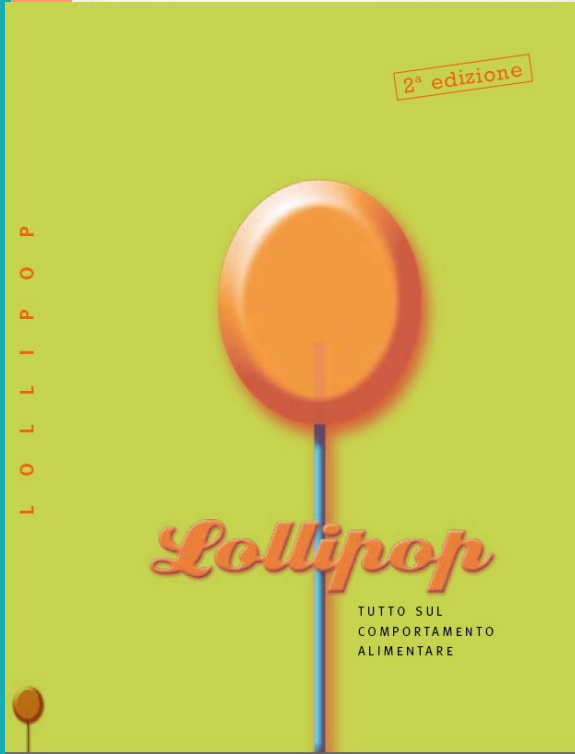


Potrebbe
trattarsi di
un disturbo
alimentare?

Come indirizzare una
diagnosi e a chi rivolgersi



INFES
FACHSTELLE FÜR ESSSTÖRUNGEN/
CENTRO PER DISTURBI DEL
COMPORTAMENTO ALIMENTARE



Potrebbe
trattarsi di
un disturbo
alimentare?

Come indirizzare una
diagnosi e a chi rivolgersi



 **INFES**
FACILITÈTLE FÖR ESSSTÖRNINGEN/
CENTRO PER DISTURBI DEL
COMPORTEMENTO ALIMENTARE

Corso di formazione per pediatri e ginecologi



Prevenzione
Selettiva Strutturale

Progetto con farmacie comunali



Prevenzione Selettiva
Comportamentale



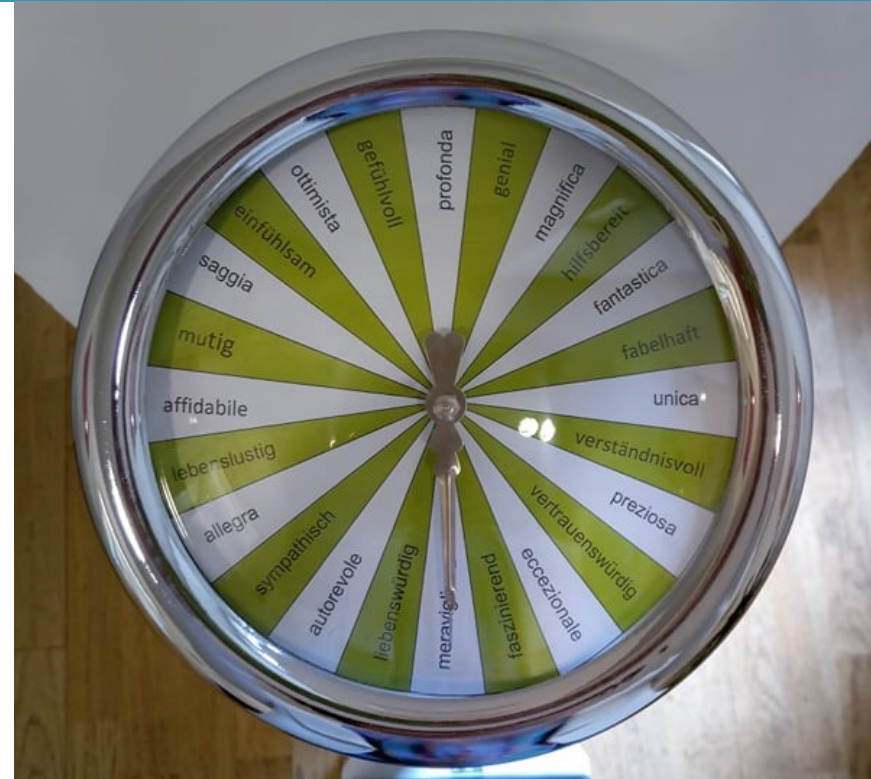
Giornata del fiocchetto lilla



Prevenzione
Universale
Comportamentale



BILANCIA: Non ti pesare - stimati



Prevenzione Universale
Comportamentale

Settimana con bambini in sovrappeso



Prevenzione Indicata
Comportamentale

Amati

per come sei.



Fai amicizia col tuo corpo.
Mangiare è un piacere. Gustati la vita.



© 2014 Forum Prävention | Prevenzione. Foto: M. Basso / Contrasto

Liebe Dich

so wie Du bist.



Schließ Freundschaft mit deinem Körper,
denn Hungern macht nicht glücklich.



© 2014 Forum Prävention | Prevenzione. Foto: M. Basso / Contrasto

Valutazione della prevenzione a scuola

- Dalle Grave R (2003) School-Based Prevention Programs for Eating Disorders: Achievements and Opportunities. *Disease Management and Health Outcomes*, 11, 579-593.S
- Stice E & Shaw H (2004) Eating disorder prevention programs: a meta-analytic review. *Psychol Bull*, 130, 206-27.
- Stice E, Shaw H & Marti CN (2007) A meta-analytic review of eating disorder prevention programs: encouraging findings. *Annu Rev Clin Psychol*, 3, 207-31
- Yager Z & O'dea JA (2008) Prevention programs for body image and eating disorders on University campuses: a review of large, controlled interventions. *Health Promot Int*, 23, 173-89.
- Yager Z, Diedrichs P, Ricciardelli L, Halliwell E (2013) What works in secondary schools? A systematic review of classroom-based body image programs. *Body Image*, Jun;10(3):271-81.

Valutazione della prevenzione a scuola

- I programmi più efficaci sono focalizzati sull'insoddisfazione corporea e sulle pressioni socio-culturali.
- Gli effetti sono migliori se i programmi permettono alle ragazze di lavorare tra di loro e di lavorare con compagne con le quali hanno confidenza.
- I programmi effettuati in classi di ragazze/i maggiori di 15 anni hanno avuto risultati migliori che se effettuati su ragazze/i più giovani
- I programmi basati sull'induzione della dissonanza cognitiva erano quelli che hanno avuto i migliori risultati anche a follow up di alcuni anni.

Valutazione della prevenzione a scuola

effetti migliori sono emersi nei programmi

- interattivi rispetto a quelli didattici,
- che hanno usato sedute multiple rispetto a quelli a seduta singola,
- somministrati da professionisti rispetto a quelli somministrati da personale non specificatamente qualificato (insegnanti),
- focalizzati sull'accettazione del corpo
- che hanno usato un'induzione della dissonanza per cambiare le attitudini e comportamenti e che non hanno incluso materiale psicoeducativo.

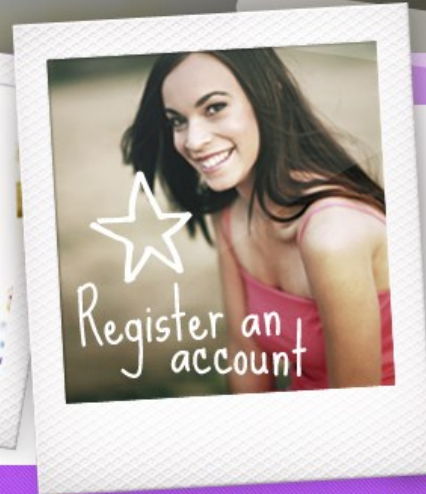
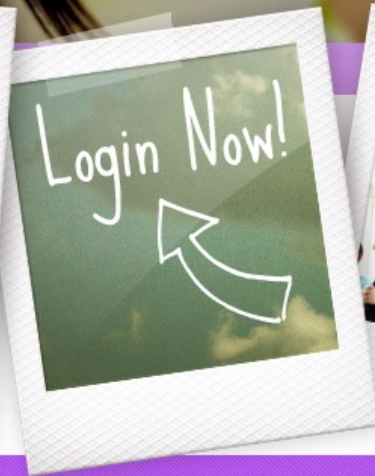
Gli interventi psicoeducativi-didattici hanno ottenuto risultati solo nell'aumento della conoscenza. Solo gli interventi interattivi che coinvolgono attivamente gli studenti hanno avuto effetti positivi sui cambiamenti delle attitudini e dei comportamenti.

WELCOME!

The eBody Project is an online program designed to help adolescent girls and young women feel better about their bodies by giving them a forum to think about the costs of trying to look like the unrealistic images of women that are shown in the mass media.

Young women do a series of exercises that help them understand the costs of this unrealistic thin-ideal and learn to recognize things they like about themselves and their body.

[FAQ](#) | [Contact Us](#)



no digital
distortion

Workshop scolastici per promuovere l'autostima: Sicuro di Me

Crediamo che ogni giovane dovrebbe crescere sentendosi sicuro del proprio aspetto fisico. È per questa ragione che abbiamo sviluppato il programma Sicuro di Me, materiale basato su ricerche scientifiche per insegnanti e scuole destinato ai giovani di 11-14 anni. ... Leggi di più



Per una
bellezza
smisurata





Todesfalle Schönheitsideal

Schönheit ist relativ, Schönheitsideale sind es nicht. Modezeitschriften und Werbeanzeigen geben in der heutigen Zeit den Ton an, wenn es um Schönheitsideale geht. Dass diese Realität auch gefährlich sein kann, erscheint nebensächlich.

von Patrizia Rabatscher

Schönheitsideale gab es schon immer. Im Vergleich zu früher ist jedoch das heutige Ideal durch Unmäßigkeit gekenn-

und realen Maßen, besonders der Frauen, war laut der British Medical Association nie größer als heute. Das Durchschnittsgewicht von weiblichen Models liegt mittlerweile etwa 20 Prozent unter dem Bevölle-

fensterpuppen heute 13,5 Zentimeter weniger Hüftumfang und zehn Zentimeter dünnere Oberschenkel. Überträgt man Puppenmaße auf Frauen, wären normale Körperfunktionen wie Menstruation und



zeichnet. Avantgardistische technische Bearbeitungen lassen Realität und Künstlichkeit verschmelzen. In der heutigen Zeit sind angestrebte Ideale zu einem großen Teil unerreichbar, weil sie nicht wirklich existieren. Der Kontrast zwischen Idealfigur

rungsdurchschnitt. Dieser Trend zeigt sich auch an weiblichen Schaufensterpuppen. Nach Aussagen von feministen Wissenschaftlern ist der Umfang der Schaufenstergruppen in den letzten 50 Jahren stark gesunken. Im Vergleich zur durchschnittlich gebauten Frau haben Schau-

Schwangerschaft bei den meist nicht mehr möglich. Nach WHO Standards würden sie als unterernährt gelten. Die ständige Konfrontation mit kleinen Kleidergrößen lässt besonders bei jungen Frauen das Gefühl entstehen, zu dick zu sein und zu

Das Kurzinterview



Raffaella Vanzetta von der Fachstelle für Essstörungen über das Projekt „Lebendes Schaufenster“, über Models und über Essstörungen

Tageszeitung: Wie ist diese Initiative entstanden?
Raffaella Vanzetta: Wir wollten einfach irgend etwas organisieren, um ein bisschen gegen dieses Einseitige und viel zu schlanke Schönheitsideal anzukämpfen, weil wir merken, dass es doch beim Thema „Essstörungen“ eine rote Faden, aber doch eine ausschlaggebende Ursache ist. Sie setzen hier ja den Schwerpunkt Untergewicht. Was ist mit dem Gegenteil, der Fettleibigkeit?
Klar ist das auch ein Thema. Es ist halt etwas anderes. Ich glaube, eine Störung im Essverhalten ist ja ein Ausdruck von einem ständigen Streben nach einer Perfektion, und

oft schlägt sich das in das Zu-dick Werden, oft schlägt es in das Zu-dünn-Werden um. Auch diese Frauen leiden total unter ihrem Gewicht und oft wandern sie von einer Diät zur nächsten.
Ralph Lauren hat ja ein Model entlassen, das angeblich zu dick war. Was denken Sie sich dabei?
Ja. Es ist bezeichnend. Es ist wieder einmal bezeichnend. Ich meine, diese Frau ist 1,75 Meter groß, das heißt, so groß wie ich und hat ungefähr zwölf Kilo weniger als ich jetzt. Ich glaube nicht, dass ich jetzt eine besonders fettige Frau bin, aber sie ist fast für die Mode zu dick, und das ist bedenklich, wenn Menschen, egal ob sie jetzt in der Mode-

branche arbeiten oder im Sport tätig sind, ständig dazu animiert werden noch dünner zu werden. Das führt einfach zu krankhaften Essverhalten.
Die Mädchen der Oberschulklasse sind sehr motiviert?
Ja, total. Diese Klasse haben wir auch ganz bewusst ausgesucht weil im vorigen Jahr eine Mitschülerin an Anorexie erkrankt ist. Sie ist jetzt seit Februar in einer Klinik in Deutschland. Und die Klasse war einfach sehr heftig und ist sehr sehr motiviert, mit uns mitzuarbeiten um irgend etwas zu tun, um ein Zeichen zu setzen.

Interview: Patrizia Rabatscher



den gewünschten Normen zu entsprechen. Die Folge ist eine vorbereitete Ernährungsweise, die oft

leicht untergewichtig. Die Modewelt bewegt sich langsam weg vom schlanken Schönheitsideal. Die Modzeitschrift „Brigitte“ arbeitet seit Januar 2010 ohne professionelle Models und engagiert stattdessen Lesefinnen verschiedenen Alters und Körperformen, um auf die Vielfalt der Schönheit hinzuweisen. Ein Riesenerfolg: Junge Modedesigner haben eher die internationale Initiative „Leben hat Gewicht“ aufgegriffen, die unter anderem vorgibt, nur Models mit einem Body-Mass-Index (BMI) über 18 am Laufsteg laufen zu lassen.

sehen, welche sich auch durch Fitnesstraining und chirurgische Eingriffe nicht bändigen lässt. Um gesund zu sein, reicht ein schlanker Körper nicht aus. Gesundheit wird von vielen Faktoren beeinflusst, von der Ernährung, der Bewegung, der Umwelt, in der wir leben und nicht zuletzt von Gelassenheit und Zufriedenheit. Der ständige Stress, ein paar Kilo weniger auf die Waage bringen zu müssen, schadet. A Dauer sowohl der Brieftasche als auch der Gesundheit.



mit zum Thema Essstörungen persönliche Beratungs-, Motiv- und Informationsgespräche mit ihnen, Angehörigen und Interessierten. In der Gruppe für Betroffene gehören an erlebnisbegleitende Gruppenarbeit und Workshops ab. Präventionsarbeit an verschiedenen mit unterschiedlichen Zielgruppen (z.B. Schulen, Heime, Jugendzentren).

Formationszentren in Form eines an der Sprechstunden, Veranstaltung durch die

Bruneck Schönheit ohne Stress



Großer Erfolg: „Nur perfekt ist niemand.“

Auch in Bruneck hat die Initiative für maßlose Schönheit, die bereits im Herbst in Bozen und Meran stattgefunden hat, Passanten gefreut und beeindruckt. Drei Stunden lang stand eine Traube Menschen vor dem Schaufenster der Boutique Tschurtschenthaler in der Stadtgasse, in dem die Schülerinnen der 3A des Pädagogischen Gymnasiums mit Hilfe der Modederaterin Anna Quinz gekleidet und von den Schülerinnen der 3A der Berufsschule für Schönheitspflege geschminkt, das Schaufenster belebten. Die Schülerinnen, die nicht gerade im Schaufenster standen, erklärten den vorbeige-

henden Menschen den Sinn der Aktion: „Wir wollen zeigen, dass Mode auf vielen unterschiedlichen Körpern schön sein kann und dass alle schön sein können. Nur perfekt ist niemand.“ Dass niemand perfekt ist, hatten die Schülerinnen auch auf

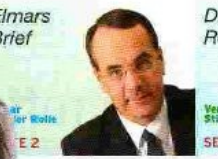
INFOGAY
0471 976342
INFO + BERATUNG VON SCHWULEN FÜR SCHWULE, BISEX UND FREUNDE > JEDEN DIENSTAG 20-22 UHR
> INFOGAY@CENTAURUS.ORG



Der Kissenmann
Carambolage
SEITE 29



Elmars Brief
SEITE 2



Die neue Rechte
Veronika Stinner
SEITE 3



Forum Prävention
Taifergasse 4
39100 Bozen

mit Bolthasar Schrott
Referat für Weltanschauungen

NEUE S... itung

sonntag, 17./18. Oktober 2009 - Nr. 203/17. Jg. 1,00 Euro

Puppe als Ideal

Arnold Tribus
Keine Ruhe
Mit der Wahl von Richard Thiermer und Thomas Widenmann an die Spitze der Südtiroler Volkspartei hätte eigentlich Italien ein neues soziales und neue Harmonie, die die Partei dringend benötigt, wenn sie wieder dem lange vernachlässigten bürgerlichen Ideal entgegengehen will. Die neue Legislatur ist so nicht gerade glücklich gestartet, so gab es einen Ungleichheiten des Neuzustandes Stages, und dann beide gleich der Flügel der so genannten Reformer um den Gewerkschaftsbund sind. Politische Schicksal, die als eigene Richtung aufweisen und die Lernabwertung die Privilegien haben werden. Diana Maria Rabalder Sch...

formance promossa dal Comitato provinciale pari opportunità e dal centro disturbi alimentari
izze-manichino contro l'anorexia
sse in vetrina da Globus dalle 15 alle 18 per far riflettere sul "bello"

sse in vetrina contro bi alimentari causati el falso ideale di belpagandato dalle case citari. La performance meriggio, dalle 15 alla delle Corse.
ziativa promossa dal to provinciale pari opità e dal Centro disturbentari ha debuttato con grande successo a metà ottobre in quel di Bolzano. Visto l'enorme riscontro e l'alto gradimento, gli operatori hanno pensato di riproporla in riva al o, e così domani, dalle 18 in via delle Corse,



ARCA ANGE 06.11.09



Grazie
dell' attenzione!

Dott.ssa Raffaella Vanzetta
psicoterapeuta



INFES

FACHSTELLE FÜR ESSSTÖRUNGEN/
CENTRO PER DISTURBI DEL
COMPORAMENTO ALIMENTARE

Via Talvera 4
39100 Bolzano

0471 970039

info@infes.it
www.infes.it