



PROGETTO CORPO

Progetto di prevenzione dei disturbi della nutrizione e dell'alimentazione

Scuola Secondaria di II grado

Anno scolastico 2025/2026

<p>Introduzione</p>	<p>La letteratura scientifica attualmente disponibile ci indica che i disturbi della nutrizione e dell'alimentazione sono in aumento, in particolare si è registrato un aumento del 40% rispetto ai dati pre-pandemia (2019). Anche l'età di esordio si è abbassata, tanto che il 30% della popolazione ammalata è sotto i 14 anni.</p> <p>Nell'ambito dei disturbi dell'alimentazione Eric Stice e Katherine Presnell hanno ideato "Progetto Corpo". Nello specifico "Progetto Corpo" è un intervento che utilizza la tecnica della dissonanza cognitiva (Festinger 1957) per lavorare sull'accettazione del corpo; è stato concepito per aiutare le adolescenti e le giovani donne a resistere alle pressioni socioculturali, che le spingono a conformarsi a questo ideale e a ridurre il loro inseguimento della magrezza.</p> <p>Nella nostra realtà provinciale la popolazione affetta da disturbi del comportamento alimentare (DCA) rappresenta una parte numericamente importante che afferisce al Sistema Sanitario Nazionale (SSN). Gli ambulatori dell'AULSS 1 DOLOMITI rispettano infatti i trend nazionali e nel 2022 erano 180 le pazienti prese in carico.</p> <p>L'intento mediante il progetto è di coinvolgere la fascia maggiormente colpita da tali disturbi (adolescenti e giovani donne) e, attraverso un programma di provata efficacia scientifica, attuare un intervento che si propone tra gli obiettivi di produrre un miglioramento nella soddisfazione corporea e nel tono dell'umore, un minor ricorso a comportamenti per il controllo del peso e del corpo non salutari, una riduzione delle abbuffate e di altri sintomi dei disturbi dell'alimentazione.</p> <p>"Progetto Corpo" è rivolto alle scuole secondarie di secondo grado del territorio che ne fanno richiesta o manifestano la volontà di aderire.</p>
<p>Obiettivi</p>	<p>Obiettivo di salute</p> <p>L'obiettivo primario di "Progetto Corpo" è di ridurre il rischio di insorgenza dei disturbi della nutrizione e dell'alimentazione e sintomi di questi sia nel presente che nel futuro. La prevenzione di tali disturbi è da ritenersi un obiettivo molto importante poiché producono enormi conseguenze negative nelle persone che ne sono affette (es. mortalità, depressione, tentativi di suicidio, ansia, abuso di sostanze, obesità e altri problemi di salute).</p>



	<p>Obiettivi specifici</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ridurre l'intensità di adesione all'ideale di magrezza ● ridurre l'insoddisfazione corporea ● ridurre gli stati d'animo negativi ● ridurre i comportamenti di dieting ● favorire lo sviluppo ed espressione di giudizio critico ● sviluppare strategie di coping utili a fronteggiare la pressione verso l'ideale di magrezza <p>Metodologia</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Partecipazione attiva dei ragazzi attraverso attività sia individuali che di gruppo ● Riflessioni individuali e esercizi da svolgere a casa <p>La modalità interattiva permetterà agli studenti di lavorare su se stessi e di confrontarsi con il gruppo dei pari</p>
<p>Articolazione del progetto</p>	<p>Operatori coinvolti: Operatori dei servizi dell'AULSS 1 Dolomiti che operano nell'ambito Promozione della Salute, Educatore CSM (Servizio per i Disturbi della Nutrizione e dell'Alimentazione), Psicologo dell'Associazione Margherita.</p> <p>L'intervento consiste in 3 incontri di 120 minuti (2 ore scolastiche) che prevedono esercizi verbali, scritti e comportamentali progettati per indurre dissonanza cognitiva in relazione al perseguimento dell'ideale di magrezza.</p> <p>Fasi del progetto</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Incontro 1 breve presentazione dei partecipanti e discussione rispetto all'ideale di magrezza attraverso l'utilizzo di video ed immagini ● Incontro 2 revisione dell'incontro precedente e conseguenze nel perseguire l'ideale di bellezza mediante giochi di ruolo, discussione/dibattito, condivisione di esperienze ● Incontro 3 revisione dell'incontro precedente, esaminare le sfumature dell'ideale di magrezza e sua messa in discussione mediante la condivisione tra i partecipanti, lavori di gruppo, giochi di ruolo. <p>Tempi a.s 2024/2025, la disponibilità degli operatori coinvolti è per il martedì mattina</p>



	Spazi richiesti aula scolastica Materiali richiesti LIM, lavagna, computer
Destinatari	Gli studenti delle classi 1 ^a e 2 ^a della Scuola Secondaria di secondo grado.
Modalità di partecipazione	<p>A partire dallo scorso anno scolastico è possibile usufruire delle proposte formative dell'AULSS1 Dolomiti previa adesione alla Rete Regionale delle Scuole che promuovono Salute (SPS).</p> <p>Che cos'è "Rete Regionale delle Scuole che promuovono Salute?"</p> <p>Troverai tutte le informazioni utili al seguente link: https://www.regione.veneto.it/web/sanita/salute-in-tutte-le-politiche</p> <p>La scuola che aderisce alla rete SPS dovrà quindi garantire i seguenti passaggi:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Aderire alla rete SPS con tutti i plessi/scuole appartenenti al proprio Istituto, con richiesta inviata direttamente dal Dirigente Scolastico; ● Inserire nel PTOF (Piano Triennale Offerta Formativa) una programmazione relativa alla promozione della salute; ● Contattare il servizio di Promozione della Salute della propria Az. ULSS per aderire alla Rete. <p>Per iscrizione ai progetti dell'Aulss 1 Dolomiti è necessario l'invio della scheda di adesione entro il 27 Settembre 2025 collegandosi al link: https://forms.gle/QVXbV4CH5HtcS7Jk8</p> <p>Le attività si svolgeranno in presenza secondo quanto concordato direttamente con il referente del progetto.</p> <hr/>
Referente del progetto	Dott. Federico Caforio psicologo Ass. Magherita