

## IL PROGETTO “PERLE E DELFINI”

*A cura di Rita Tanas, pediatra endocrinologa, Ferrara*

Questo progetto di cura del bambino obeso inizia con una fase di avvio più impegnativa ed una successiva della durata totale di 2-3 anni e può essere realizzato dal pediatra di famiglia in collaborazione con un pediatra endocrinologo (“obesologo”) o dal pediatra di famiglia da solo (con adattamenti in base alla sua formazione e organizzazione di spazi e tempi di lavoro). Le 2 fasi sono così strutturate:

- a. **Fase di Avvio** al cambiamento, a sua volta composta da quattro momenti terapeutici strategici, da realizzarsi nell’arco di due, tre mesi:
  1. Visita iniziale condotta al fine di ritrovare la necessaria fiducia e proporre la nuova strategia, raccogliendo i dati utili ad evidenziare successivamente i piccoli cambiamenti comportamentali e fisici realizzati;
  2. Lettura di un libro di auto-aiuto per i genitori;
  3. Incontro educativo familiare di gruppo sullo stile di vita.
  4. Valutazione dei primi successi, anche piccoli, sul cambiamento dei comportamenti e loro rinforzo positivo dopo due mesi circa.
  
- b. **Follow-up:** prevede due o tre visite nel primo anno, una o due all’anno nel secondo e nel terzo; contatti professionali più frequenti per gli adolescenti e i bambini con obesità grave e/o complicata. In alcune circostanze possono essere utili SMS, e-mail e messaggi in rete personalizzati per favorire il sostegno alla motivazione e l’adesione alla cura.

Altre figure professionali come psicologo, dietista e facilitatore motorio, se disponibili e formate al progetto, possono essere d’aiuto, secondo le diverse necessità di ogni famiglia. Il Pediatra deve prendere consapevolezza dell’ambiente stigmatizzante, in cui vive il bambino, di cui anche lui, come tutti, è involontariamente e spesso inconsapevolmente partecipe. Numerosi studi dimostrano che lo stigma sul peso porta al rifiuto delle cure o ne riduce i risultati, causa depressione, ansia, riduce le capacità cognitive ed aumenta i disturbi del comportamento alimentare, divenuti epidemici. Senza la consapevolezza di questo aspetto, il Pediatra non può avvertire la sofferenza del suo paziente né aiutarlo. Lo psicologo ha il compito di sostenere tutti i professionisti e gli educatori coinvolti nella cura, compresi gli insegnanti e i genitori, aiutandoli ad accrescere le loro competenze, seguendo le famiglie più fragili, che necessitano di un intervento individuale per realizzare un ambiente più sereno, nonostante i loro problemi: povertà, lutti, separazioni, malattie fisiche e psichiche.

I soggetti a rischio di disturbo alimentare o con importante insoddisfazione verso la propria immagine corporea o altra patologia psichiatrica vengono indirizzati a programmi multidisciplinari dedicati.

Con le prossime Newsletter di racconteremo storie di bambini e famiglie che hanno fatto questo percorso.

Se vuoi saperne di più vai al sito [www.perledelfini.it](http://www.perledelfini.it) o leggi il libro “Perle e Delfini” <https://ilmiolibro.kataweb.it/libro/medicina-e-salute/397331/perle-e-delfini-2/>.