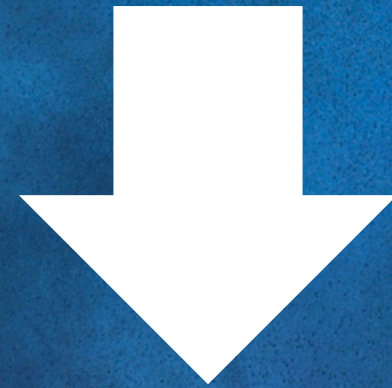


**ALTERNATIVA ALLA RELIGIONE CATTOLICA: L'EDUCAZIONE  
ALIMENTARE**

**A.S. 2023/2024 - CLASSE 2BC  
IPSSCS "LUIGI EINAUDI" PISTOIA**

**MODULO 3: SALUTE E BENESSERE  
GOAL 3 - Agenda 2030**



**LA MALNUTRIZIONE E I DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE**

**NEL 2015 I PAESI DELLA  
TERRA, RIUNITI NELL'ONU,  
HANNO DATO IL VIA AD UN  
PIANO PER REALIZZARE  
MIGLIORAMENTI SIGNIFICATIVI  
PER LA VITA DEL PIANETA  
TERRA E DI TUTTI I SUOI  
ABITANTI. QUESTO PIANO È  
STATO CHIAMATO AGENDA  
2030.**



**3**

**SALUTE E  
BENESSERE**



**OBIETTIVO 3:  
SALUTE E BENESSERE**

**MIRA A GARANTIRE LA  
SALUTE E IL BENESSERE PER  
TUTTI E IN OGNI PARTE DEL  
MONDO, CONTRASTANDO LA  
MALNUTRIZIONE, CHE PUO'  
ESSERE CONSEGUENZA DI  
GRAVE MALESSERE PER  
L'INDIVIDUO.**

# MALNUTRIZIONE

**IPO**NUTRIZIONE

Inadeguatezza dell' apporto di nutrienti  
e riduzione dell'appetito

**IPER**NUTRIZIONE

assunzione di cibo in quantità  
eccessive

**BULIMIA**

voracità patologica eccessiva, seguita dal  
vomito, utilizzo di lassativi.

**ANO**RESSIA

mancanza di appetito e perdita di peso esagerata

# IPONUTRIZIONE

## Perche?

I conflitti rimangono la causa principale della fame in tutto il mondo, per gli effetti a catena delle guerre che aggravano ancora di più la crisi della fame a causa dell'aumento clamoroso dei prezzi di cibo.

## Che cosa è?

Stato fisico che inizia quando l'apporto di nutrienti risulta insufficiente a soddisfare il fabbisogno quotidiano dell'organismo

## Maggiormente visualizzato

Secondo l'Indice Globale della Fame 2021, la Somalia, è a livello estremamente allarmante riguardo la fame. In 5 Paesi è grave: Ciad, Madagascar, Repubblica Centrafricana, Repubblica Democratica del Congo e Yemen.

# IPONUTRIZIONE

## Conseguenze

- Perdita di peso e debolezza muscolare
- Anemia e carenze vitaminiche
- Aumento del rischio di infezioni e malattie

## Le cause

- Dieta povera di nutrienti
- Malattie gastrointestinali
- Disturbi dell'alimentazione

# IPERNUTRIZIONE

- **Cos'è?**

Malnutrizione per eccesso: presenza eccessiva di grassi e zuccheri nel sangue.

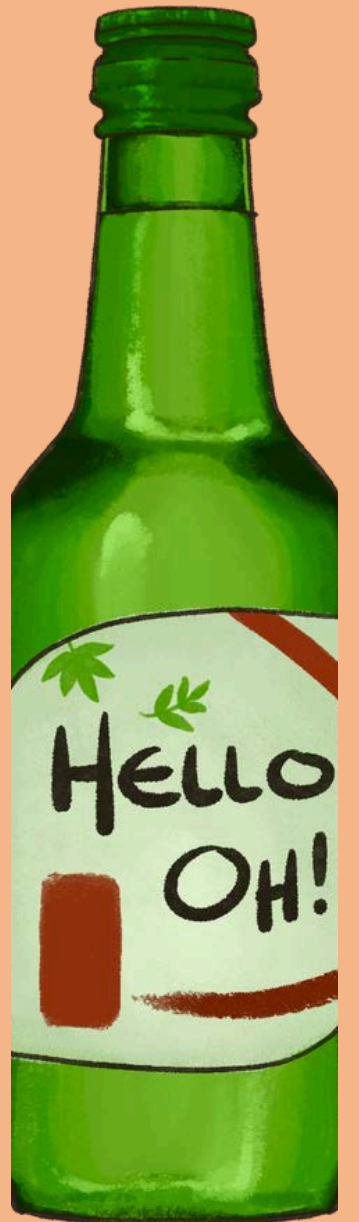
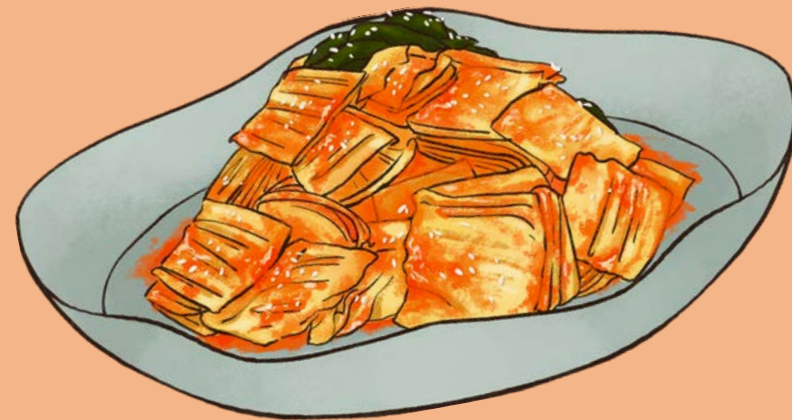
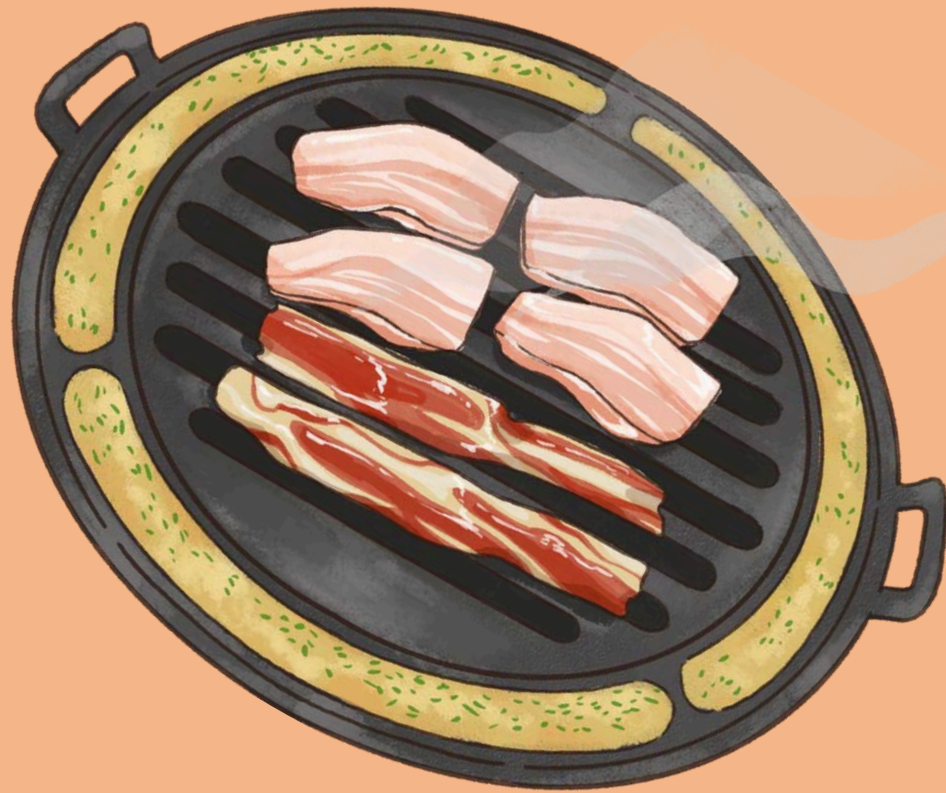
- **Dove è maggiormente sviluppata?**

L'Italia è all'82esimo posto nel mondo; l'obesità però è estesa soprattutto in America Settentrionale e in tutto il Pacifico del sud. Inoltre quasi il 23% degli adulti di Regno Unito, Nuova Zelanda, Grecia e Australia sono obesi.

- **Cause**

Si possono unire fattori genetici e ambientali, tra cui:

1. peso alla nascita;
2. il livello di sedentarietà o viceversa l'intensità dell'attività fisica ecc..



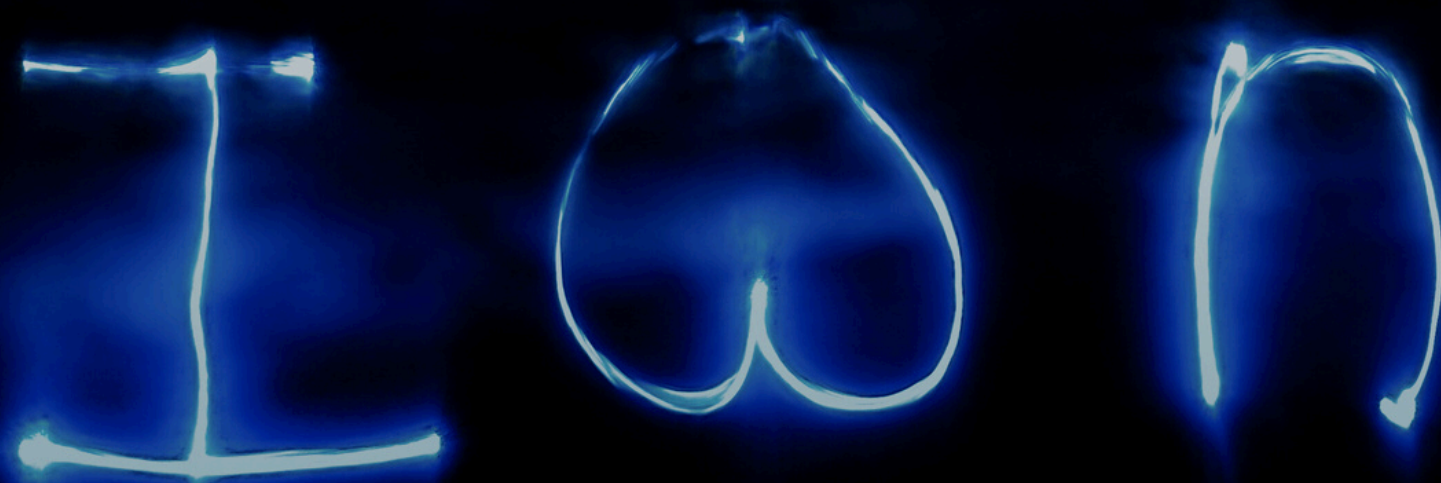
# ANORESSIA



**Esistono due tipi di anoressia:**

- **restrittiva, perdita e controllo del peso dovuti a digiuno o una eccessiva pratica di attività fisica;**
- **con crisi bulimiche, presenti episodi di abbuffate o un uso improprio di diuretici e di lassativi.**

**Anoressia significa “mancanza di appetito”; disturbo del comportamento alimentare che colpisce molto le giovani donne, punta al raggiungimento di un peso inferiore a quello normale.**



**Chi soffre di anoressia spesso non si rende conto della propria magrezza, anzi è terrorizzato dall'idea di aumentare di peso e di diventare grasso.**



# CAUSE

- alterazione del modo di alimentarsi
- rapporto problematico con il corpo
- caratteristiche psicologiche
- perfezionismo critico, quando ti senti inadeguato e pensi che non raggiungerai mai i tuoi obiettivi
- fattori ambientali ed eventi di vita avversi, come abuso fisico o psicologico.

# DOVE È PIÙ DIFFUSA?

L'anoressia colpisce solitamente popolazione adolescenziale femminile dei Paesi Occidentali dato che in questi luoghi la magrezza è socialmente importante. In Italia tra anoressia e bulimia muoiono circa 4000 persone in un solo anno.

# BULIMIA

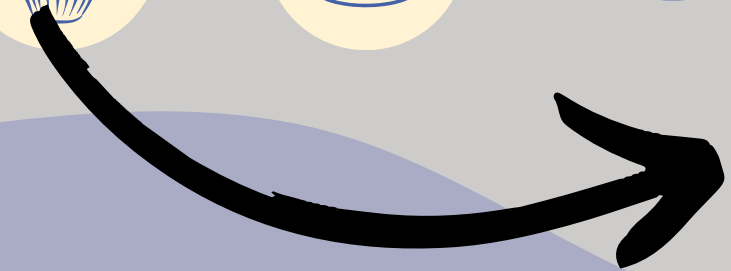
CHE COSA E'?

LA BULIMIA CONSISTE IN UNA VORACITA' PATOLOGICA ED ECCESSIVA NEL MANGIARE, SEGUITA DA SENSI DI COLPA E COMPORTAMENTO DI "COMPENSO" COME L'INDUZIONE DEL VOMITO, UTILIZZO DI LASSATIVI, DIGIUNO ED ECCESSIVA ATTIVITA' FISICA.

POSSIBILI CONSEGUENZE:

- ALTO RISCHIO DI SUICIDIO
- PRATICHE AUTOLESIONISTICHE
- DISTURBO DELL'IMMAGINE CORPOREA

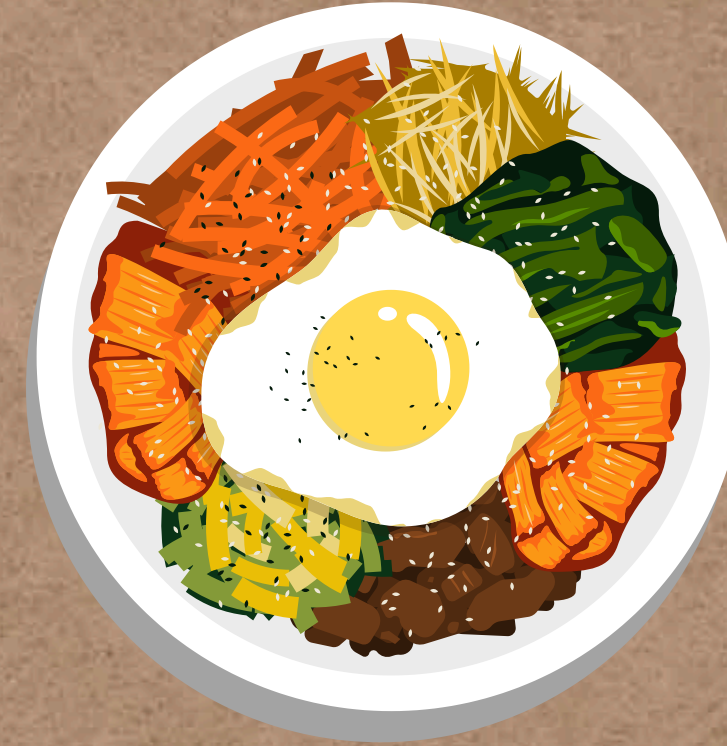
LA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTALE E' IL TRATTAMENTO PRIMARIO PER LA BULIMIA.



# POSSIBILI CAUSE



**LA BULIMIA E' ASSOCIATA ANCHE AD ALTRI DISTURBI MENTALI COME LA DEPRESSIONE E L'IPERATTIVITA', NONCHE' ALLA TOSSICODIPENDENZA O ALCOLISMO.**



**SI RISCONTRA PIU' FREQUENTEMENTE QUANDO UN PARENTE STRETTO NE HA SOFFERTO O NE SOFFRE ANCORA, INFATTI LA PERCENTUALE DEL RISCHIO STIMATO ATTRIBUITO A FATTORI GENETICI E' COMPRESA TRA IL 30% E L'80%.**

Puoi uscirne più forte di  
prima!

*Vai avanti e non scoraggiarti!!!*

# GOOD THINGS

**Abbi cura di splendere!**