

Il ruolo del corpo nella scrittura emozionale e nella fotografia creativa come sinergia potenziale nel trattamento dei DAN in ASLCN1

Pacilli Anna Maria^{1,1}, Acconci Maura², Balbo Veronica^{1,2}, Barbero Vilma^{1,3}, Dalmasso Silvia^{1,4}, Massimo Daniela^{1,5}, Olocco Mara^{1,5}, Mattalia Sara^{1,6}, Hada Xhesika³, Signetti Donatella⁴, Messa Elena^{1,5}, Riso Francesco^{1,7}

Centro Disturbi dell'Alimentazione e Nutrizione ASLCN1 : Responsabile percorsi territoriali^{1,1}, Infermiera^{1,2}, Educatrice professionale^{1,3}, OSS^{1,4}, Psicologa Psicoterapeuta^{1,5}, Dietista^{1,6}, Associazione ODV A-Fidati² Direttore dipartimento salute mentale^{1,7}

Laureata magistrale in Ingegneria Biomedica³

Insegnante, giornalista, Bottega di Storia e di Parole⁴

Introduzione

Il Centro di Cuneo dedicato alla diagnosi e alla cura dei Disturbi della Nutrizione e della Alimentazione (DAN) è un centro di secondo livello (all'interno del Dipartimento di Salute Mentale dell'ASLCN1), il cui approccio terapeutico è di tipo multidisciplinare ed interdisciplinare ed opera in collaborazione con la SSD Psicologia e Psicopatologia dello Sviluppo (ASLCN1), con la Struttura Complessa dell'Azienda Ospedaliera (ASO) per la Dietetica e Nutrizione Clinica, con il Servizio di Neuropsichiatria dell'ASL CN1, con il Cantiere Adolescenti (ASL CN1 e CSAC) e con l'Associazione Familiari Afidati.

Il centro dispone di un'equipe multiprofessionale e multidisciplinare composta da: Medico Psichiatra, Psicologi-Psicoterapeuti (destinati a trattamenti psicoterapeutici, interventi psicoeducativi destinati ai caregivers sia in forma individuale che gruppale, conduzione di attività riabilitative), Dietista, Infermiera, Educatrice Professionale, Operatrice Socio-Sanitaria.

Il Centro DAN propone, come protocollo d'intervento, il percorso dei Pasti Assistiti in associazione ad attività riabilitative quali: **laboratori di scrittura creativa (in collaborazione con La Bottega di Storie e di Parole, A-fidati), laboratori fotografici**, attività motorie (in collaborazione con un esperto in Scienze Motorie), attività teatrali, atelier con produzione di manufatti artistici, attività manuali presso l'orto condiviso all'interno della Food Forest della Casa del Quartiere Donatello.

Protocollo d'intervento e Metodo

Nell'ambito di questo lavoro, il protocollo su cui abbiamo concentrato la nostra attenzione riguarda le seguenti attività riabilitative: **Scrittura emozionale e Fotografia creativa**, condotte da molti anni con risultati promettenti nell'ottica della "Recovery".

I processi di recovery appaiono spesso complessi e difficili da misurare e possono essere meglio compresi focalizzandosi sulle prospettive dei pazienti con l'impiego di metodi di ricerca di stampo qualitativo (Jacobson, 2001)¹.

Tale scelta ha permesso di indagare aspetti emotivi di grande rilievo.

L'esperienza della Scrittura Emozionale e della Fotografia Creativa incentrata sul tema del **CORPO**, rappresenta un osservatorio privilegiato per attingere ai vissuti esperienziali delle pazienti, a come esse percepiscono e sperimentano la loro malattia e a come riescano a raggiungere uno stato di remissione sintomatologica.

La ricerca qualitativa impiegata utilizza come strumenti di rilevazione: la metodica del **Focus Group**, (Albanesi, 2004)² e l'**Approccio Narrativo** (metodo delle storie di vita, Lieblich, Tuval-Mashiach & Zilber, 1998)³.

In termini metodologici, l'argomento del focus group è stato il **CORPO**, con una scansione temporale di 8 moduli (durata in media di 90 minuti) ed il numero di partecipanti selezionato è stato in media di 6, per la necessità di lavorare con piccoli numeri.

Il gruppo è stato costituito sulla base dell'eterogeneità di quadri psicopatologici (**Anoressia Nervosa, Bulimia e Disturbo da Alimentazione incontrollata**), età e genere di appartenenza.

Fasi di attuazione:

1. **RISCALDAMENTO**: fase in cui si determina l'esito del focus group. Lo stile di conduzione scelto si è caratterizzato per un forte accento informale, nel rispetto della giovane età dei partecipanti e si è proceduto con gradualità per evitare il rischio di drop out
2. **RELAZIONE** : fase in cui si lavora sul clima del gruppo, utilizzando tecniche proiettive per stimolare le libere associazioni e favorire un' esposizione volontaria dei partecipanti.
3. **CONSOLIDAMENTO**: fase di approfondimento delle tematiche del focus group, con la gestione delle componenti più critiche
4. **DISTACCO**: fase della chiusura del percorso in cui, attraverso un processo graduale e rispettoso delle singole individualità, si procede con la costruzione del processo di separazione.

Il percorso riabilitativo, oltre al significativo lavoro sull'identità attraverso lo strumento narrativo ha valicato i confini del metodo intrecciandosi con il laboratorio di fotografia creativa.

Il **binomio fotografia-scrittura** ha consentito di fondere le due esperienze favorendo l'evoluzione clinica della recovery.

Risultati

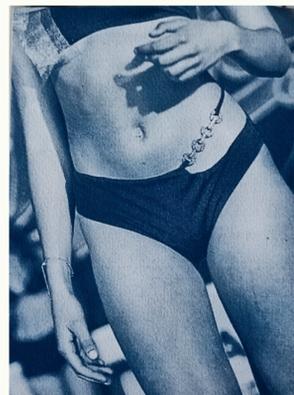
L'efficacia del percorso si è evidenziata attraverso la partecipazione, in termini di frequenza, ai singoli moduli ed attraverso i prodotti narrativi e fotografici elaborati durante le sessioni.

Come sotto riportato, attraverso elaborati scritti e fotografici, i contenuti emersi testimoniano i processi evolutivi dei partecipanti, in particolar modo sulla costruzione identitaria e la consapevolezza di malattia.

“La mia mano. La guardavo con odio ogni volta che portava il cibo alla bocca. Poi ho imparato ad amarla per poter sopravvivere.”



“I miei piedi dovevano muoversi sempre, dovevo camminare velocemente e correre. Le poche calorie che assumevo dovevano essere bruciate. Ora ho imparato a camminare più piano, in modo consapevole.”



“ Non sentivo il mio corpo, era come anestetizzato. Poi ho iniziato ad avvertire piccoli centimetri di pelle che cominciavano a svegliarsi.

Le mie gambe erano irrequiete, a volte tremavano impazzite. Era come se non avessero pace. La pace, poi ho capito, era da cercare dentro di me.

Il mio cuore batteva forte, a volte, altre volte perdeva dei battiti. La mia dottoressa mi diceva che era pericoloso, che era necessario che collaborassi alle cure, che dovevo smettere di vomitare.

All'inizio non capivo poi ho dovuto darle ragione. Ogni volta che mi provocavo il vomito il cuore impazziva e poi rallentava come a riprendere fiato.

Il mio corpo era diviso in mille pezzi che non trovavano la strada per riunirsi.

Ora va meglio, mi sento più "insieme" a me stessa.”



“ Guardavo la mia pancia, mi sembrava enorme. Tutti mi dicevano che non era così. Eppure la percepivo gonfia ogni volta che dentro ci finiva un po' di cibo che dovevo digerire. Poi, man mano che ho ripreso a mangiare meglio, è anche migliorata la mia digestione.”



Conclusioni

L'esperienza della scrittura emozionale e della fotografia creativa che si conduce presso il Centro DAN dell'ASL CN1, esperienza riabilitativa consolidatasi nel tempo, ha dimostrato come il binomio scrittura e fotografia rappresenti una sinergia potenziale nel trattamento dei DAN.

In termini clinici si è registrato, dalle analisi dei prodotti svolti e dalla partecipazione sia su un fronte emotivo che cognitivo dei partecipanti, un incremento delle seguenti dimensioni:

- autostima
- autoefficacia
- consapevolezza di malattia

Sul fronte dell'autostima si è evidenziata una narrazione del Sè autentico sia nei limiti che nelle potenzialità.

Sul fronte dell'autoefficacia sono emerse capacità inattese, nei processi di autosservazione sulle potenzialità creative e su nuove progettualità

In termini di consapevolezza di malattia, la possibilità di mettersi in gioco e di esporsi, ha favorito nuove traiettorie di sviluppo prima "congelate" dal corredo sintomatologico e dalla presenza di un vuoto identitario.

In parallelo alla partecipazione dei pazienti al percorso riabilitativo, si è evidenziata la ricaduta positiva sui loro caregivers, testimoni del processo di recovery e sulla cittadinanza coinvolta su questi temi nella giornata del Focchetto Lilla 2025.

Bibliografia

Jacobson, N. (2001). Experiencing recovery: A dimensional analysis of recovery narratives. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 24(3), 248-256. || 1

Albanesi Cinzia I focus group Carocci ed Roma 2004 || 2

Lieblich, A., Tuval-Mashiach, R., & Zilber, T. (1998). Narrative research: Reading, analysis, and interpretation. Sage Publications, Inc. || 3

Anna Maria Pacilli: annamaria.pacilli@gmail.com | +39 333 363 0135