

## **RELAZIONE TRA GRIGNOTTAGE E PERCEZIONE DELL'IMMAGINE CORPOREA IN UN CAMPIONE DI SOGGETTI AFFETTI DA SOVRAPPESO ED OBESITA'**

*Milena Di Bernardo, Stefania Mancini, Elena Angeli, Barbara Fornaciai, Barbara Mezzani  
Casa di Cura Villa dei Pini, Compartimento Disturbi Alimentar (Co.D.A), Firenze*

**PREMESSE:** Il grignottage, ovvero l'abitudine di mangiucchiare piccole quantità di cibo (prevalentemente dolci) durante l'intero arco della giornata, rappresenta una tipologia di comportamento alimentare molto frequente nell'obesità ed è stato identificato come un importante fattore di genesi e mantenimento del sovrappeso al pari della vita sedentaria e dell'eccessivo introito calorico.

**MATERIALI E METODI:** A 36 soggetti affetti da sovrappeso ed obesità (BMI>25) ricoverati presso la Casa di Cura Neuropsichiatrica Villa dei Pini, è stato somministrato il Body Uneasiness Test (BUT) per valutare eventuali disturbi relativi all'immagine corporea. Il campione in esame era composto da 30 partecipanti di sesso femminile e 6 di sesso maschile, l'età media è risultata essere di 35 anni.

**RISULTATI:** I pazienti che riferivano il grignottage come loro comportamento alimentare abituale mostravano un punteggio significativamente più elevato ( $p<0,05$ ) nella scala "Body Image Concer" (preoccupazione per l'immagine del corpo) rispetto agli altri soggetti obesi non grignotteurs. Per tutte le altre scale della BUT non sono state rilevate differenze statisticamente rilevanti.

**COMMENTO:**La letteratura preesistente aveva già evidenziato come il comportamento alimentare delle persone in sovrappeso fosse altamente influenzato dalla insoddisfazione nei confronti della propria immagine corporea; inoltre i grignotteurs risultano maggiormente predisposti a collegare gli stati emotivi con l'assunzione di cibo (Emotional Eating). Anche i nostri risultati ci conducono verso questa prospettiva nella quale la preoccupazione relativa alla forma ed all'immagine autopercepita del proprio corpo influenza lo stile alimentare, favorendo comportamenti di snacking.

### **BIBLIOGRAFIA:**

- Adami G, Gandolfo P, Meneghelli A, Scopinaro N. 1996. Food- and weight-related attitudes in obese persons: a longitudinal study over two years following biliopancreatic diversion. *Psychosom Res.* 41(1):31-8.
- Blandine De Lauzon, Romon M, Deschamps V, Lafay L, Borys JM, Karlsson J, Ducimetiere P, Charles MA. 2004. The Three-Factor Eating Questionnaire-R18 Is Able to Distinguish among Different Eating Patterns in a General Population. *J Nutr.* 134(9):2372-80.
- Sanchez-Villegas A, Martinez-Gonzalez MA, Toledo E, de Irala-Estevez J, Martinez JA .(2002). Relative role of physical inactivity and snacking between meals in weight gain. *Med Clin (Barc).* 15;119(2):46-52
- Nicklas TA, Baranowski T, Cullen KW, Berenson G. 2001. Eating patterns, dietary quality and obesity. *J Am Coll Nutr.* 20(6):599-608