

## Anoressia nervosa, in Italia colpisce oltre 540mila donne

**Autore:** Redazione

**Data:** 11 Marzo 2025



Un nuovo studio ha evidenziato l'importanza di specifici marcatori nella riabilitazione nutrizionale dei pazienti affetti da **anoressia nervosa**.

Questa patologia colpisce circa **l'1% della popolazione italiana**, con una prevalenza del 90% tra le donne, coinvolgendo oltre 540mila persone.

Non si tratta di un fenomeno isolato: i [disturbi alimentari](#), tra cui bulimia e binge eating, interessano complessivamente più di 3 milioni di individui.

La ricerca, condotta dal **Centro per la cura dei disturbi alimentari** di Villa Miralago (Varese) in collaborazione con l'Università di Milano, ha approfondito il ruolo di indicatori fondamentali come **indice di massa corporea, massa grassa, massa magra e stato di idratazione nel processo di recupero nutrizionale**.



## **Un approccio personalizzato per il recupero**

Lo studio ha dimostrato la necessità di adottare strategie nutrizionali flessibili e su misura. Il recupero del peso, infatti, non deve essere l'unico obiettivo: è essenziale anche riequilibrare la composizione corporea, garantendo una corretta rigenerazione cellulare e il ripristino delle funzioni metaboliche.

L'analisi ha coinvolto 79 pazienti ricoverati presso Villa Miralago per almeno sei mesi, monitorando nel tempo i parametri antropometrici e di composizione corporea.

I risultati, pubblicati sulla rivista "Nutrients", hanno evidenziato come l'apporto calorico influenzi principalmente il recupero della massa grassa, mentre l'assunzione proteica risulti determinante per preservare la massa magra e sostenere la salute cellulare.

## **Verso un modello terapeutico più efficace**

L'approccio riabilitativo dell'anoressia nervosa necessita di una continua revisione e personalizzazione. Lo studio sottolinea l'importanza di monitorare non solo il peso, ma anche parametri avanzati come l'angolo di fase e la massa cellulare corporea, indicatori essenziali per orientare le strategie nutrizionali.

Secondo i ricercatori, una valutazione dinamica permette di adattare gli interventi alle diverse fasi del recupero, superando il tradizionale metodo focalizzato esclusivamente sulla bilancia.

Questo modello di trattamento offre nuove prospettive per una gestione più efficace della malnutrizione legata all'anoressia nervosa, integrando aspetti nutrizionali e psicologici per una riabilitazione completa e su misura.

---

Riferimento articolo: <https://www.donnaclick.it/benessere-e-salute/anoressia-nervosa-donne/>

Generato il 16/03/2025