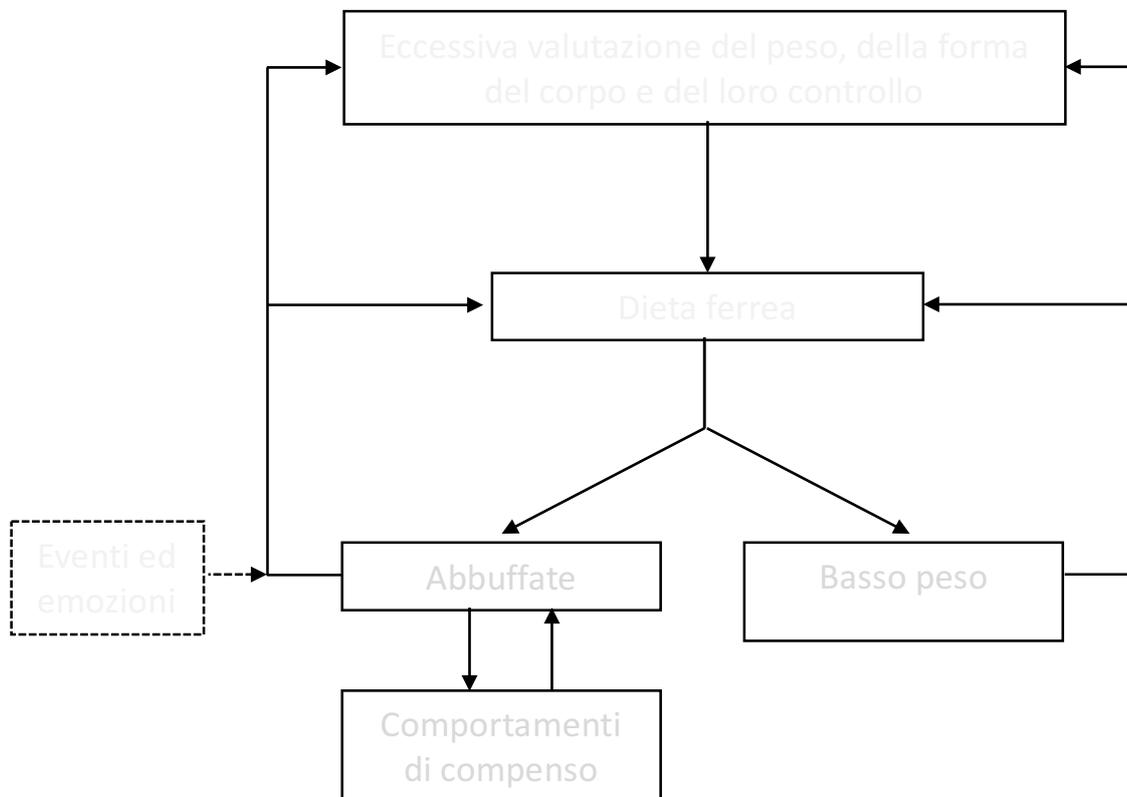


**Meccanismi di mantenimento da identificare nella Fase Uno per costruire la Formulazione Personalizzata Iniziale**

<i>Quali dei seguenti meccanismi di mantenimento hanno operato nel mantenere il mio disturbo dell'alimentazione nelle ultime quattro settimane?</i>	Sì	No
Eccessiva valutazione del peso e forma del corpo		
Eccessiva valutazione del controllo dell'alimentazione		
Dieta ferrea		
Abbuffate		
Vomito autoindotto		
Uso improprio di lassativi		
Uso improprio di diuretici		
Esercizio fisico eccessivo e compulsivo		
Sottopeso (Indice di Massa Corporea < 18,5)		
Eventi ed emozioni che influenzano l'alimentazione		

**Diagramma con box vuoti per costruire la Formulazione Personalizzata Iniziale**



## Sintomi da malnutrizione da identificare se si è sottopeso e da inserire nel box sottopeso

### ATTITUDINI E COMPORTAMENTI NEI CONFRONTI DEL CIBO

- ▶ Preoccupazioni per il cibo.
- ▶ Collezione di ricette, libri di cucina e menù.
- ▶ Inusuali abitudini alimentari.
- ▶ Incremento del consumo di caffè, tè e spezie.
- ▶ Occasionale introito esagerato e incontrollato di cibo.

### MODIFICAZIONI EMOTIVE E SOCIALI

- ▶ Depressione.
- ▶ Ansia.
- ▶ Irritabilità e rabbia.
- ▶ Sbalzi del tono dell'umore.
- ▶ Episodi psicotici.
- ▶ Cambiamenti di personalità confermati dai test psicologici.
- ▶ Isolamento sociale.

### MODIFICAZIONI COGNITIVE

- ▶ Diminuita capacità di concentrazione.
- ▶ Diminuita capacità di pensiero astratto.
- ▶ Apatia.

### MODIFICAZIONI FISICHE

- ▶ Disturbi del sonno.
- ▶ Debolezza.
- ▶ Disturbi gastrointestinali.
- ▶ Ipersensibilità al rumore e alla luce.
- ▶ Edema.
- ▶ Ipotermia.
- ▶ Parestesie.
- ▶ Diminuzione del metabolismo basale.
- ▶ Diminuzione dell'interesse sessuale.

### MODIFICAZIONI DELLA FAME E DELLA SAZIETÀ

- ▶ Aumento della fame.
- ▶ Precoce senso di pienezza.

Tratta da Keys, A., Brozek, J., Henschel, A., Mickelsen, O., & Taylor, H. L. (1950). *The biology of human starvation (Vol. 2)*. Minneapolis: University of Minnesota Press.

**Diagramma con box vuoti per costruire la Formulazione Personalizzata Estesa**

