



Disturbi della nutrizione e dell'alimentazione: I PERICOLI DEL WEB

COSA SONO I FENOMENI PROANA E PROMIA?

Si tratta della creazione e diffusione di **comunità virtuali** che condividono scelte e comportamenti anoressizzanti e/o a favore della bulimia nervosa, attraverso blog, forum, gruppi di chat e canali social, enfatizzando il disturbo alimentare come stile di vita positivo e suggerendo la magrezza come la salvezza.

COSA FARE?

Gli utenti proana/promia condividono consigli su pratiche drastiche per perdere peso rapidamente, attraverso modalità non convalidate da operatori sanitari.

Occorre prestare attenzione non solo ai **canali** che contengono questi contenuti, ma anche ai **siti** che sponsorizzano diete pericolose o integratori per il controllo del peso.

QUALI SONO I SEGNALI D'ALLARME?

È importante che i **genitori prestino attenzione** all'utilizzo che i figli fanno del web. In particolare possono osservare:

- aumento del tempo passato sui social. ma anche un confronto ossessivo delle proprie fotografie con quelle dei coetanei;
- ricerca frequente di immagini di cibo e modelli estetici volti alla magrezza;
- aumento delle ricerche di informazioni sulle ricette, sul contenuto calorico degli alimenti, sulle diete e sull'esercizio fisico finalizzato alla perdita di peso;
- pubblicazione di foto che documentino cambiamenti corporei;
- appartenenza a chat con persone sconosciute, in cui si parla del controllo del cibo e del peso.