

Indice

Prefazione	11
Prologo “Dove è Icaro?”	15
Referenze	17
Capitolo 1 Lo stigma verso l'obesità nella vita di tutti i giorni	19
1.1 L'epidemia Ombra	19
1.2 Stigma sul peso e lavoro	22
1.3 Stigma sul peso nei bambini e adolescenti	25
1.4 Stigma sul peso e istruzione	28
1.5 Stigma sul peso e relazioni interpersonali	29
1.6 Stigma sul peso e Media.....	30
1.7 Stigma sul peso e ambiente sanitario.....	34
1.7.1 Stigma da personale medico	36
1.7.2 Stigma da personale infermieristico	37
1.7.3 Stigma da dietisti e nutrizionisti	38
1.7.4 Stigma da studenti di medicina	39
1.7.5 Stigma da psicologi	39
1.8 Stigma sul peso interiorizzato	40
1.9 Stigma sul peso e chirurgia bariatrica	41
1.10 Stigma sul peso e gravidanza	43
1.11 Stigma sul peso ai tempi del Covid-19.....	43
1.12 Stigma sul peso e diabete	45
Capitolo 2 Gli effetti dello stigma basato sul peso	47
2.1 Il comportamento alimentare	48
2.2 L'attività fisica.....	51

2.3	La gestione del peso	53
2.4	Lo stress	56
2.5	La depressione.....	57
2.6	La bassa autostima	58
2.7	L'insoddisfazione corporea	59
2.8	L'ambiente Sanitario e le cure mediche	60
2.9	La dimensione sociale	63
Capitolo 3 Teorie per spiegare lo stigma basato sul peso.....		65
3.1	La Teoria dell'Attribuzione	65
3.2	La Teoria Evoluzionistica dell'Evitamento dell'Agente Patogeno	68
3.3	La Teoria del Consenso Sociale	69
Capitolo 4 Interventi per ridurre lo stigma.....		71
4.1	Modificare le credenze sulla controllabilità dell'obesità	72
4.2	Evocare empatia	74
4.3	Elicitarne il consenso sociale	76
4.4	Favorire il contatto	77
4.5	Aumentare la consapevolezza e creare dissonanza cognitiva	78
4.6	Favorire interventi combinati	79
4.7	Ridurre lo stigma interiorizzato.....	81
4.8	Creare una legislazione specifica	83
4.9	Ridurre lo stigma nei MEDIA	86
4.10	Considerare la voce delle persone con obesità.....	87
4.11	Sensibilizzare i professionisti della salute	88
Capitolo 5 Modello C.I.A.O.: per accogliere, con rispetto e liberi da pregiudizi, la persona affetta da obesità		91
5.1	“C” come “Conoscere”	93
5.2	“I” come “Identificare”	96
5.3	“A” come “Accogliere.....	97
5.3.1	People First Language.....	98
5.3.2	Usare una terminologia rispettosa	99
5.3.3	Chiedere “il permesso” per parlare di peso.....	101
5.3.4	Registrare il peso nel rispetto e nella privacy.....	102
5.3.5	Incoraggiare e motivare costantemente.....	103
5.4	“O” come “Organizzare”	104
5.5	Il rispetto come un'opportunità d'oro	106

Appendici	107
1 Diamo peso alle Associazioni di pazienti:	
“Niente su di noi senza di noi”	109
Per “Amici Obesi Onlus”, Iris Zani	109
Per “ASCOP”, Gabriella Satta	110
Per Associazione “Fiocchetto Verde”, Daniela De Maggi	113
Per “LIO”, Valeria Giordano	116
Per Associazione “Mai Più Obesi”, Milena Zummo	122
Per “ONS”, Giorgio Garofalo	126
2 Diamo peso alle Società Scientifiche: “Noi con Voi”	129
Per “AIDAP”, dottoressa Simona Calugi	129
Per “ANSISA”, dottoressa Donatella Ballardini	132
Per “SIO”, dottor Ferruccio Santini e dottor Luca Busetto	136
Per “S.I.C.O.B.”, dottor Diego Foschi.....	137
Per “SIE”, dottor Francesco Giorgino	141
Per “SISDCA”, dottor Umberto Nizzoli	142
Per “SIRIDAP”, dottoressa Laura Dalla Ragione	150
Per i medici pediatri, dottoressa Rita Tanas.....	151
Epilogo Icaro è in fondo, sulla destra del quadro	155
Informazioni sull'autore	157
Referenze	159