

Prefazione

Il disturbo evitante/restrittivo dell'assunzione di cibo (ARFID) è stato introdotto nella nomenclatura psichiatrica nel 2013, con la pubblicazione del *Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali, quinta edizione (DSM-5; American Psychiatric Association, 2013)*. Assegnando un nome e descrivendo una sindrome che rifletteva sintomi dei quali molti pazienti e famiglie avevano a lungo sofferto, l'American Psychiatric Association fece nascere una speranza nelle persone che avevano un'alimentazione evitante e restrittiva e nei loro cari. In effetti, assegnare un nome a una diagnosi implica che la condizione può essere trattata, che può esserci una cura. Negli ultimi cinque anni, le cliniche di tutto il mondo sono state inondate da pazienti fiduciosi e dai loro famigliari in cerca di aiuto. Molti di loro sono venuti nel nostro centro, il Programma clinico e di ricerca sui disturbi dell'alimentazione del Massachusetts General Hospital di Boston.

Sfortunatamente, nel 2013, nel nostro campo si sapeva ben poco della fenomenologia e del trattamento dell'ARFID. Sebbene esistesse già una solida letteratura sui disturbi della nutrizione in età pediatrica e sui disturbi dell'alimentazione classici, l'ARFID in sé era qualcosa di così nuovo che non esistevano chiari protocolli di cura. In altre parole, nessun trattamento psicologico aveva dimostrato una chiara efficacia in uno studio controllato randomizzato. Ciò ha posto gli specialisti di fronte a un dilemma, nell'esercizio della pratica clinica: cosa avremmo dovuto offrire a quelle centinaia di pazienti e di famiglie che, rincuorati da una nuova diagnosi, ci onoravano della loro fiducia chiedendo il nostro aiuto? Questo libro descrive una forma di terapia cognitivo comportamentale specializzata (la CBT-AR) che abbiamo sviluppato, perfezionato e studiato in risposta a questa urgente necessità clinica. La CBT-AR è progettata per il trattamento di adulti, adolescenti e bambini dai 10 anni in su che soddisfino i criteri del *DSM-5* per l'ARFID (American Psychiatric Association, 2013) o presentino sintomi clinicamente significativi

di alimentazione evitante o restrittiva. Nonostante ci sia ancora molto da imparare sull'eziologia, la neurobiologia, la prevenzione e il trattamento dell'ARFID, i pazienti e le loro famiglie hanno bisogno di aiuto ora. È per questo motivo che abbiamo scritto questo libro.