

Ortoressia come spettro del disturbo alimentare: una revisione della letteratura

Lo scopo di questo studio è stato quello di confrontare e analizzare studi di ricerca incentrati sull'ortoressia nervosa (ON) come spettro di disturbi alimentari e riassumere i potenziali fattori di rischio in diverse fasce d'età e gruppi sociali. L'ON è caratterizzata da un'ossessione per un'alimentazione sana, che porta a una dieta restrittiva e a problemi di salute. A causa della mancanza di analisi complete, questa revisione ha riesaminato gli studi dal 2006 al 2023, recuperando inizialmente 53.134 articoli. Dopo aver perfezionato i criteri e i fattori di rischio per i disturbi alimentari, sono stati identificati 34 record degni di nota. Questi studi hanno utilizzato strumenti diagnostici come ORTO e BOT, concentrandosi sui fattori di rischio per l'ON. I risultati indicano che gli individui che soffrono di disturbi alimentari, perdono peso, fanno esercizio fisico pesante, sviluppano problemi relazionali e soffrono di disturbo da dismorfismo corporeo sono ad alto rischio di sviluppare ON. È stata trovata una correlazione significativa tra ON, BMI e sesso, ma non tra ON e DOC. È interessante notare che i sintomi dell'ON sembrano sovrapporsi a quelli di altri disturbi alimentari, come l'anoressia e la bulimia, soprattutto in termini di controllo ossessivo sulla dieta e paura di ingrassare, indicando una stretta relazione tra i due. Conclusioni: È interessante notare che l'ortoressia nervosa può fungere da meccanismo di coping per l'anoressia, fornendo un senso di controllo. Tuttavia, sono necessarie ulteriori ricerche sui suoi effetti a lungo termine.

FORTE

*[Łucka, A Mazur, A Łucka, I Sarzyńska, J Trojaniak, M Kopańska](#) "Orthorexia as an Eating Disorder Spectrum-A Review of the Literature" *Nutrients*. 2024 Sep 29;16(19):3304. doi: 10.3390/nu16193304.*