



I MERCOLEDÌ DELLA SIO
28 Febbraio 2024 ore 15.30

Emozioni nel piatto: dalle basi psico-biologiche alla terapia dell'emotional eating	
Obiettivi	<p>Il concetto di "emotional eating" (alimentazione emotiva) fa riferimento al comportamento di individui che consumano cibo in risposta alle emozioni anziché per soddisfare la fame fisica. Questo costituisce un modo per affrontare e gestire le emozioni, siano queste negative, come lo stress, la tristezza, l'ansia, la noia, la solitudine, che positive, come la felicità. Spesso, tale comportamento determina il consumo di alimenti confortanti che solitamente sono ricchi di zuccheri o grassi. L'emotional eating è associato non solo a un aumento dell'indice di massa corporea, ma incide negativamente anche sull'efficacia del trattamento dell'obesità.</p> <p>L'obiettivo di questo webinar è esaminare in dettaglio i meccanismi psicologici e biologici che stanno alla base di questo comportamento, al fine di identificare la strategia terapeutica più appropriata. Tale strategia comprende modifiche dello stile di vita, interventi psicologici, l'uso di farmaci e altre metodologie non farmacologiche.</p>
15.30 – 15.45	<p>Introduzione Cristina Segura Garcia (Catanzaro), Walter Milano (Napoli)</p>
15.45-16.15	<p>La base biologica dell'emotional eating. Uberto Pagotto (Bologna)</p>
16.15-16.45	<p>Emozioni, pensieri e comportamenti: i fattori psicologici dell'emotional eating. Eva Martins Conceição (Porto, Portugal)</p>
16.45-17.15	<p>Terapia dell'emotional eating Cristina Segura Garcia (Catanzaro)</p>
17.15-17.30	<p>Conclusioni Walter Milano (Napoli)</p>

Con il contributo non condizionante di

