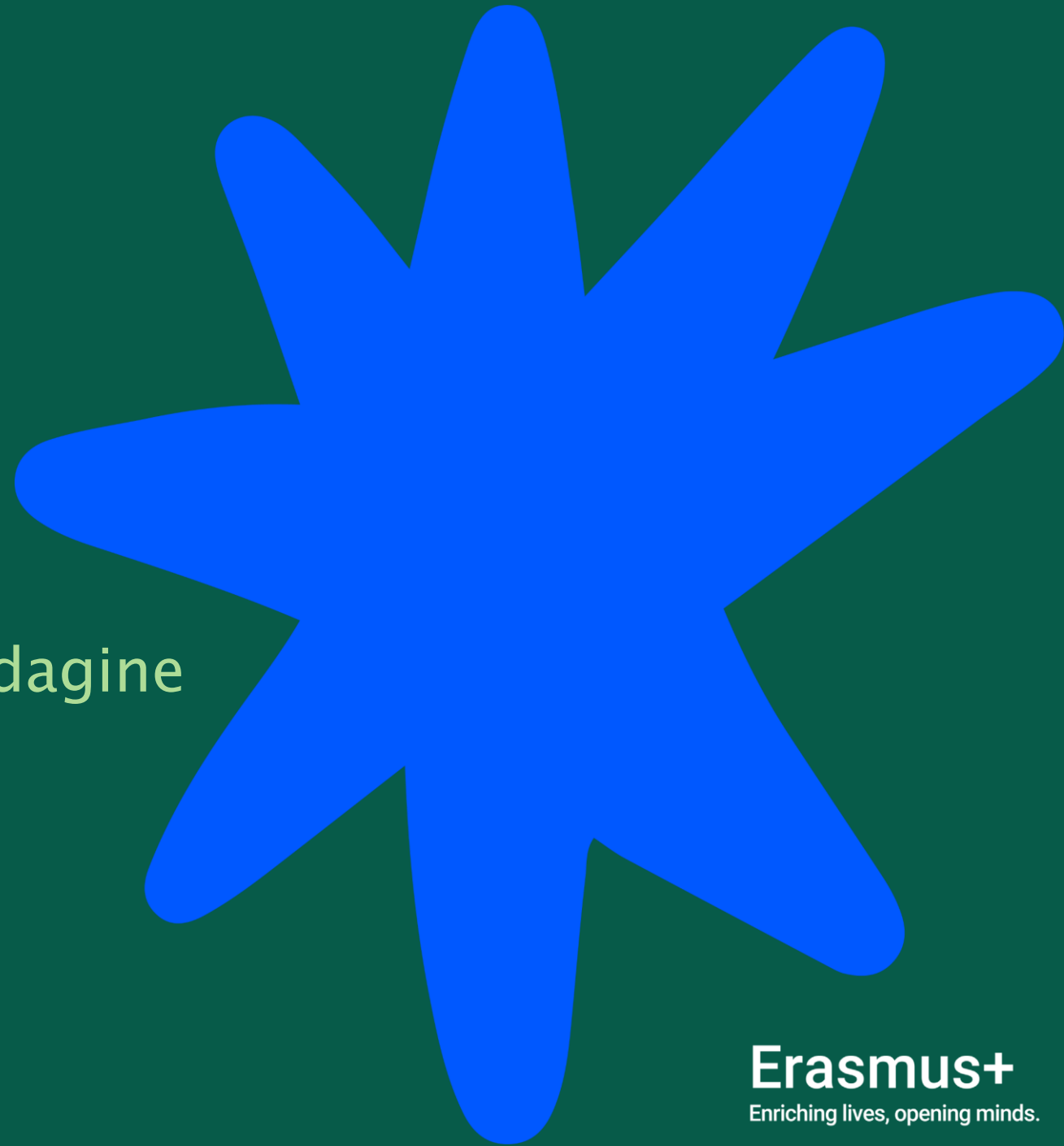


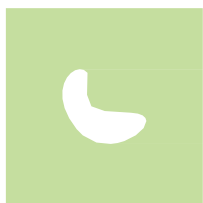
Progetto APIA

Una sintesi dei risultati dell'indagine

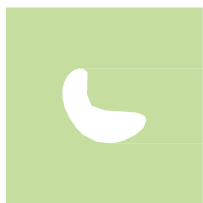


Presentazione del progetto

Il progetto APIA per l'autismo è stato lanciato il **31 dicembre 2023 e durerà 36 mesi, fino al 31 dicembre 2026**. I suoi obiettivi principali sono:

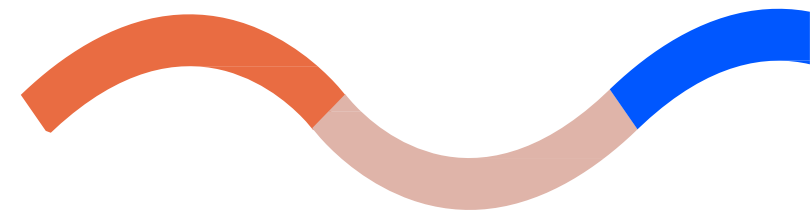


Promuove ***l'inclusione e l'indipendenza degli adulti con autismo*** attraverso un'alimentazione su misura.



Fornisce ***strumenti per supportare i professionisti e i caregiver*** nel migliorare l'autonomia e il benessere.

Consortium



ESPERTI DI NUTRIZIONE

Universidad de Zaragoza – Spagna: professori e ricercatori di nutrizione

Les Insatiables – Francia: coordinatore del progetto e visione alimentare sostenibile



ESPERTI DI AUTISMO

Fondazione per l'Autismo A18 – Italia: psichiatri specialisti

CADIS – Spagna: gruppo di associazioni che lavorano con disabilità, incluso l'autismo



ESPERTI DI RICERCA E CONSULENZA, COORDINATORE DI PROGETTI EUROPEI

Association Pour La Solidarité – Belgio: esperto di indagini quantitative e qualitative



Metodologia delle indagini

Al fine di portare a compimento questo ambizioso progetto, il primo anno, da gennaio 2024 a marzo 2025, è servito come **base teorica per identificare le questioni chiave e guidare le fasi successive della ricerca e dell'intervento.**

- * **Revisione della letteratura**
Identificare il deficit di informazioni nutrizionali negli adulti con autismo
- * **Analisi funzionale**
Osservare i comportamenti alimentari degli adulti con autismo
- * **Indagine qualitativa**
Esplorare le pratiche e le esigenze dei professionisti e dei caregiver familiari
- * **Indagine quantitativa**
Convalida dei bisogni identificati su scala più ampia
- * **Metodo Delphi**
Prioritizzazione dei temi da parte dei professionisti

* Revisione della letteratura



All'inizio del progetto, **Sara Remón, Ana Ferrer-Mairal e Teresa Sanclemente** (*Universidad de Zaragoza*) hanno esaminato **43 articoli scientifici** sulla nutrizione e l'autismo negli adulti.



Hanno pubblicato un articolo peer-reviewed: "Cibo e nutrizione negli adulti autistici: lacune di conoscenza e prospettive future"
Nutrienti, 2025

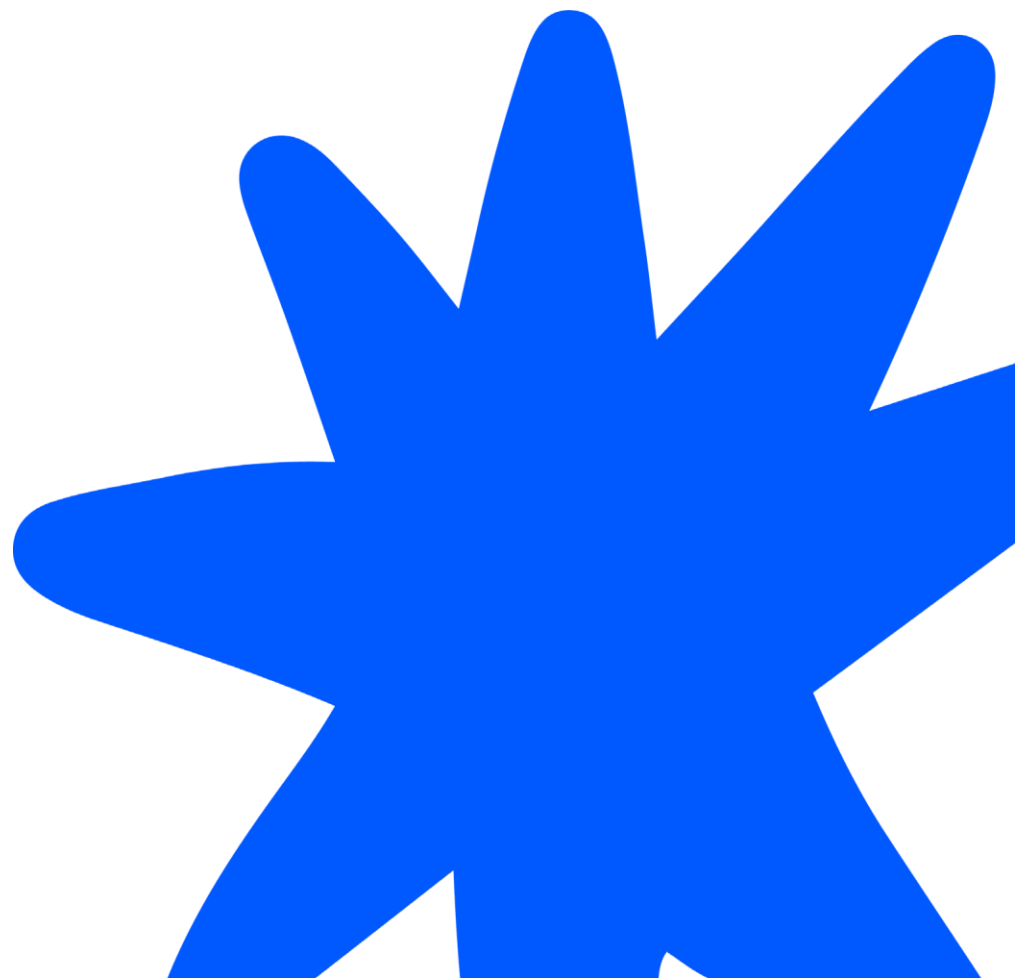


[Leggi l'articolo completo qui](#)

* Analisi funzionali

Ognuno di essi ha comportato ***l'osservazione di adulti autistici prima, durante e dopo i pasti*** per diversi giorni per comprendere meglio il loro rapporto con il cibo.

Organizzazione	Numero di analisi condotte
A18	13
CADIS Huesca	3
Totale	16



* Indagini qualitative

15 interviste con professionisti dell'autismo e caregiver in tutti i paesi partner.

<i>Paese</i>	<i>Partecipanti</i>
Belgio	2
Spagna	10
Francia	2
Italia	1
<i>Totale</i>	<i>20</i>



* Indagini quantitative

Un sondaggio online è stato distribuito nei 4 paesi partecipanti. **Sono state raccolte 168 risposte da professionisti e caregiver familiari.**

Paese	Totale	Professionisti	Caregivers
Francia	73	37	36
Italia	39	14	25
Spagna	33	13	20
Belgio	23	9	14
Totale	168	73	95

* Metodo Delphi

Abbiamo raccolto le **opinioni di vari esperti** (tra cui nutrizionisti, psicologi, logopedisti e altri) sugli argomenti più importanti da affrontare nelle nostre guide utilizzando il metodo Delphi.

<i>Paese</i>	<i>Intervistati</i>
Belgio	6
Spagna	5
Francia	6
Italia	3

<i>Paese</i>	<i>Intervistati</i>
Belgio	1
Spagna	5
Francia	3
Italia	4

Principali Risultati

I seguenti approfondimenti esplorano la **complessa relazione tra autismo e dieta**, facendo luce sulle sensibilità sensoriali, le sfide comportamentali, i modelli dietetici e i vincoli pratici affrontati nei contesti di cura, **come riportato dagli intervistati e dai professionisti del settore.**

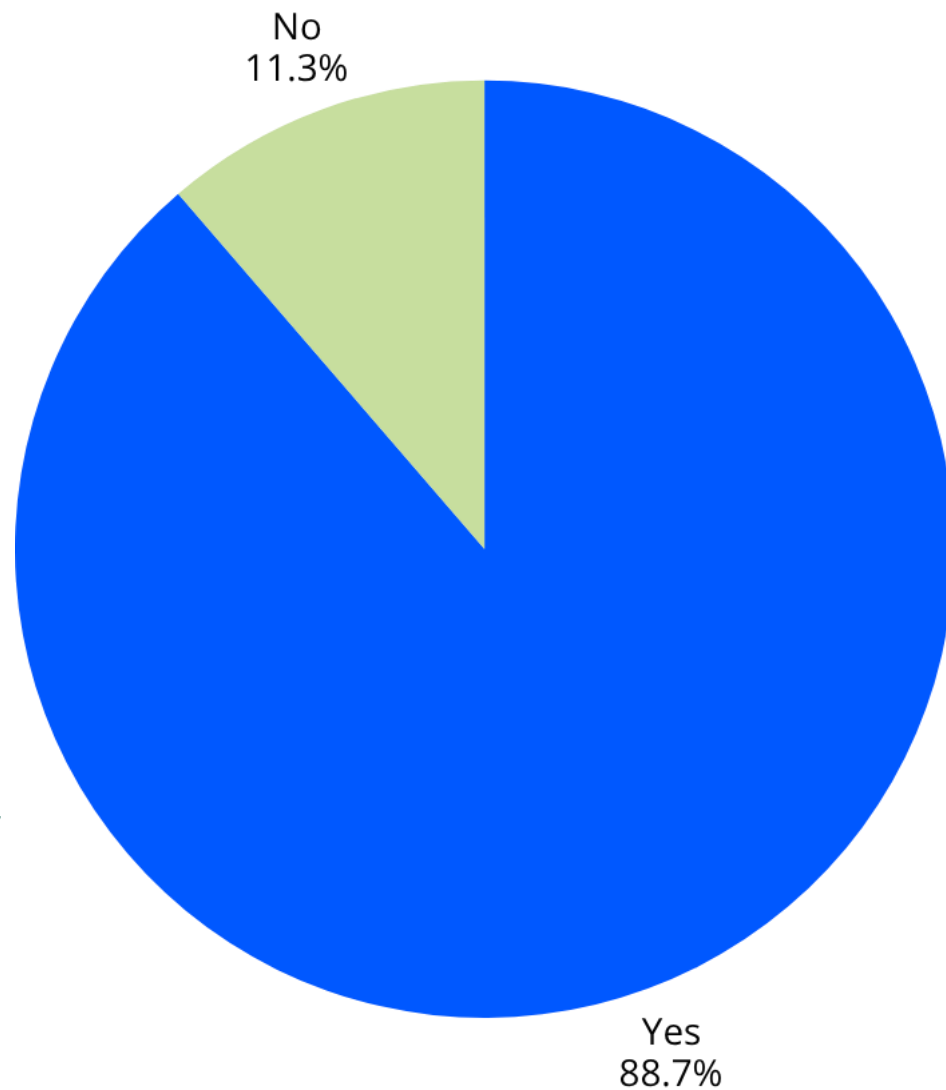


Autismo e dieta

Quali processi sono in gioco?

90.7%

degli intervistati ***concorda sul fatto che esiste una connessione tra le caratteristiche sensoriali del cibo e i comportamenti problematici durante i pasti.***

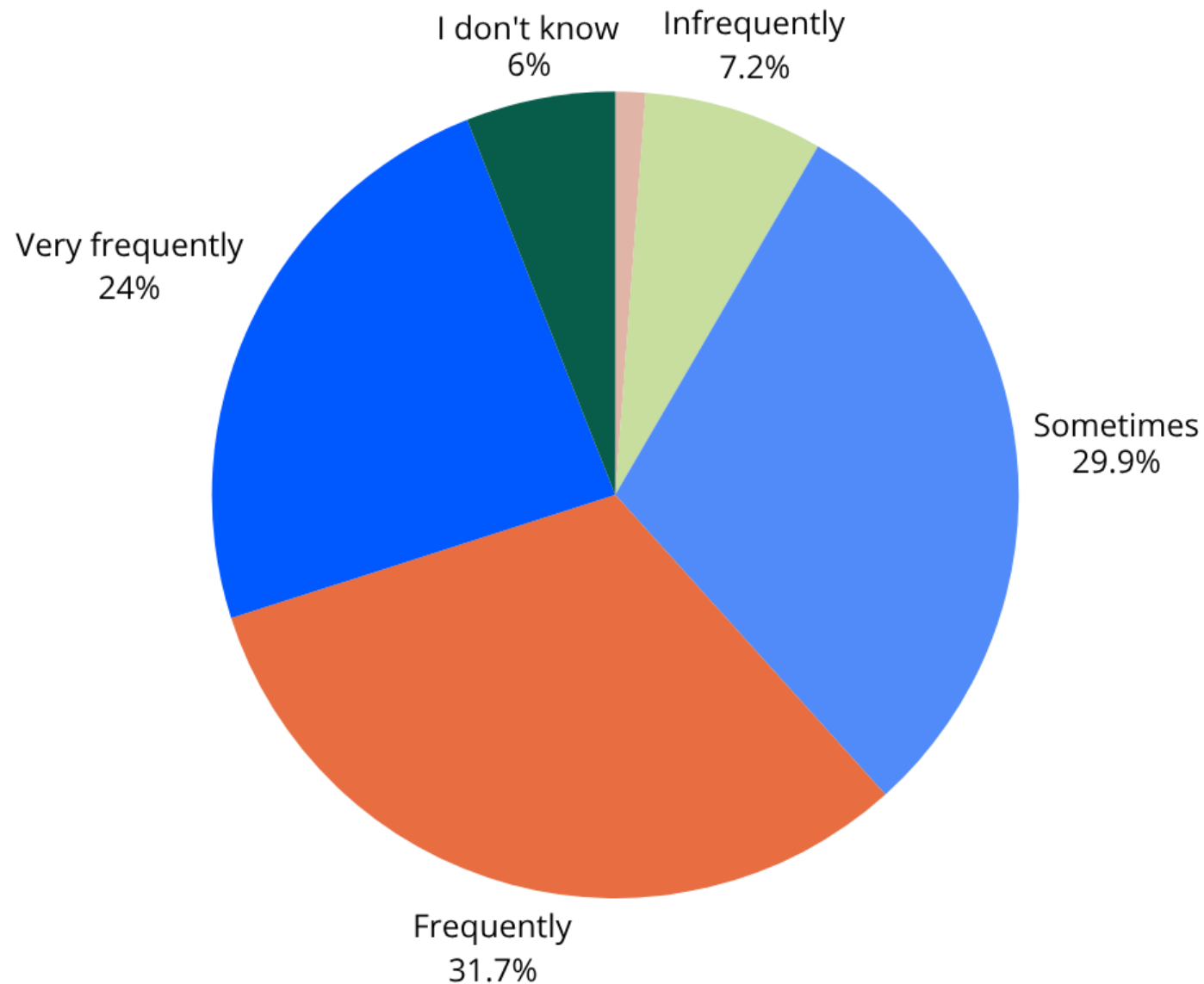


Autismo e dieta

Quali processi sono in gioco?

55.7%

degli intervistati ha indicato che ***i comportamenti problematici interferiscono frequentemente o molto frequentemente con la facilità di mangiare*** durante i pasti.



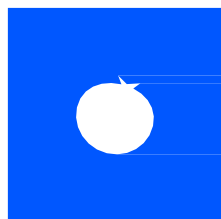
Autismo e dieta

Cosa c'è in gioco?



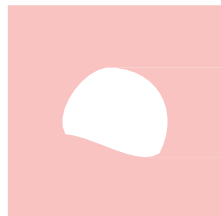
Rigidità cognitiva e sensibilità sensoriale

Interrompere la routine familiare e causare tensione durante i pasti.



Selettività alimentare

La preferenza per alimenti specifici limita la varietà dietetica.



Neofobia (paura dei nuovi cibi)

Rende difficile l'introduzione di una dieta equilibrata.

Autismo e dieta

Cosa c'è in gioco?



Modelli alimentari individuali

Le preferenze e le avversioni variano notevolmente da individuo a individuo.



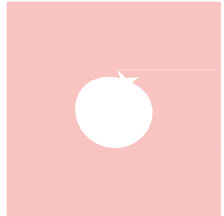
Difficoltà di comunicazione

Influenzare la cooperazione durante i pasti e la gestione dei comportamenti problematici.



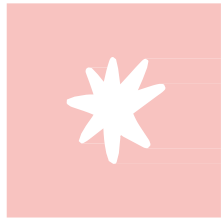
Autismo e dieta

Qual è la qualità media della dieta degli individui con autismo?



Cattive abitudini alimentari

Il consumo frequente di alimenti ipercalorici e ultra-elaborati porta a una salute fisica peggiore rispetto agli individui non autistici.



Obesità e sottopeso

Queste condizioni sono comuni e legate a difficoltà con l'attività fisica e agli effetti collaterali dei farmaci, non solo alla dieta.



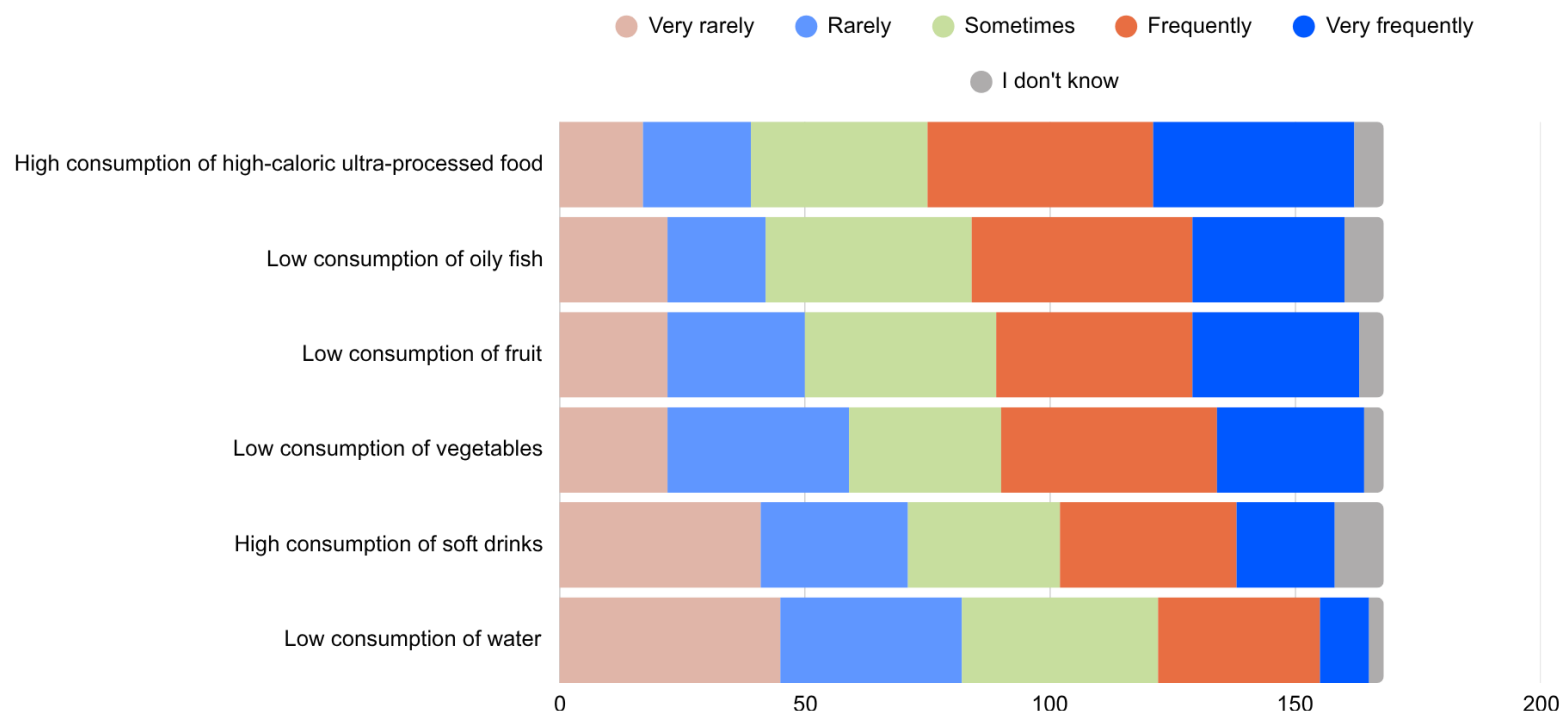
Altri problemi di salute

Aumento del rischio di diabete, malattie cardiache, problemi gastrointestinali, disturbi del sonno e problemi di salute mentale.

Autismo e dieta

Qual è la qualità media della dieta degli individui con autismo?

Gli adulti con autismo spesso affrontano una cattiva salute fisica, in parte a causa del consumo frequente di alimenti ultra-elaborati e delle difficoltà con l'attività fisica. I problemi più comuni includono obesità, sottopeso, diabete, malattie cardiache, disturbi gastrointestinali e del sonno e problemi di salute mentale.



Autismo e dieta

Qual è la qualità media della dieta degli individui autistici?

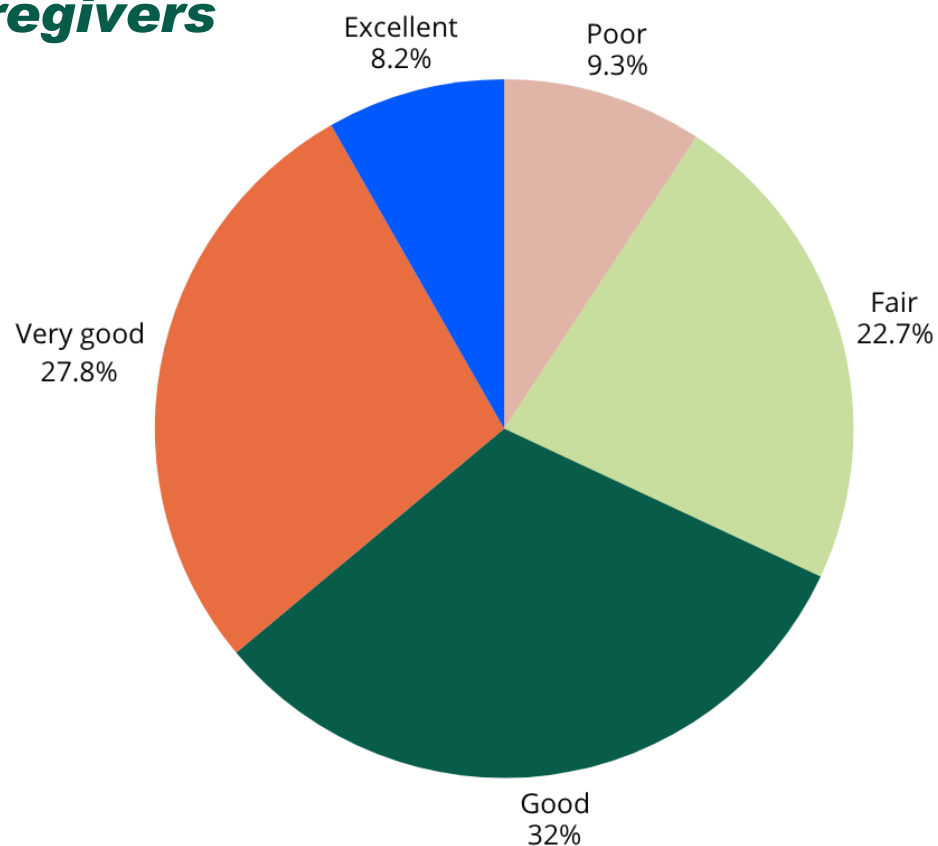
Anche il contesto e l'ambiente possono giocare un ruolo importante nella qualità della nutrizione. La nostra indagine ha rivelato una differenza nella qualità percepita della dieta degli individui con autismo a seconda che fossero con la loro famiglia o in centro.



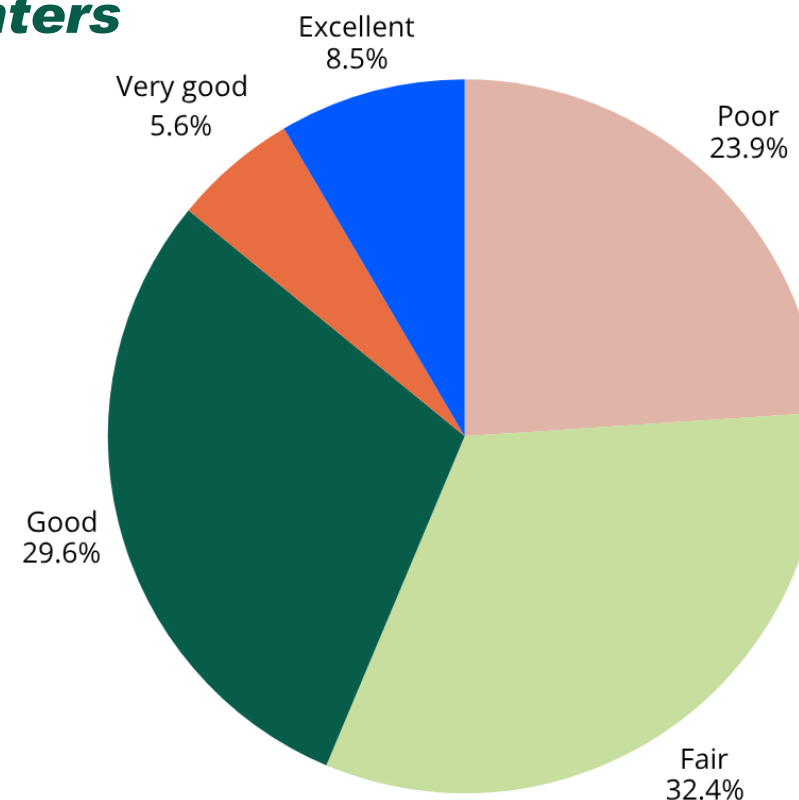
Autismo e dieta

Come valuteresti la qualità della dieta delle persone con autismo con cui lavori o di cui ti prendi cura?

Caregivers



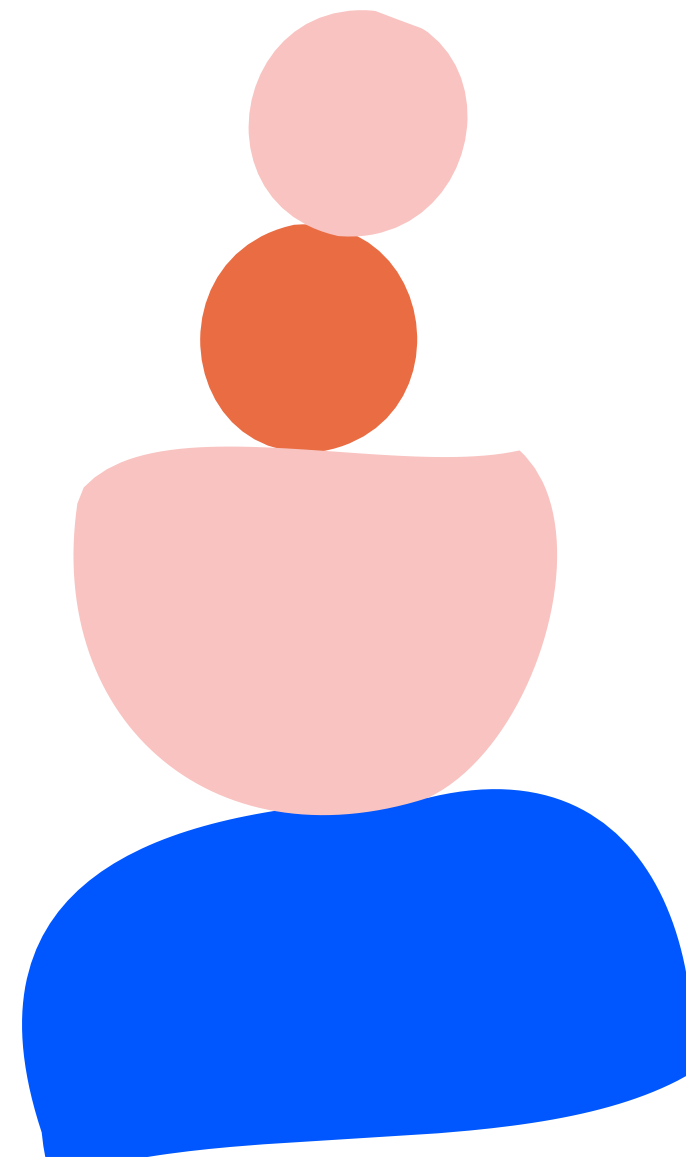
Centers



Autismo e dieta

Vincoli pratici dei centri

Le difficoltà di comunicazione, la mancanza di formazione di personale specializzato e, soprattutto, i vincoli finanziari hanno ostacolato l'attuazione di diete personalizzate nei centri.

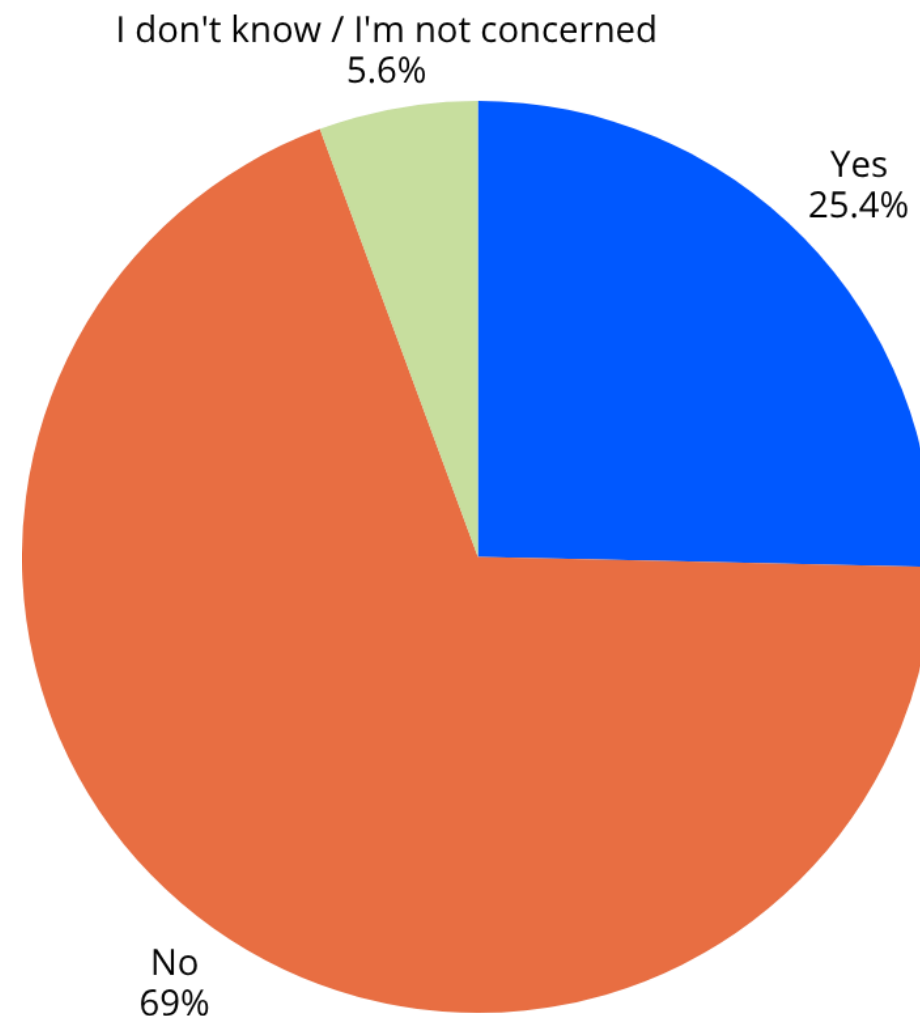


Autismo e dieta

Vincoli pratici dei centri

69%

dei professionisti ha riferito di **non avere mezzi sufficienti per adattare la dieta** degli individui che sostengono in base alla loro sensorialità.



Autismo e dieta

Cosa sembra funzionare?



Metodo 1:

Esposizione graduale

- * **Ripetizione combinata con progressione graduale**
- * **Attenta gestione della pressione** per prevenire il sovraccarico sensoriale o emotivo
- * **Esposizione ripetuta** a nuovi alimenti per incoraggiare una dieta più ampia



Metodo 2:

Rinforzo positivo e ambiente di supporto

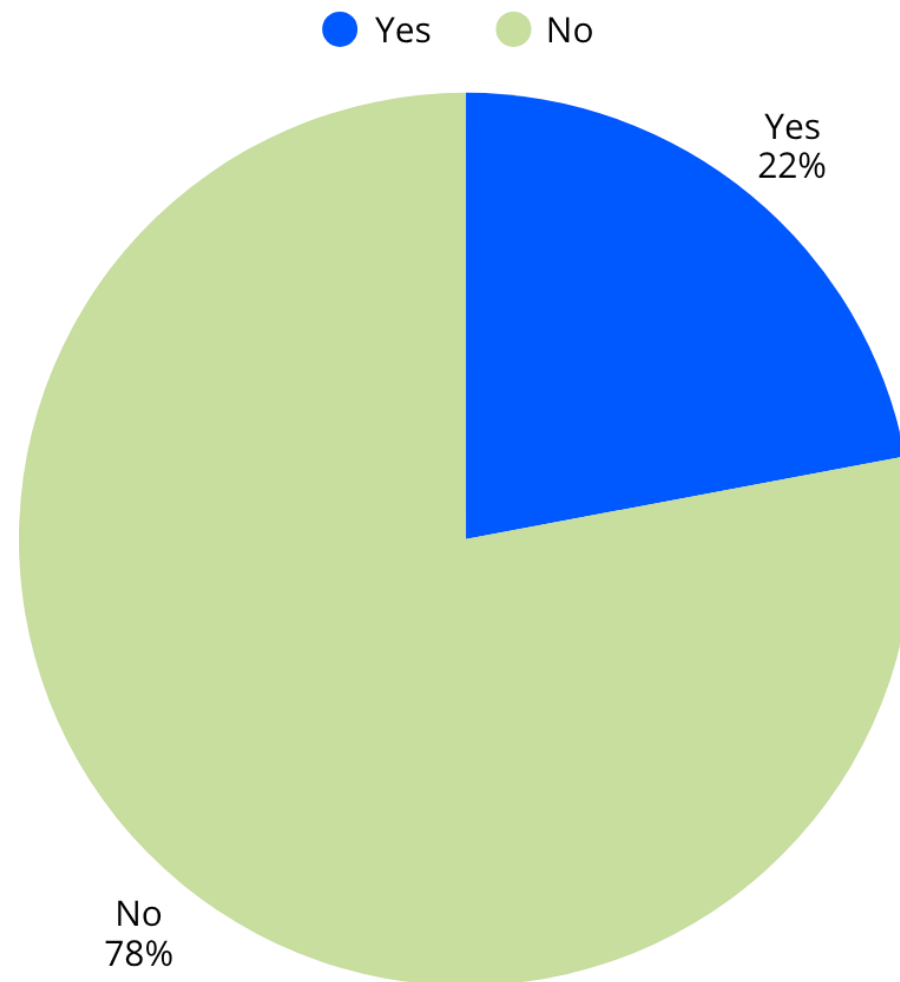
- * **Uso delle ricompense** come rinforzo positivo
- * **Costruire la fiducia** con i caregiver
- * **Enfatizzare la calma, la coerenza e la prevedibilità**
- * **Sfruttare l'effetto imitazione** negli individui con autismo

Autismo e dieta

Esigenze di formazione

78%

dei **caregiver familiari e dei professionisti** ha riferito di sentirsi inadeguatamente informato sulle esigenze dietetiche degli individui con autismo.



Autismo e dieta

Esigenze di formazione

In generale, i seguenti argomenti sono stati considerati i più importanti da includere in una formazione:

- 👉 ***Comprendere e gestire le sensibilità***

alimentari nei soggetti con autismo

- 👉 ***Conoscenze nutrizionali***

generali

- 👉 ***Strategie pratiche per i pasti***

- 👉 ***Strumenti e metodi*** per l'analisi dei comportamenti alimentari



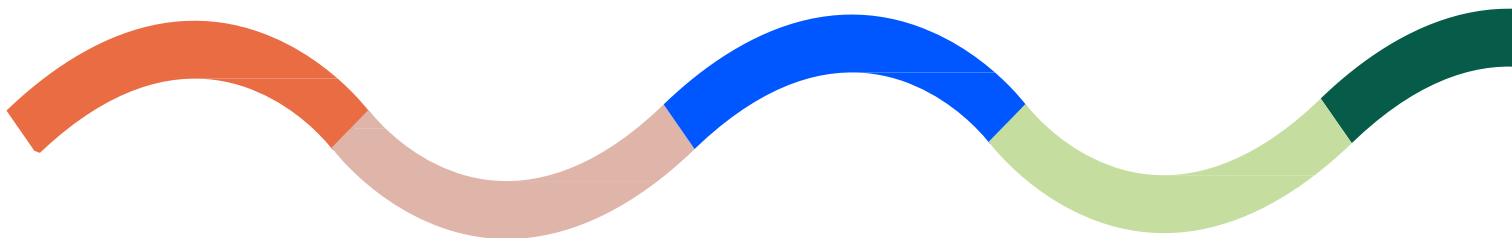
Autismo e dieta

Raccomandazioni politiche

Le raccomandazioni comuni dei partecipanti

includevano: ● ***Formare gli operatori sanitari*** sulla nutrizione adattata all'autismo ● ***Allocare più risorse*** alle istituzioni

- ***Integrare nutrizionisti con formazione per l'autismo*** nelle strutture di assistenza
- ***Promuovere l'educazione alimentare a lungo termine*** per le persone con autismo
- ***Bilancia la formazione teorica con il supporto pratico***



Grazie!



apiaforautism.com