



approvato da...  
**Davide.it**

# CONTRO ANORESSIA E BULIMIA

UNITI PER COMBATTERE I DISTURBI DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE.

da *Avvenire* - *Famiglia* di venerdì 26 settembre 2008

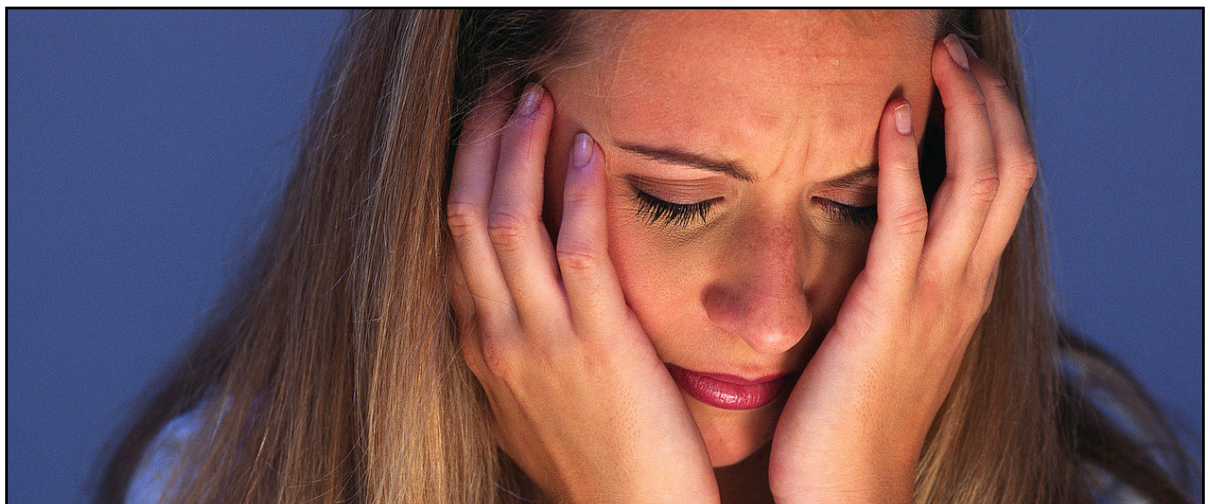
***I disturbi del comportamento alimentare sono in costante aumento in Italia: ogni anno si ammalano 6.000 persone. Ed è boom delle associazioni di auto-mutuo aiuto per mettere a disposizione di altre famiglie conoscenze ed esperienza.***

***I giovani sofferenti di anoressia e bulimia, della loro malattia parlano quasi solo sul web, all'interno di siti, chat, forum, community in continua crescita. Qui trovano una sponda di condivisione e troppo spesso "promozione" di comportamenti alimentari devianti.***

## I GENITORI SI ALLEANO CONTRO ANORESSIA E BULIMIA

I modelli estetici indotti dai media hanno poco a che fare con l'insorgere della patologia. Piuttosto ne sono una concausa; un rafforzamento di quell'ossessione di perfezione, generata da un disagio più profondo, collegato alle relazioni familiari.

L'anoressia, in continua crescita anche fra i maschi e prima causa di morte tra le malattie psichiatriche, ha il suo seme silenzioso nella famiglia, nel crescere di un dolore sordo che, in chi ne è vittima, inibisce la voglia di alimentarsi; una protesta estrema che colpisce il corpo



nelle sue funzioni vitali, fino a minarne la sopravvivenza, un modo drastico per tagliare il cordone ombelicale con chi non sembra essere in grado di fornire, seppure inconsapevolmente, l'alimento dell'amore e dell'accettazione dei propri figli, ma anche di se stesso e del proprio rapporto di coppia.

I genitori, dunque, si rivelano il centro dell'evoluzione, ma anche della risoluzione, di una patologia silenziosa, strisciante, che lascia intravedere i suoi segni solo ad un occhio attento, scrutatore. Ne è convinto il dottor Italo Bosani, psicoterapeuta e psicoanalista, membro dell'Aba, Associazione per lo studio e la ricerca sull'anoressia, la bulimia e l'obesità, struttura che da 17 anni effettua ricerca, prevenzione e terapia (individuale e di gruppo) sui disturbi del comportamento alimentare. «Le famiglie che bussano alla nostra porta – spiega Bosani –, lo fanno in preda all'angoscia, al senso di impotenza e di colpa, ma non certo sull'onda della consapevolezza.

***Il boom delle associazioni di auto-mutuo aiuto per mettere a disposizione di altre famiglie conoscenze ed esperienza. Il grido d'allarme nel recente Forum di Portogruaro sui disturbi alimentari: «A madri e padri di ragazze in difficoltà con il cibo diciamo: andate presto in un centro di cura, la precocità della diagnosi è fondamentale»***

Prendono l'iniziativa che la loro figlia non è in grado e non vuole attuare, ma restano all'oscuro che i primi a dover essere curati sono proprio loro.

Spesso, è difficile contrastare le resistenze facendogli capire che è una *condicio sine qua non* per avviare un percorso terapeutico efficace anche con chi è malato. E nella stragrande maggioranza dei casi – precisa lo psicoterapeuta –, il successo della terapia con le pazienti anoressiche è strettamente collegato alla disponibilità dei genitori a curarsi».

Il cammino è complesso, lungo, spesso doloroso: «Ci troviamo di fronte a madri e padri che hanno dimenticato che cosa sia un reale rapporto di coppia, a mamme che non sono più donne, ma solo persone con smanie di controllo sulla vita di chi gli ruota attorno; a padri assenti, non in grado di assumere un ruolo di compensazione rispetto alla consorte.

Tutte disfunzioni comportamentali preesistenti alla patologia che si conclama nei loro figli, di cui i genitori non sono a conoscenza fino a quando non approdano da noi. Dopo aver aperto gli occhi, e il cuore, anche i loro figli decidono di iniziare a curarsi. Non è un miracolo o un caso: semplicemente questi ragazzi hanno visto cambiamenti soprattutto nella loro famiglia».

Ma proprio dai genitori, di recente, è arrivato un grido di aiuto nell'ambito del *Forum nazionale su famiglie e istituzioni* di fronte ai disturbi del comportamento alimentare, che si è svolto a Portogruaro: «Le associazioni sorgono perché non abbiamo esperienza, con l'anoressia e la bulimia non ci troviamo di fronte a una malattia classica, non la conosciamo e non sappiamo come affrontarla – dicono i genitori della Fenice onlus –. Invece necessita di essere affrontata presto per avere buoni risultati. Vogliamo capire e diventare anticipatori per gli altri, divulgatori». E uno dei ruoli fondamentali dell'associazionismo, è stato sottolineato, «è l'auto- mutuo aiuto. Parlare dei propri problemi, condividere le dinamiche che si sviluppano nella propria famiglia a seguito della malattia della figlia o del figlio significa innanzitutto una diminuzione dell'ansia, del senso di colpa anche; poi un confronto continuo sui comportamenti e gli atteggiamenti da mettere in campo.



Un percorso di consapevolezza, aiutato costantemente dal rapporto con psicologi e altri specialisti dei centri di cura di riferimento sul territorio» .

Un'apertura benefica e necessaria, per avviare il proprio figlio verso la guarigione: «L'errore che più di frequente commettono, in buona fede, i genitori – aggiunge Bosani –, è il lasciarsi andare al rifiuto del proprio figlio, alla delusione, alla convinzione che sia solo un capriccio. Atteggiamenti questi, che possono rivelarsi molto rischiosi» .

***Ogni anno si ammalano 6.000 persone, con una incidenza dell'8-10 per cento fra le ragazze e dello 0,5 - 1 per cento tra i ragazzi. La fascia d'età più colpita è quella tra i 12 e i 25 anni, in aumento i problemi tra i maschi***

Ma aprire gli occhi sulla propria figlia, per un genitore, spesso è così difficile da far rimanere pietrificati, come ha testimoniato al Forum di Portogruaro, il papà di una ragazza malata da otto anni: «Struggente è vedere la propria figlia diventare una fiamma scolorita quando la si vorrebbe accesa e vivace, logorante sentire discorsi come 'Non ha più senso vivere'. È una malattia che toglie il cuore. Dapprima tenti di ostacolare alcuni comportamenti, cerchi di capire con i pochi strumenti che hai – ha spiegato –.

Ero completamente ignorante, per me un anoressico era un appestato, non ne sapevo nulla. È come un terremoto che ti sconvolge la vita. Mia figlia era arrivata a pesare 42 chili, lei che doveva pesarne 60. Non sopportava la vista del proprio corpo, tanto che l'unico modo per lavarsi e fare il bagno era essere bendata. Tutti gli specchi di casa dovevano essere coperti. Ai genitori dico, andate presto in un centro di cura. Non perdetevi tempo, è fondamentale la precocità della diagnosi».

(info Aba, Milano, via Solferino 14, tel. 02.29000226 – Roma, via Giambullari 8, tel. 06.70491912).

## IL RIFIUTO DEL CIBO PUO' SCATTARE A IO ANNI

I disturbi del comportamento alimentare sono in costante aumento in Italia: ne soffre il 5% della popolazione. Di anoressia, si ammalano ogni anno 3.500 persone, cifra che sale a 6.000 se si parla di bulimia, senza contare l'obesità. Complessivamente, sono ad oggi 3 milioni i malati di disturbi del comportamento alimentare, con un'incidenza dell'8 - 10% fra le ragazze e lo 0.5 - 1% tra i ragazzi. Fascia di età più colpita quella fra i 12 e i 25 anni, ma i disturbi possono manifestarsi anche in fasce di età pediatrica e dopo i 40 anni. Il 95% di chi chiede aiuto è donna, anche se si assiste ad un preoccupante aumento di casi anche nella popolazione maschile: dai dati dello sportello Aba di Milano, risulta che da gennaio a luglio le telefonate per ricevere informazioni sono state 200, tra quelle di giovani adolescenti il 20% riguardava proprio problemi dei maschi. Un fenomeno psico- sociale, quello relativo ai disturbi del comportamento alimentare, che coinvolge ad oggi 7,5 milioni di persone a livello familiare. «L'anoressia, e la bulimia, maschile esistono – ha precisato Fabiola De Clercq, presidente dell'Aba – senza contare i casi di obesità. I disturbi possono scattare già a 10 o 14 anni, magari dalla paura di essere diventati troppo grassi. Qualcuno 'impara' dalla madre questo particolare modo di esprimere il disagio psicologico».

Individuare i sintomi e fare una corretta diagnosi dell'anoressia si rivela di fondamentale



importanza per un inizio efficace di terapia. Alcuni dei sintomi-allarme sono: il rifiuto di mantenere il peso corporeo al di sopra o al peso minimo 'normale' per età e statura, intensa paura di acquistare peso o di diventare grassi, anche quanto si è sottopeso, alterazione del modo in cui il soggetto vive il peso o la forma del corpo, o eccessiva influenza del peso e della forma del corpo su i livelli di autostima, rifiuto di ammettere la gravità dell'attuale condizione di sottopeso.

## QUANDO IL DOLORE DELL'ANIMA VA SUL WEB: IN ITALIA SONO 260 I BLOG "PRO-ANA"



In segreto, per vergogna, paura, voglia di appartenere a un gruppo e sentirsi accettati. I giovani sofferenti di anoressia, della loro malattia parlano, ma solo sul web, all'interno di siti, chat, forum, community in continua crescita, dove trovano una sponda di condivisione, e troppo spesso 'promozione' di comportamenti alimentari devianti.

L'Eurispes, secondo un recentissimo monitoraggio, ha calcolato che solo in Italia sono 260 i blog 'pro- ana' (300 mila al mondo) che raccontano di anoressia, bulimia o più in generale di disturbi dell'alimentazione. Più della metà risultano ancora attivi (153), 10 sono sospesi, 62 sono stati privatizzati ossia resi fruibili da una cerchia ristretta di persone che accedono solo dopo l'approvazione dell'autore, mentre 36 sono stati oscurati. Ad animarli per lo più ragazze, con un'età media di 17 anni, che fra le più giovani può scendere a 12- 13. Luoghi virtuali coloratissimi, che nascondono piccoli inferni, dove parole e discorsi, secondo quanto rivelato dall'Eurispes, appaiono deliranti, guidati

da una filosofia legata a una sorta di divinità, Ana: la perfezione è nei 40 chilogrammi, ma spesso il traguardo sono i 30 chili. Obiettivi raggiungibili attraverso il cosiddetto Diario Alimentare (Da), ovvero tutto quello che le autrici hanno ingerito nell'arco della giornata.

Accanto a ogni alimento, il conteggio delle calorie e la somma finale di quelle assunte durante il giorno. Non mancano foto delle 'thinispiration', ovvero modelle o attrici magrissime che diventano icone ed esempi da seguire, anche se non sembra quasi mai l'estetica la vera causa della patologia: tra le righe emerge la molta sofferenza derivante da episodi traumatici vissuti nell'infanzia, da abusi e violenze fisiche o psicologiche, da un cattivo rapporto con i genitori o, più semplicemente, dal fallimento di una storia d'amore. Una deriva comportamentale drammaticamente oscura, soprattutto per le famiglie, non di rado ignare di questo mondo parallelo frequentato dalle proprie figlie.

A confermarlo, don Ilario Rolle, presidente dell'associazione Davide onlus e ideatore, sul portale [www.davide.it](http://www.davide.it), del primo servizio internet filtrato gratuito funzionante in Italia, dove la sicurezza e la protezione avvengono nel momento in cui ci si collega. « Sono poche le famiglie che contattano il nostro numero verde per filtrare siti 'pro - ana' – spiega –.



Questo evidenzia come la maggior parte dei genitori sia all'oscuro, e quanto sia necessario metterli in guardia e invitarli all'osservazione dei propri figli. Non a caso, su questi siti ci sono anche piccoli consigli per non destare sospetti tra familiari e conoscenti: 'Dì che pranzi fuori con un'amica', 'Inventati allergie a certi cibi', 'Mangia solo quando i tuoi familiari e amici sono con te'» .

Su internet «vengono pubblicati 'credo' e 'comandamenti' destinati agli adepti – prosegue Rolle –: spiegando anche tutti i motivi per aderire alla filosofia: 'Sarai al centro dell'attenzione, tutto sarà bellissimo e non avrai problemi'. Alla base l'idea sconcertante che il corpo è l'unico mezzo per sentirsi felici e accettati. In questo, come in altri casi simili, internet si rivela un luogo ad alto rischio: ci sono le basi per l'instaurarsi di un'identità di gruppo a carattere anoressico/ bulimico, la cui manifestazione esteriore è rintracciabile in un segno distintivo, un braccialetto da comprare su internet, rosso per le anoressiche, blu per le bulimiche. Il braccialetto diventa modo per distinguersi dalla massa e rinforzare il deviante senso di appartenenza. La chiave è far aprire occhi e orecchie ai genitori, quanto prima» .

Info: [www.davide.it](http://www.davide.it), numero verde 800.980260.

Paola Simonetti

