

**GIORNALE DI SICILIA****SALUTE**  
**I DISTURBI ALIMENTARI**

di Antonella Filippi

**ANORESSIA,  
L'INSOSTENIBILE  
LEGGEREZZA  
DEL PESO CORPOREO**

sicurare le paure, non di generarle. I genitori di persone che sviluppano anoressia hanno tenuto, durante l'età infantile, uno stile di accudimento quasi del tutto fisico e per nulla emotivo, ovvero hanno soddisfatto le necessità fisiche del bambino senza però curarsi di educarlo al contatto con le emozioni. E lui, crescendo, si è cristallizzato, mostrando serie difficoltà ad ascoltare le sensazioni del corpo, tra cui anche il senso della fame. Le famiglie di origine sia delle pazienti anoressiche sia di quelle bulimiche sono spesso molto attente alle apparenze, e quando i figli manifestano malessere, esso non viene gestito e risolto, ma ignorato o, peggio, colpevolizzato».

Nell'adolescenza spesso si abbatte sulle ragazze la percezione negativa di un corpo che si trasforma, magari in maniera disarmonica. Riprende la Iacononelli: «A quell'età l'intervento è ancora più complesso perché il corpo muta e non sempre la mente è pronta a essere sottoposta a tanto stress». E c'è il desiderio di perfezionismo che fa a pugni con l'anaffettività e la difficoltà a esprimere se stessi. Ci sono sensazioni e sentimenti di smarrimento di fronte all'ansia di piacere e di piacersi. E si crede di risolvere la difficoltà di adattamento al proprio corpo attraverso il controllo maniacale del peso. «Al Cedral è fondamentale l'interdisciplinarietà: infatti, possiamo contare su internisti, psichiatri, psicologi, dietisti. La prevenzione? Va fatta in diversi contesti, soprattutto a casa, facendo in modo di cucinare, anche quando il tempo è limitato, e di ritornare a un'alimentazione sana ed equilibrata».

Strano ma vero, la parola dieta è tabù: «Non forniamo mai una dieta, piuttosto preferiamo adoperare la tecnica del diario alimentare, perché il paziente impari dai propri errori. Le pagine diventano lo specchio della situazione, dove scrivere non solo cosa si mangia, ma anche cosa si prova, cosa si percepisce, cosa si pensa. Lo stile alimentare va corretto per sempre, per questa ragione parliamo di rieducazione. La prescrizione dietetica di per sé è un errore, la dieta, quando non riesce, diventa frustrante, invece il bambino va aiutato a capire perché mangia troppo o non mangia affatto. Bisogna educare i pazienti a riconoscere sensazioni percezioni e, quindi, il vero rapporto fra fame e sazietà». Quindi? «Serve una alfabetizzazione emotiva, perché ogni emozione ha una sua corrispondenza». (ANFI)

Il modello femminile adolescenziale è sempre quello che ci propina la moda: è una ragazzina alta, sottile come un filo d'erba, aria tossica, possibilmente lettone, bielorusa o del Burkina Faso, costretta a deambulare in passerella come se avesse gravi problemi alle anche e soprattutto a non sorridere mai perché solo il broncio fa fashion. S'incontra, è vero, qualche ragazzina felice con la pizza in bocca, i jeans a vita bassa da cui escono giovani rotoli di grasso o spunta il top delle vaste natiche. Ma non tutte arrivano equipaggiate per affrontare le trasformazioni dell'adolescenza, non tutte trovano sostegno, guida, gratificazioni, motivazioni. Ricordate quando furorreggiavano le prediche contro le ragazze taglia 38, dimenticando che ne «Il diavolo veste Prada» il successo era racchiuso nella 36?

Celebri anoressiche furono la principessa Sissi e Santa Caterina da Siena, in tempi in cui i modelli femminili erano opulenti e la moda non esisteva. Filosofie, sociologismi psicologie, moralismi attorno alla magrezza, o al suo contrario, la grassezza, ce ne sono a bizzeffe ma i numeri non crescono. Ieri si è celebrata la «Giornata Nazionale dei Disturbi del Comportamento Alimentare», un modo per parlare, per far conoscere. Anoressia e bulimia colpiscono oggi tra le 150 e le 200 mila donne solo in Italia e rappresentano la prima causa di morte per malattia tra le giovani italiane di età compresa tra i 12 e i 25 anni. I dati diffusi dal Sisdea, la Società italiana per lo studio dei disturbi del comportamento alimentare, svelano un quadro sconcertante.

«Dati siciliani non ne esistono - spiega la psichiatra del Cedral (Centro disturbi alimentari) dell'Asp di Palermo, Lia Iacononelli - ma stiamo lavorando per creare una rete regionale. Un elemento certo, però, si può riscontrare: aumentano i casi di disturbi alimentari nella pre-adolescenza, tra i bambini. Le cause di questo insorgere sono molteplici: alcuni fattori riguardano la vita familiare, sia in età infantile che pre-adolescenziale, altri sono esterni alla famiglia. I bambini, come le piante, assorbono dal terreno in cui vivono. Per prima cosa va osservato, dunque, il contesto familiare: noi, infatti, non prendiamo in carico solo il bambino, ma l'intera famiglia. Cedral non è solo un ambulatorio con un primo approccio telefonico

ma, da qualche mese, è anche una struttura residenziale, in regime di riabilitazione, per i casi che, secondo noi, lo richiedono».

Oggi siamo nel frullatore e stritolati tra le mille gare di succulente ricette che volano nell'etere e i minacciosi diktat dietetici, da parte di dotti menagramo nemici della panna cotta, che ci raccomandano di non mangiare né questo né quello e quel poco in pochissimi grammi se vogliamo evitare la demenza senile e quella precoce. Si sofferma sull'educazione emozionale Giovanni Porta, psicoterapeuta e psicologo di orientamento gestaltico: «Aiutate i vostri figli, a dare un nome alle sue emozioni e ai suoi bisogni, non colpevolizzatelo, accogliete la sua rabbia senza giudicare. Cercate di ras-

**L'ALLARME DI LIA JACOPONELLI,  
PSICHIATRA DEL CEDIAL:  
«IN SICILIA SONO IN AUMENTO  
I PRE ADOLESCENTI COINVOLTI»**



L'equipe del Cedral di Palermo: Antonella Ingianni psicoterapeuta, Alessandro Bivona internista, Lia Iacononelli psichiatra, Vincenzo Bruno psicoterapeuta, Giuseppe Buffa psichiatra



Una pubblicità anti anoressia di Oliviero Toscani. In alto, la modella Kate Moss.