



## L'amore dei genitori per prevenire l'anoressia

Home / Mamma / L'amore dei genitori per prevenire l'anoressia



Anoressia e bulimia sono due dei peggiori disturbi del comportamento alimentare conosciuti. Madri e padri però possono fare molto per i loro figli.

Anoressia e bulimia sono due dei peggiori disturbi del comportamento alimentare. Il rifiuto del cibo da parte della persona per la paura ossessiva di ingrassare e il modus operandi per cui una persona ingurgita una quantità di cibo eccessiva per poi ricorrere a diversi metodi per riuscire a non metabolizzarlo continuano a tormentare numerose donne in tutto il mondo.

Lo psicoterapeuta Giovanni Porta ha spiegato cosa possa essere utile per non cadere vittime dell'anoressia, ovvero l'amore: "È difficile descrivere in maniera generale i fattori che facilitano l'insorgere dei disturbi del comportamento alimentare. Il primo, e il più ampiamente analizzato, riguarda la famiglia di origine. Non a caso, il periodo con l'insorgenza maggiore di anoressia, bulimia e abbuffate incontrollate (binge eating) si ha in età adolescenziale, momento in cui il rapporto con la famiglia conosce una profonda trasformazione, che spesso mette in evidenza difficoltà di relazione preesistenti.

Ci sono famiglie in cui ai figli viene a mancare il più necessario dei nutrimenti, l'amore. Questo può avvenire per ragioni che hanno a che fare con problematiche personali non risolte dai genitori. I figli sviluppano e si abituano a convivere con un profondo senso di solitudine, quasi un'impossibilità a sentirsi visti e riconosciuti, e può capitare che alcuni cerchino di controllare in maniera ossessiva il proprio corpo per avere un illusorio senso

di padronanza di fronte a una realtà verso la quale si sentono impotenti, o almeno incapaci di ottenere ciò che a loro interessa davvero".

Come spiega Porta però si tratta anche di relazioni fra coetanei:

*"Durante l'adolescenza è elevata la paura del giudizio la difficoltà di adattarsi alle prime, a volte feroci forme di competizione tra coetanei, timidezza, problemi relazionali, difficoltà a convivere con la frustrazione, rigidità, scarsa autostima ecc. sono tutti fattori personali che possono facilitare l'insorgere di disturbi del comportamento alimentare. È importante che i genitori che si accorgono dell'esistenza di forme di disagio nei propri figli e nelle proprie figlie non facciano finta di niente, ma trovino il modo di parlare con loro, senza condannarli ma anzi interessandosi ai loro vissuti, accompagnandoli magari verso un professionista con il quale valutare se iniziare un percorso d'aiuto. Il primo passo è rivolgersi a uno psicoterapeuta, o a un professionista della nutrizione".*