

Il 40% delle adolescenti è insoddisfatta del proprio peso, o cerca di perdere chili, ma solo il 4% è realmente in sovrappeso

La voglia di essere magre diventa malattia

Negli Stati Uniti il 67 per cento delle donne è a dieta, contro il 25 per cento degli uomini

Nei decenni scorsi i bambini e le bambine sotto gli undici anni avevano paura delle persone cattive, di essere aggrediti e uccisi, del buio e degli spiriti maligni. In una ricerca di Binetti, Ferrazzoli e Flora realizzata nel 1999 tra bambini d'età compresa tra i sei e gli undici anni: al primo posto si attesta la solitudine e poi al terzo, per la prima volta, troviamo la paura di non essere belli e non piacere. "Il dato è davvero clamoroso - sottolinea Beatrice Bauer, psicoterapeuta dell'associazione Didasco - e fa comprendere quale sia la pressione dei modelli sociali contemporanei esercitata anche su bambini piccolissimi preoccupati del fatto che la mancanza di bellezza possa destinarli all'infelicità. Ci sono bambine di dieci anni che vogliono essere magre perché così si sentono considerate belle e quindi sono più potenti. E' chiaro allora che per motivi d'età e di situazione personale, chi è più fragile rischia di essere travolto da questi stereotipi". E Bauer elenca anche altri dati allarmanti: nelle Università americane il 67 per cento delle donne è a dieta contro il 25 per cento degli uomini e ancora sempre negli Usa: il 40 per cento delle adolescenti è insoddisfatta del proprio peso (ma solo il 4 per cento però è realmente in sovrappeso), l'80 per cento delle donne non è contenta del proprio corpo, il 50 per cento è a dieta, il 90 per cento dei partecipanti a programmi per il controllo del peso è femmina. Alla base di tutti questi comportamenti troviamo un desiderio spasmodico di bellezza così come promosso dai mass media che fa sì che a quindici anni negli Usa: l'11 per cento delle ragazze vomitano dopo aver mangiato, l'8 per cento utilizzano pillole dimagranti e il 7 per cento abusino di lassativi.

"Le ragazze si ostinano nel perseguire un ideale di bellezza quasi assurdo perché pensano, come dimostrano parecchi studi,

LA SCHEDE

■ L'anorexia colpisce circa il 2 per cento della popolazione, nella stragrande maggioranza ragazze d'età compresa tra i 12 e i 20 anni

■ La mortalità per anorexia è per circa il 15 per cento delle persone colpite

■ La bulimia si sviluppa tra i 15 ed i 35 anni e ha un'incidenza tra il 2 e il 5 per cento

■ Una ragazza diventa anoressica quando, pur essendo magra, si percepisce sempre troppo grassa e incentra sulla magrezza la possibilità di essere accettata dagli altri. Una volta entrata nella malattia vera e propria, le ragazze mangiano sempre meno, fanno uso di lassativi, vomitano ciò che mangiano, fanno notevole esercizio fisico e cominciano a mostrare sofferenze: colorito giallognolo, occhi cerchiati, pelle disidratata, mancanza del ciclo mestruale, aritmie cardiache, sensazione di freddo, ecc.

■ Una ragazza bulimica è incline a grandi abbuffate di cibo, seguite da comportamenti compensatori: digiuno, vomito autoindotto, abuso di lassativi o di esercizio fisico. Normalmente avviene una sorta di perdita di controllo al momento dell'ingestione del cibo, seguito da un senso di colpa e di ripugnanza per quanto avvenuto. La frequenza delle crisi e dei comportamenti compensatori è molto variabile. In genere le donne mantengono però un peso nella norma e raramente sorgono gravi complicanze.

che le persone più belle sono più felici, hanno più successo, sono di intelligenza superiore, ottengono maggiori successi professionali, ecc. - continua Bauer. - I modelli femminili trasmessi dalla moda distorcono pericolosamente le tendenze biologiche rischiando di far ammalare gravemente le persone più fragili o che si trovano in momenti di crisi della propria vita". E ancora una volta a dover essere in qualche modo esorcizzato è il corpo femminile con le sue curve, la sua morbidezza o l'irriducibile potenza creativa della maternità. Pericolosi è anche il modello delle bellissime, ma spesso infelici e anche in qualche caso malate, finisce per essere il contrario dell'esaltazione della bellezza femminile e anche invece come controllo simbolico fortissimo esercitato sul corpo della donna in forme più sofisticate di un tempo.

"I disturbi dell'alimentazione sono diffusi, ma solo il 2 per cento delle ragazze

si ammalano concretamente di anoressia e bulimia - spiega Bauer. - In questi casi particolari troviamo il concorso di più fattori, come abbiamo già anticipato: problemi di autostima, depressione, ecc. a cui si aggiungono esperienze croniche di stress, il circolo che si instaura è quello che pone in relazione al dimagrimento delle ragazze una prima reazione positiva da parte dell'ambiente circostante che applaude e si complimenta con la giovane che è diventata "bella". Questa bellezza acquisita al prezzo di non mangiare però si accompagna di fatto ad un lento scivolamento nella malattia: perdita del sonno, della fame, aritmie cardiache, abbassamento della pressione e della temperatura. Inoltre il 50 per cento delle ragazze pur continuando a perdere peso, continua ad essere insoddisfatta del proprio corpo".

Così spesso all'anorexia si associa anche la bulimia che porta a fare abbuffate spaventose per poi vomita-

re tutto. Ma è possibile guarire da circoli viziosi così pericolosi?

"La terapia è molto delicata, si tratta di far accettare a queste ragazze la possibilità di un aiuto esterno - dice Bauer. - Occorre promuovere una vera e propria rieducazione all'alimentazione, invitarle a mangiare spesso e poco, per dimostrare loro che così il loro disagio fisico piano piano diminuisce".

A sostegno delle famiglie e delle ragazze affette da anoressia e bulimia è nata a Mestre l'associazione "La Rete" che mira a stimolare la risposta dei servizi pubblici rispetto a queste malattie e a coinvolgere direttamente l'opinione pubblica con diverse iniziative di sensibilizzazione.

Una équipe formata dallo psicologo Cesare Rossi dell'Ulss 12 di terraferma, da Lino Busato specializzando e dalle psicologhe Cristina Bua e Veronica Lombardo insieme all'associazione "La Rete" di recente ha realizzato una prima ricerca su 928 studentesse degli istituti superiori di Mestre.

I primi risultati confermano come i rapporti con il proprio corpo sia al centro dell'interesse delle ragazze: il 60 per cento (560 ragazze) infatti si dice preoccupato per il proprio peso, il 27 per cento segue una dieta fai da te. Certamente queste ragazze non sono malate, ma soltanto preoccupate per il proprio corpo, è vero però che è da questa insoddisfazione che può iniziare talvolta, in particolari circostanze, lo scivolamento nella malattia dichiarata.

Dai dati risulta anche che 217 ragazze è in sottopeso e che 103, quasi metà, desidera ancora calare di peso. E ancora 199 ragazze presentano una preoccupazione intensa per il proprio aspetto fisico con atteggiamenti negativi verso l'alimentazione e comportamenti come vomito autoprovocato, diete drastiche, esagerato esercizio fisico, abuso di lassativi, ecc.

Nicoletta Benatelli