

#FUORICLASSE

Disturbi alimentari

«Bisogna parlarne»

Le testimonianze shock di alcuni adolescenti
«Mi giudicavano per il corpo, serve farsi aiutare»



Ho avuto l'aiuto della mia famiglia e della mia migliore amica: sono determinanti



Chi credevo amico era invece chi più mi derideva. Ho superato la fase dolorosa



I commenti dei miei compagni non erano più un problema: li avevo superati



Il corpo morbido era un difetto, che io dovevo assolutamente sistemare

In questi ultimi anni si può notare un incremento di giovani affetti da DCA (Disturbo del Comportamento Alimentare) per quanto riguarda il territorio Italiano. A fronte di ciò ci siamo chieste da cosa provenisse e cosa comportasse questo disturbo.

Spinte dalla curiosità, abbiamo domandato ad alcuni nostri coetanei affetti da questa patologia di raccontarci la loro esperienza, ma nel momento in cui ci siamo interfacciate con loro, siamo rimaste alquanto sorprese dal sapere che nonostante ci legni un rapporto stretto hanno faticato ad aprirsi con noi. Abbiamo intuito che alla base non c'è un problema di fiducia, ma più una visione distorta di se stessi che rende difficile essere obbiettivi, come se fosse un'imperfezione e nessuno dovesse sapere e vedere i propri lati negativi, specie se questi sono ancora delle ferite aperte o delle cicatrici evidenti.

Ci siamo assicurate quindi di metterli il più possibile a loro agio e non ci siamo spinte oltre i loro limiti per non metterli in difficoltà, lasciandoli parlare liberamente.

«I disturbi sono iniziati a causa di battute riferite al mio fisico in sovrappeso all'età di 15-16 anni, ovvero alle superiori, prima non avevo mai avuto problemi riguardo ciò», dice una ragazza di 17 anni che ha superato le difficoltà legate al disturbo dopo aver intrapreso un percorso di 2 anni.

«È stato difficile all'inizio ma sono riuscita a parlarne con i miei genitori che non mi hanno fatto sentire sola e mi hanno subito assistito. Durante il percorso ho avuto al mio fianco anche la mia migliore amica che mi ha aiutato giorno dopo giorno».

Da come possiamo capire la fascia d'età più affetta da questo disordine è quella degli adolescenti: non solo alunni delle superiori o degli ultimi anni di

elementari, ma in particolare delle medie. «Principalmente è colpa della scuola, e soprattutto dei miei compagni di classe. Mi dicevano che ero anoressica e che non avrei mai avuto un ragazzo. Le persone che credevo mie amiche in realtà sono quelle che più mi hanno messo in soggezione e comparavano il mio corpo con il loro», questa è la testimonianza di una ragazzina di 12 anni, che tutt'ora soffre di questo disturbo e che sta seguendo un percorso di cura affiancata da un dietista, a Ferrara, e da uno psicologo dell'ospedale di Bologna "Sant'Orsola".

Un'altra ragazza intervistata, di 18 anni, racconta: «Nonostante i miei sintomi non siano mai sfociati in disturbi veri e propri, la mia alimentazione è stata condizionata dalla visione negativa che avevo di me stessa da quando avevo 8-9 anni. Soprattutto alle elementari, i bambini mi hanno presa di mira perché ero leggermente in sovrappeso, spesso affibbiandomi soprannomi denigratori».

Abbiamo constatato quindi che la maggior parte dei casi in cui un ragazzo inizia a soffrire di DCA, sono dovuti alle opinioni altrui o a commenti detti senza pensare alle conseguenze. E non sempre i giovani vengono compresi, una delle alunne intervistate in particolare si confida con noi dicendoci: «Non mi sento capita. Soprattutto dalla mia famiglia, da mamma e papà in tutte quelle volte che credevano che io fossi solo stanca e capricciosa e invece stavo male».

Molte volte infatti questo disturbo viene percepito più come un capriccio da parte dei genitori che un potenziale problema psicologico, di conseguenza molti ragazzi continuano a commettere gli stessi errori fino a quando questi iniziano a farsi evidenti in modo fisico e a quel punto, i genitori iniziano a prendere provvedi-

menti senza però avere una reale conoscenza sui disturbi psicologici che ne possono derivare.

Anche i social giocano un ruolo importante: noi vediamo solo il lato "migliore" delle persone su internet, e così si rischia di cadere in depressione iniziando a comparare la propria vita con quella degli altri, o in questo caso, il proprio corpo. Al giorno d'oggi abbiamo degli standard di bellezza prestabiliti, e tra questi c'è anche l'immagine del corpo che per essere perfetto "deve" essere magro e tonico, e questo non viene mostrato solo su internet, ma anche in televisione, «Nella mia esperienza, i social non hanno avuto un grande impatto, soprattutto a causa dell'età: all'epoca nessuno aveva ancora un telefono, gli unici modelli di riferimento a cui eravamo esposti erano le modelle in televisione, per esempio la figura di bellezza idealistica "Madre Natura" di "Ciao Darwin"».

La trappola in cui cadono la maggior parte degli adolescenti è il percorso di dimagrimento, in particolare un'altra ragazza, di 19 anni, racconta: «Il mio problema principale non erano i commenti dei miei compagni, perché, dopo anni di depressione e percorsi di cura affiancati da più psicologhe, avevo imparato a non ascoltare più i giudizi negativi altrui, ma il fatto che ormai il mio corpo "morbido" fosse diventato un difetto, che io "dovessi" assolutamente sistemare. Data la mia impazienza, lo dovevo fare il più velocemente possibile, e finii con il digiunare per giorni interi, per poi abbuffarmi di nuovo di cibo, e avere grandi sensi di colpa successivamente. Oppure mangiando un giorno sì e l'altro no, non consumando mai il numero massimo di calorie sufficienti ad aiutarmi a svolgere tutte le mie attività quotidiane».

Dopo averci raccontato ciò



I compagni a scuola mi dicevano anoressica e che nessuno mi voleva



Tutto è iniziato a 15-16 anni alle superiori prima non c'erano stati segnali



Automaini
Maini Orazio srl



Centro assistenza HONDA e PEUGEOT

**REVISIONI AUTOMOBILI
MOTOCICLETTE SCOOTER**

Oltre **20 anni**
di esperienza
e professionalità
Honda e Peugeot

NOLEGGIO AUTO giornaliero e a breve termine

SERVIZIO PNEUMATICI • CENTRO REVISIONI

NUOVO SERVIZIO FILO DIRETTO CON NOI... ATTIVATO



• VENDITA E ASSISTENZA



WHATSAPP 378 3039330 PER QUALSIASI INFORMAZIONE E PER CONTROLLO DIRETTO AVANZAMENTO LAVORI

PONTELAGOSCURO (FE) Via del Bagatto, 37 - Tel. 0532.461634 - markmaini@libero.it - Automaini