



Anche l'arte può aiutare a rappresentare i disturbi alimentari e a mostrare al mondo le difficoltà di chi li affronta

Anoressia, obesità e bulimia nervosa Ma in Italia **si fa poco**

Mancano centri capaci di aiutare gli adolescenti ad affrontare il disagio e a indicare la strada migliore per uscirne

Le cure palliative per migliorare la qualità della vita dei malati inguaribili sono assai diffuse anche se cresce **l'abuso di farmaci**

In Italia sta aumentando il numero di adolescenti che non sanno più distinguere un corpo magro da uno in salute, trascurando ciò che fa realmente bene sia fisicamente che mentalmente. Anoressia, bulimia nervosa e obesità da alimentazione incontrollata rappresentano alcuni dei disturbi del comportamento alimentare più frequenti. Sono caratterizzati da un comportamento disfunzionale riguardo il cibo, una percezione del proprio corpo alterata e una conseguente preoccupazione per il proprio peso e aspetto fisico.

L'apparire magri sembra essere diventata la priorità per il benessere di ragazzi e ragazze, causando conseguenze dannose per i loro organismi ancora in via di sviluppo. Oppure viceversa, i giovani in sovrappeso vengono giudicati costantemente, etichettati come scansafatiche e ridicolizzati soprattutto tra coetanei ancora immaturi.

Spesso queste condizioni sono la conseguenza diretta di disturbi alimentari, i cui fattori scatenanti si rivelano essere fin troppo frequentemente il bullismo, gli insegnamenti di "idoli" sui social - i quali diffondono inconsapevolmente un messaggio positivo sulla pro-ana (promozione dell'anoressia) - la disinformazione, le fake news e le famiglie assenti nelle vite di questi teenagers bisognosi sempre più d'aiuto.

In molte città mancano strutture che supportino la guarigione da questi disturbi: i medici non riescono a gestire le file di pre-adolescenti che aspettano il loro turno a causa dell'inesperienza del personale o per la carenza, se non totale assenza, di operatori sanitari specializzati, aggravando la situazione psicologica, già di per sé fragile, dei giovani pazienti.

Le cure palliative, volte ad incrementare gradualmente la qualità della vita di malati inguaribili, sono il modo più diffuso per cercare di migliorare la condizione delicata dei ragazzi, anche se purtroppo è in costante aumento l'abuso di farmaci volti a contenere l'an-

sia (uno dei sintomi più diffusi). Nonostante ciò, non esiste nessuna ricerca specifica per sostituire questi medicinali con sostanze naturali che comportino meno ripercussioni sull'organismo, in quanto essi funzionano da un punto di vista clinico.

Inoltre, non sono attuabili nemmeno trattamenti che assistano il problema su un piano unicamente psicologico: i disturbi incidono talmente tanto sulla vita del paziente che la terapia è quasi sempre sostenuta dall'assunzione regolare di medicinali, i quali possono, così come tutti i farmaci, influire pesantemente sull'operatività di un individuo nella sua quotidianità, privandolo delle energie per affrontare le proprie giornate. Infatti, la stanchezza è una delle reazioni dell'organismo più comuni alla cura, il quale cerca di ristabilire fisicamente l'equilibrio esistente prima della manifestazione del disturbo alimentare.

È evidente la necessità di prevenire questi comportamenti patologici a partire dalle scuole, in quanto tra noi adolescenti, abituati ad inseguire uno standard sociale di bellezza spesso irraggiungibile, non curarsi dei danni causati ai nostri corpi è all'ordine del giorno. Per rispondere a questa necessità, alcune classi quarte e quinte del nostro istituto, il Luigi Einaudi di Ferrara, ha partecipato ad una collaborazione con due dottori appartenenti all'Asl, Cristina Saletti e Alberto Urru, affinché i giovani imparino a prevenire questi disturbi a partire proprio dal pasto più importante della giornata: la colazione, la quale, purtroppo, tende ad venire trascurata. Inoltre, per l'occasione, gli studenti hanno prodotto delle infografiche con 13 punti essenziali per uno stile di vita sano, basato principalmente su corretta alimentazione, assidua attività sportiva e pratica frequente di hobby che diffondano il benessere tra le nuove generazioni.

Angel Pelizzari
Eleonora Zanardi

© RIPRODUZIONE RISERVATA

ci chiede di consigliare ai ragazzi che vogliono dimagrire o aumentare di peso, di farlo con l'aiuto di un dietista.

Infine, l'ultimo messaggio che vogliamo trasmettere è essere magri non vuol dire per forza essere in forma. Dal momento in cui al nostro corpo diamo le giuste attenzioni, un'equilibrata alimentazione e un po' di movimento, mentalmente ci vedremo al meglio davanti allo specchio. Il corpo funziona come una macchina, va alimentata e soprattutto va fatta manutenzione, in questo caso soprattutto a livello psico-

logico riguardo all'accettazione di sé. È di non ascoltare l'opinione altrui, perché ci saranno sempre persone che ci giudicheranno e che ci detesteranno e che nel mondo siamo 8 miliardi, perciò è impossibile nell'arco di una vita intera non piacere mai a nessuno. Nonostante tutto, alla fine dei conti, la persona più importante per noi, e anche l'unica a cui dovremmo piacere, è se stessi. ●

Lucia Brahusyna
Angel Pelizzari
Sara Atti
Eleonora Zanardi

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Via Otello Putinati, 117/119, 44123 Ferrara (FE)
Tel. 0532 764293 - info@primopiattofe.it

Siamo un laboratorio artigianale e da anni produciamo **la Pasta Fresca** e cuciniamo i **Primi Piatti** da asporto della tradizione ferrarese.

A partire dal 2006, l'attuale proprietà ogni giorno prepara **completamente a mano** le buone ricette della tradizione tramandate dalle nonne, utilizzando **materie prime di qualità** provenienti principalmente dal nostro territorio. I nostri prodotti sono venduti sia al **dettaglio**, che ai **clienti professionali**, come: ristoranti, hotel, panifici e gastronomie. Su ordinazione **realizziamo menù completi e buffet** per le tue cene di famiglia e le tue feste.