I PROBLEMI SOCIALI

Disturbi alimentari, casi in aumento “Bisogna intervenire rapidamente”

Scende vertiginosamente l’età in cui si manifestano i sintomi: i primi fenomeni già a 12 anni

SILVIA CAMPESE
SAVONA

Qualche ragazza si è avvicinata al banchetto per ritirare i dépliant informativi, senza dire una parola. Una coppia ha chiesto informazioni per la figlia, mentre un gruppetto di studenti ha preso i contatti per un'amica. Il mondo dei disturbi alimentari, anoressia e bulimia, fa ancora paura e, per molti, resta un ambito difficile da comprendere.

Tante le richieste di informazioni nel punto allestito in piazza Sisto IV

Per questo motivo, ieri il gazebo informativo in piazza Sisto IV, a cura di Asl Savonese, dell’associazione Food for mind e del Comune di Savona, ha richiamato decine di persone che, in anonimato, hanno potuto chiedere informazioni e, in alcuni casi, chiedere aiuto.

I dati sono preoccupanti: nella provincia di Savona, dopo il Covid e il lockdown, i casi di accesso ai servizi pubblici per il contrasto ai disturbi alimentari hanno fatto registrare un aumento del 40 per cento. La struttura di Asl 2 ha in carico 250 casi e i dieci posti letto nel Centro regionale di Pietra Ligure, esauriti in modo costante. «Abbiamo registrato un forte interesse, nell’arco della mattinata, da parte di un’utenza varia: giovani ma anche tanti adulti - spiega Laura Ebbli, dietista, che, con Emanuela Costantini, psicoterapeuta, Gloria Ghiazza, operatrice sanitaria, e Martina Lerotti, chinesiologa, costituiscono il team savonese dell’associazione Food for mind -. Si tratta di un tema complesso, dove un intervento tempestivo può essere fondamentale per ridurre i rischi e raggiungere una piena guarigione. L’età, in cui i disturbi si manifestano, è sempre più bassa: già dai 12 anni».

Ebbli, dietista: agendo presto si riducono i rischi ed è possibile la piena guarigione

Per la famiglia è difficile stare accanto a una figlia o un figlio che rifiutino il cibo. Dietro al sintomo dell’alimentazione, però, si cela un universo. «Si tratta di forme di disagio psichico - ha spiegato Pier Fabrizio Cerro, direttore del Centro regionale per i disturbi del comportamento alimentare di Asl 2, a Pietra Ligure -, disturbi dell’identità. Benchè, in apparenza, gli atteggiamenti dei giovani dicano il contrario, si tratta di ragazzi e ragazze che chiedono aiuto e che vorrebbero essere desiderati dagli altri attraverso un corpo. In crescita la diffusione del disturbo anche tra i maschi: si tratta di un caso su dieci. Oggi, con le cure adeguate, si arriva sino al 70 per cento delle guarigioni, anche se la mortalità resta alta: arriva al 5 per cento».

Fondamentale l’informazione. «Abbiamo volute essere qui - dice Riccardo Viaggi, assessore al Sociale del Comune di Savona - perché è importante contribuire alla diffusione degli strumenti informativi. La piazza è l’occasione perché l'utenza possa farsi avanti, anche in modo anonimo». Food for mind organizza, ogni mercoledì, incontri gratuiti con familiari o con i diretti interessati per fornire indicazioni e suggerimenti.

«Svolgiamo, da anni, incontri nelle scuole - spiega Laura Ebbli -. Le domande dei ragazzi sono profondamente cambiate: un tempo gli studenti si informavano sulla corretta nutrizione. Oggi si informano sui disturbi dell’alimentazione e, spesso, evidenziano un disagio già presente chiedendo come si possa gestire l’istinto della fame. Un ambito su cui c’è molto da lavorare».—

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Foto di gruppo ieri davanti al gazebo in piazza Sisto IV

40%
La quota di casi in più nell’Asl 2 registrati dopo il Covid e il lockdown

250
I casi in cura nella struttura dell’Asl Savonese che si occupa del problema

10
I posti letto nel Centro regionale di Pietra Ligure, esauriti in modo costante

FULVIA MAGGIOLO Libera professionista

“Ricordo che scoppiai a piangere quando il mio ragazzo si presentò con frappè e bignè alla crema”

LA STORIA / 1

Fulvia Maggiolo

«Ricordo che, un giorno, il mio fidanzato, per invogliarmi a mangiare, è arrivato sorridente da me con un frappé e un bignè alla crema: sono scoppiata a piangere. È difficile spiegare, a chi sia lontano da questo mondo, che cosa accada nella nostra testa». A raccontare la propria storia è Fulvia Maggiolo, 31 anni, libera professionista. Sa bene, Fulvia, quanto sia complicato far capire ai genitori, agli amici, anche al fidanzato, che il cibo e le calorie possono diventare i nemici assoluti, da cui stare lontani.

Oggi la ragazza sta affrontando un percorso psicologico che la sta aiutando a ritornare a una vita normale, ma la strada è complessa e costellata di momenti di fragilità, in cui è necessario appoggiarsi a esperti per farsi aiutare.

«Sin da ragazzina – dice - ho avuto un rapporto complicato con il cibo. Spesso mi lasciavo andare alle abbuffate per poi, magari, non mangiare il giorno successivo. Quattro anni fa ho iniziato una dieta e ho scaricato una app per contare le calorie. In poco tempo la situazione è sfuggita di mano: ho iniziato eliminando l’olio dal soffritto e tutti i condimenti per arrivare a non mangiare quasi nulla. In contemporanea mi sono allontanata da chi mi stava vicino rifiutando i momenti aggregativi: non andavo a fare l’aperitivo con le amiche o a mangiare la pizza con la compagnia. Rifiutavo persino di uscire a cena con il mio fidanzato o con i miei genitori per evitare di sgarrare rispetto a una dieta rigida, su cui mi ero fissata e per me fondamentale». Un giorno, in uno studio medico in occasione di un massaggio posturale, Fulvia si è aperta con la dottoressa. «Ho raccontato cosa stavo vivendo e la dottoressa mi ha consigliato di intraprendere un percorso con una dietista e con una psicologa – racconta-. Sono ancora in cura, ma le cose vanno meglio. Sto cercando di superare le barriere mentali che mi impediscono di condividere una cena con gli amici. Non è sempre facile: scatta, a volte, un senso di colpa fortissimo quando, ad esempio, mangio un dessert o supero i limiti che mi ero prefissata. Sento, tuttavia, di essere in un momento decisivo e di stare molto meglio: è importante avere un supporto per non mollare e per non sentirmi sola. Ma so quello che voglio e non intendo più rinunciare alla vita». —

S.C.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

ANNA FRANCERI Scrive fiabe

“Tutto iniziò a tredici anni: solo magra mi sentivo perfetta e avevo smesso di mangiare”

LA STORIA / 2

Anna Franceri

Sognavo la perfezione, che per me coincideva con la magrezza assoluta. Ma non era mai abbastanza: lo specchio non mi restituiva un’immagine adeguata». Anna Franceri, 23 anni, racconta la propria storia con coraggio. «Avevo 13 anni quando tutto è iniziato – dice-. Prima l’autolesionismo: mi tagliavo con una lametta le braccia. Era un modo per sentire di avere il controllo sul mio corpo, attraverso il dolore. Poi mi sono concentrata su una dieta: ho iniziato a ridurre il cibo sino a non nutrirmi più. Bevevo acqua con un po’ di miele sciolto, ricordo la rabbia che provavo nell’ingerire le calorie del miele. Nonostante non toccassi cibo, mi inducevo il vomito per perdere qualche grammo in più».

La situazione diviene pericolosa dal punto di vista medico, tanto da imporre l’immediato ricovero con nutrimento forzato. Dopo le dimissioni dall’ospedale, arriva una nuova crisi. «Ho ripreso con l'autolesionismo provocandomi bruciature sul corpo – dice- e proseguendo con la totale astensione dal cibo. Mi sentivo potente: non mi accorgevo di stare male. Non capivo la preoccupazione dei miei genitori: litigavo con loro».

Un nuovo ricovero di sei mesi aiuta Anna a superare la fase critica. «È stato molto difficile – dice-. L’avere ripreso a nutrirmi ha permesso anche al mio cervello di funzionare meglio: il dimagrimento incide in modo pesante su tutto il corpo e anche sulla qualità dei pensieri. Perdevo i capelli, ma anche i pensieri volavano via. Ho intrapreso un percorso psicologico su me stessa, che sto proseguendo ancora oggi. Ci sono momenti più difficili, in cui la tentazione di ridurre il cibo si presenta ancora, ma riesco a controllarmi. Ho capito tante cose: la più importante è la consapevolezza di quanto sia bello vivere». Anna, oggi, ha un lavoro, un fidanzato e ama la scrittura. «Scrivo favole e, insieme a un’amica che fa l’illustratrice, speriamo di poterle pubblicare». E aggiunge: «Sono tornata nella scuola, dove ho studiato, alle superiori, per parlare ai ragazzi dei disturbi dell’alimentazione. Ho provato un morso allo stomaco, perché erano le stesse aule dove ho subito il bullismo dai miei compagni. Poi ho visto i volti di tanti ragazzi che mi ascoltavano, alcuni spaventati riconoscendosi nei miei racconti. Mi sono sentita meglio e ho capito che l’incubo è ormai lontano». —

© RIPRODUZIONE RISERVATA