

ADOLESCENZA L'ALLARME CIBO

“Mi chiamano ciccione, non mangio più”

L'anoressia non è più un dramma solo femminile
Fabrizio, 17 anni: voglio essere come i miei amici

La storia

DANIELA DANIELE
ROMA

I dati del ministero
«Un malato su dieci
è maschio»

Accetto di raccontare la sua storia soltanto perché credo possa servire ad altri genitori». La voce ha toni che vanno dal dolente al seccato. «Una parte di me rifiuta di parlarne, ma allo stesso tempo credo che affrontare l'argomento sia anche un dovere civico». E' la mamma di Fabrizio, 17 anni, che ripercorre il calvario del figlio. Un figlio anoressico.

Tutto incomincia nel modo più banale: un'acne a 14 anni. Qualcosa che tormenta milioni di adolescenti, in precarie condizioni di equilibrio circa il proprio aspetto fisico. «Una forte acne - racconta la mamma -, che l'aveva colpito non soltanto al viso, ma anche alla schiena, gli crea uno scompenso psicologico, una grave invalidazione, un pesante senso di disagio». Fabrizio si chiude sempre di più, si accentua la sua timidezza, non vuole farsi vedere, giudicare. Si vede brutto. E' sempre più timoroso. «Forse - continua la donna -, in gran parte anche per colpa mia: io sono molto ansiosa con questo mio figlio unico...».

Nello stesso periodo, per compensare la frustrazione, il ragazzo incomincia a mangiare in modo compulsivo, a buttarsi letteralmente sul cibo. E' disordinato negli orari e ingozza quanto trova: arriva a pesare 80 chili, per un'altezza di un metro e settanta. Il disordine alimentare fa, così, la sua prima comparsa. Il pediatra rassicura i genitori: è vero che, in genere, si ingrassa in età prepuberale, ma nei maschi può essere solito vedere che in quest'età «sono ancora dei puponi, un po' cicciettelli». Poi, d'improvviso, verso i 16-17 anni si snelliscono e incominciano a entrare nella fase adulta.

Il giovane, che oggi frequenta il liceo scientifico, incomincia però a subire i motteggi dei compagni e delle compagne. «Come sei ciccione...». I ragazzi sanno essere taglienti e crudeli con i loro coetanei, e non solo. Fabrizio soffre. Soffre in silenzio, ritirandosi sempre di più nel suo mondo. «Stimolato dal timore di essere continuamente bersaglio di giudizi poco gratificanti, mio figlio incomincia a ridurre, a poco a poco, il cibo. A regolarsi, anche perché io gli stavo più attenta. Dapprima mangia le stesse cose, ma a dosi inferiori. Poi, con il tempo, diventa ogni giorno sempre più selettivo: «oggi voglio solo carne», poi,

quando gliela metto a tavola, la taglia in pezzetti minuscoli e ne lascia gran parte nel piatto. In seguito, rifiuta con maggior frequenza di mangiare». Ma dimagrisce gradatamente. All'apparenza è migliorato. Fa sport, nuota. E, con tutta probabilità, in classe, tra i compagni, stanno aumentando le sue chances. «Adesso sei più normale...come sei dimagrito...». Tutto questo lo induce a continuare per la strada intrapresa, per «sentirsi sempre meglio».

Restringe talmente tanto l'alimentazione che in due anni perde trenta chili. E il suo comportamento diventa sempre più selettivo e macchinoso nei confronti del cibo. Si chiude in se stesso una volta di più. «Fatti gli affari tuoi - rimbecca la madre -, non stare a controllarmi di continuo». Diventa selettivo anche con le amicizie. Frequenta pochissimi coetanei. Non esce.

Poi, la crisi acuta. Fabrizio, è storia di un anno fa, pesa ormai 49 chili. Una mattina, ha un collasso e sviene in classe. Lo soccorrono e l'evidenza della situazione spinge genitori e pro-

fessori a chiedersi se non sia il caso di ricorrere a un esperto. Fino a quel momento, tutti hanno pensato che si trattasse di un periodo passeggero, legato alle crisi dell'adolescenza, al dimagrimento tipico dell'età. Tanto più che era avvenuto in modo graduale, nel volgere di due anni.

Ma quando Fabrizio e i suoi genitori si rivolgono al professor Michele Campanelli, del Cidap (Centro italiano disturbi alimentari psicogeni) il disagio prende un nome preciso: anoressia mentale. E ancora oggi la terapia continua. «Adesso - assicura la mamma - Fabrizio si sta riprendendo. Ora pesa 51 chili e sta

regolando la sua alimentazione. La cosa più difficile è stato cercare di fargli capire che il problema che stava vivendo era qualcosa che aveva un nome e per la quale doveva essere aiutato. Lui non se ne rendeva assolutamente conto».

E alla domanda: crede che frequentasse siti di anoressici?, risponde: «Ne sono certa, ma lui non l'ha mai ammesso».

30 chili persi in due anni

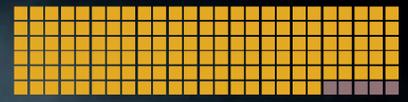
Fabrizio era arrivato a pesare 49 chili dagli ottanta iniziali, oltre trenta chili in meno in due anni

La madre «Racconto la sua storia solo perché spero sia utile anche ad altri genitori disperati»

I disturbi alimentari



RAGAZZE
2,2
milioni



il 30% accetta di curarsi

AUMENTO ANNUALE
(casi per 100.000 abitanti)

Anoressia



Bulimia



I consigli sul Web: come morire di fame

I siti sono 300 mila
Le «guru» insegnano
come ingannare
genitori e amici

ANDREA ROSSI
TORINO

Il benvenuto lampeggia sull'home page e suona come una minaccia per chi entra. «Ciò che mi nutre mi distrugge». La prima schermata irrobustisce l'impatto: «Non mangiare. Se vuoi vedere del cibo, guarda nello specchio le tue cosce. Ricordati: tu sei quello che mangi e un corpo imperfetto, riflette una persona imperfetta». Quelle che Princess Paris scrive sul suo blog sono regole ferree, ineludibili. Un'intimidazione, o quasi. Seguita da un messaggio suadente: «Io ci sono sempre. Vi leggo e sono pronta a darvi consigli. Non vi mollo, sono a disposizione per qualunque domanda. Coraggio, fatevi avanti». Si fanno avanti. E chiedono aiuto: «Ieri non ho saputo resistere, che vergogna - scrive Sixy -. Princess, per andare bene quante calorie dovremmo assumere più o meno al giorno per avere una dieta «ana» per-



fetta?». Segue un'altra raffica di parole d'ordine, come se fosse una terapia intensiva. Fatta di ruvidezze per far montare il senso di colpa e raggiungere l'obiettivo. «Devi sempre stare alerta. Se non sei magra non sei attraente. Non puoi mangiare senza sentirti colpevole».

Eccolo il calvario quotidiano di tutte le «ana», che sulla rete sta per anoressiche. Quelle che si mascherano dietro uno pseudonimo e si raccontano come fare a pezzi un corpo, portarlo fin sull'orlo dello sfinimento. Nemi-

che giurate di «mia», che invece sta per bulimia. Sono tante. Come molti sono i siti e soprattutto i blog su cui si confrontano: 300 mila, in Italia, secondo il censimento dello psichiatra torinese Antonio Fassino.

Si scambiano consigli su come vomitare senza pena, come eludere la fame e ingannare genitori e amici. Il blog diventa un confessionale collettivo. «Ragazze, non ce la faccio più. Sono diventata «mia» e voglio tornare «ana». Datemi una mano». Skyla invoca soccorso e le altre si precipitano.

Uno dei blog

Li si possono trovare indicazioni su come resistere alla fame e soprattutto su come ingannare i familiari

In una manciata di minuti snocciola il decalogo: «Bevi un bicchiere d'acqua ogni ora, ti farà sentire piena - consiglia Anonimous -. E soprattutto bevi acqua gelata. Il tuo corpo brucerà calorie per portarla a una temperatura adatta». Anche Gewin ha i suoi accorgimenti: «Mangia ghiaccioli o chewing-gum. Questo farà credere al tuo corpo che sta ricevendo cibo. Fai aerobica finché non senti che stai per svenire. E non usare lassativi, non servono. Se proprio stai per cedere, pulisci qualcosa di stomachevole, tipo la lettiera del gatto. Dopo non avrai più fame».

Se la tentazione diventa irresistibile - e il sacrilegio si consuma - non c'è alternativa. Bisogna espellere subito. E allora i blog riversano anche tutti i segreti per vomitare senza essere scoperti. Artemide ne elenca un bel po': «Non cacciarti le dita in gola, ti si corrodono le unghie. Usa uno spazzolino. E legati i capelli: eventuali tracce sono per gli altri un segnale inequivocabile di quello che fai. Tira lo sciacquone almeno due volte e apri la finestra. Apri la doccia, in modo da attutire gli eventuali rumori». E ancora: «Non mangiare né bere niente di rosso: può capitare di vomitare sangue, ed è meglio accorgersene subito».

L'acne «È cominciato tutto da lì, si vedeva brutto e ha iniziato a ingozzarsi ingrassando molto»

I compagni di scuola «Era il periodo delle offese in classe e smise di sedersi a tavola con noi»

Lo choc «Un giorno è svenuto e solo allora ci siamo accorti di quanto stava accadendo»

Gonfiare i muscoli svuotando lo stomaco



Il fenomeno della «big-orexia»: palestra, digiuno e farmaci

ROMA

Ragazzi di vetro. Fragili nel corpo, con la psiche sull'orlo dell'abisso. Sono sempre più numerosi e se prima l'ossessione si consumava in solitari mondi di autolesionismo, ora, con internet, si è trasformata quasi in un credo religioso che

attrae e unisce queste creature in una sola, sconvolgente, parola d'ordine: anoressico è bello. Il ministero della Salute (Livia Turco) e quello delle Politiche giovanili (Giovanna Melandri) hanno previsto un milione di euro per dare avvio a un progetto che contrasti il fenomeno. Studi epidemiologici internazionali, riferiscono un aumento dell'incidenza di disturbi alimentari nella fascia femminile tra i 12 e 25 anni nei Paesi occidentali, Italia compresa, con un'età di esordio tra i 10 e i 30 anni, e una media di insorgenza intorno ai 17.

Il disturbo, secondo gli

esperti, sta crescendo tra i maschi, ma per loro assume una connotazione diversa, tanto che è stata coniata una definizione ad hoc: big-orexia, ovvero l'ossessione per una muscolatura perfetta e imponente, sullo stile Big Jim, per ottenere la quale sempre più giovani si sottopongono a ore e ore di palestra, digiuni prolungati e assunzioni di farmaci. Risultato: diventano anoressici.

«L'incidenza di anoressia e bulimia è in forte crescita anche tra i maschi - dice la coordinatrice del progetto, Laura Della Ragione - e si calcola che, su 2 milioni di italiani che soffrono

di disturbi del comportamento alimentare, il 10 per cento sia rappresentato da maschi».

«Ci si accorge dell'anoressia nelle femmine perché è più facile - osserva la psicologa Maria Rita Parsi -: perdono le forme e il ciclo mensile. Nei maschi è più difficile individuarla. Comunque, maschi e femmine, con il rifiuto del cibo hanno sempre sottolineato problemi di comunicazione all'interno della famiglia. Non voler crescere, rappresenta un fortissimo disagio affettivo in questi giovani che, con il cibo, respingono un mondo che li disgusta profondamente». [D. DAN.]



Partners - LA STAMPA

«Avevo un mese e rifiutai il latte»

3 domande a
Giuliano
51 anni

Giuliano, 51 anni, insegnante di matematica, laureando in filosofia, anoressico dalla nascita. Com'è possibile?

«Avevo un mese e già non volevo mangiare. Forse perché in conflitto con un fratellino di 3 anni e mezzo».

E quando è cresciuto?

«Sono stato vessato da mia madre. Lei contava fino a tre poi, se non mangiavo, mi prendeva a botte. Ricordo benissimo: ero sul seggiolone e guardavo in tv dei bimbi che mangiavano minestrina. Vomitai. Mia madre mi diede una gran sberla sulla testa, spingendomi sul mio stesso vomito e costringendomi a mangiarlo. Ricordo ancora il rumore del cuc-



chiaio sui denti...».

E' ancora anoressico, oppure è guarito?

«La situazione per me migliorò quando fui mandato in Inghilterra a studiare. Avevo 17 anni. Incominciai a mangiare di gusto mio. Ma ancora adesso le cose non sono perfettamente a posto, anche perché sto tentando di riprendermi da un divorzio che non volevo. Comunque, anche ora se mi trovo a tavola con altre persone mangio con molta lentezza e non riesco a fermare la mia attenzione sul cibo. Credo di aver avuto pesanti carenze affettive». [D. DAN.]