

Disturbi alimentari, allarme rosso In Italia un bimbo su tre pesa troppo

Il 30,6% deve dimagrire. Anoressia: 8.500 casi l'anno. Trappola web

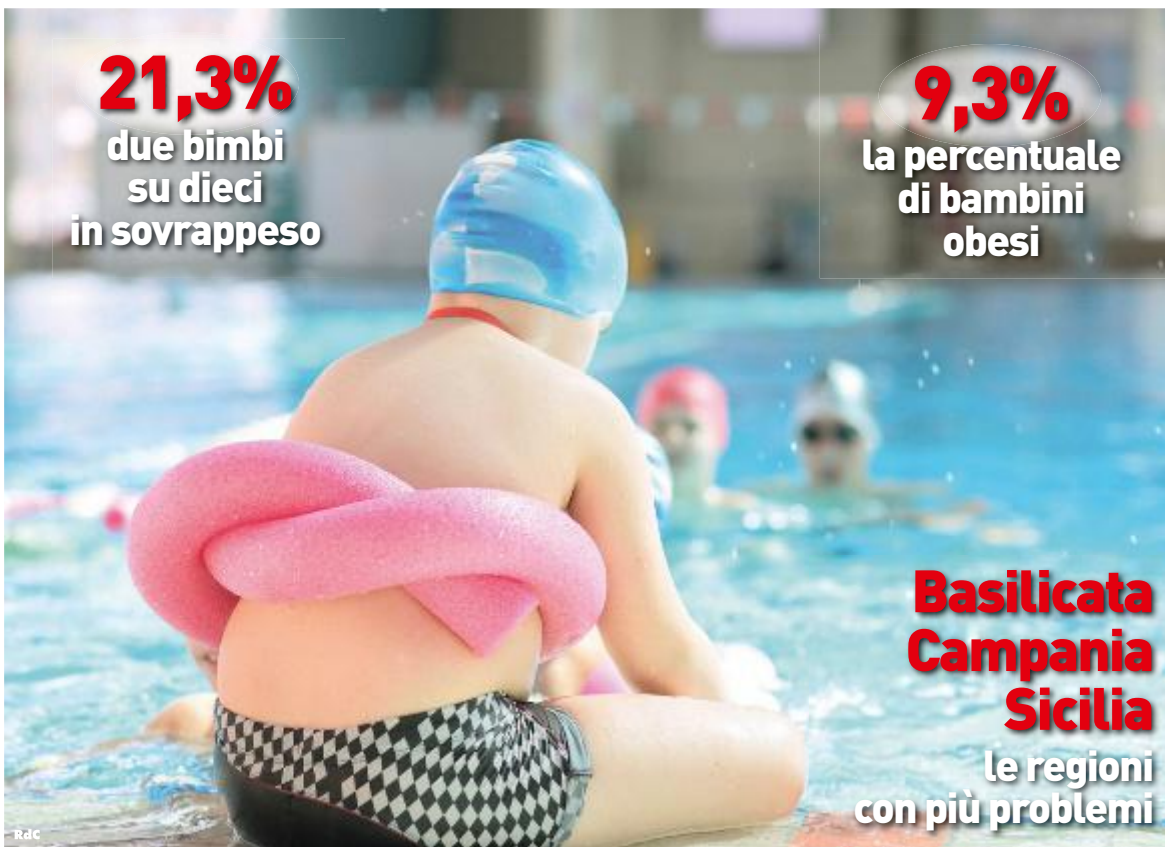


di VERONICA
PASSERI

ROMA

DIGIUNO, lassativi, pugni nello stomaco per reprimere i morsi della fame, un bicchiere di acqua ghiacciata ogni ora per sentirsi pieni. Di tutto, fino in fondo, per dimagrire. Sempre di più, per essere belle (o belli) da morire. Ma si muore davvero. L'anoressia e la bulimia sono un tunnel buio nel quale si perdono centinaia di ragazze e ragazzi, ma in fondo, con gli opportuni percorsi terapeutici, si intravede la via d'uscita. Sempre più giovani: fino a qualche anno fa i primi segnali di disagio si manifestavano verso i 12 anni, ora l'età è scesa anche a 9-10 anni. E c'è anche l'altra faccia della medaglia: mai come oggi i bambini e i ragazzi del mondo sono stati così obesi.

SUL FRONTE dei disturbi alimentari i Social media giocano un ruolo, nel bene come nel male. Se è vero che esiste una App con assistenza e suggerimenti da parte di uno staff di esperti - Sc(Hi)accia-DCA, l'applicazione creata dal Centro per la diagnosi e la cura dei disturbi del comportamento alimentare di Bergamo che ha totalizzato in 8 mesi oltre 2 mila download - il mondo di internet ha molti sentieri oscuri. Come i gruppi WhatsApp pro Ana (diminutivo di anoressia), dove si arriva attraverso vari siti internet. E qui ragazze e ragazzini vengono istigati ad arrivare a pesare anche meno di 40 chili. Chi non rispetta i *comandamenti* di Ana, secondo cui ogni caloria ingerita deve essere consumata con l'esercizio fisico,



viene invitato a punirsi, a flagellarsi, vomitando fino a farsi male. Così anoressia e bulimia sconfinano nell'autolesionismo.

I DISTURBI del comportamento alimentare, prima causa di morte nei giovani subito dopo gli incidenti, sono spesso collegati a problemi psicologici, tra cui depressione e tentato suicidio. È una spirale nella quale cadono, secondo i dati dei primi sei mesi del 2017, tre milioni di italiani, di cui 2,3 milioni sono adolescenti. Secondo l'*Academy of Eating Disorders* sono 8.500 ogni anno i nuovi casi di anoressia e bulimia in Italia, per il 95% si tratta di donne,

DATI INQUIETANTI Il rapporto malato col cibo è la seconda causa di morte tra i giovani dopo gli incidenti

ma il fenomeno è in crescita anche tra gli uomini. In genere si manifesta tra i 12 e i 17 anni, ma l'esordio è sempre più precoce, anche alle elementari. Secondo una recente indagine della Società Italiana di Pediatria condotta su un campione di diecimila adolescenti, il 28% si vede in sovrappeso, ma solo l'11,7% lo è effettivamente. «Attraverso magrezza e restri-

zioni alimentari - spiega Marta Scoppetta, psichiatra e psicoterapeuta consulente del Percorso obesità alla Fondazione Policlinico Gemelli di Roma - l'adolescente che si ammala di anoressia urla la sua disperazione, l'angoscia di non essere in grado di arrivare all'età adulta e implora di essere visto ed aiutato. Un percorso di cure adeguate - assicura - permette di curare le insicurezze e le fragilità che hanno portato ad ammalarsi, fino a tornare a vivere, spesso meglio di prima». Il cibo diventa un nemico quando è troppo e in occasione della giornata mondiale per la lotta all'obesità, che si



Digiuno

La macabra chat delle anoressiche: «Morirai in fretta»

Un gruppo chiuso #pro-ana sui social media lancia la macabra sfida a chi resiste di più senza mangiare con «consigli per morire più in fretta». Sono i folli precetti che gli adolescenti si danno per appartenere alla setta degli anoressici: ragazzi magri emaciati, ragazze malate che attirano altre sventurate nello stesso girone dal quale sarà difficile uscire. Occorre però rispettare i comandamenti, come mandare al diavolo i genitori con i loro dubbi e le loro apprensioni

celebra oggi, uno studio condotto insieme agli esperti dell'Oms ha lanciato l'allarme. L'obesità giovanile è aumentata di oltre 10 volte: si è passati da 5 milioni di obese nel 1975 a 50 milioni nel 2016, da 6 milioni di maschi obesi a 74 milioni; nel 2022 ci sarà un giro di boa, si entrerà in un mondo popolato più da giovani (5-19 anni) obesi che da coetanei sottopeso (che pure continuano a dominare i paesi più poveri del mondo).

IN ITALIA secondo un'indagine coordinata dall'Istituto superiore di sanità la percentuale di bambini chiaramente obesi di età compresa tra i 6 e i 10 anni è del 9,3% (nel 2008 era del 12%), quelli in sovrappeso sono il 21,3%. Quasi un bambino su tre (30,6%) pesa comunque troppo e deve calare. La vita sedentaria colpisce anche i più piccoli se è vero che il 23,5% dei bambini svolge giochi di movimento solo 1 giorno a settimana, il 33,8% dei bambini svolge attività fisica strutturata non più di un giorno a settimana, mentre solo un bambino su quattro si reca a scuola a piedi o in bicicletta.

L'INTERVISTA LA SPECIALISTA CHE CURA I CASI DISPERATI: «TROPPI ABUSI CHE RISCHIANO DI SFOCIARE NEL BULLISMO»

«Magri e grassi, il culto del corpo manda in crisi i giovani»

Alessandro Malpelo

ROMA

«**IL CIBO** è ormai un nemico per milioni di persone, sia nel senso delle privazioni, sia nel senso degli abusi, due estremi di un filo conduttore comune». Laura Dalla Ragione, psichiatra psicoterapeuta, dirige la Rete disturbi del comportamento alimentare dell'Usl 1 dell'Umbria e il Numero Verde nazionale.

Dottoressa, perché siamo sempre più assillati da quello che mangiamo?

«Perché cresce l'offerta di cibo in questa parte del mondo. L'abbondanza da una parte, i modelli di magrezza dall'altra. L'obesità è un problema enorme, viene subito dopo il cancro nelle statistiche, è legata alle sindromi metaboliche e al diabete. L'Italia è al primo posto in Europa per obesità infantile, abbiamo superato la Grecia e la Spagna».

L'Obesity Day la definisce una epidemia

ma fino a che punto ci siamo spinti?

«Al punto che in Italia abbiamo i bambini più grassi d'Europa, con alcune regioni come la Basilicata, la Puglia e la Campania che hanno tassi del 35% di obesità infantile».

E un bambino robusto rischia di essere ancora più grasso da adulto?

«Ovvio, lo dicono le statistiche, ma l'obesità è anche un problema psicologico in questa società moderna che vuole tutti belli e magri. I soggetti obesi sono più spesso vittime di bullismo in età infantile e adolescenziale».

Perché il cibo è diventato un nemico e si esaltano gli eccessi?

«Perché è facile ritrovarsi e sostenersi a vicenda, come accade con l'anoressia».

Che cosa fanno le ragazze anoressiche?

«Sono vittime di un fenomeno inquietante del nostro tempo, i forum segreti dove ragazze malate convincono altre coetanee a seguirle nel loro stile di vita. Come se fosse una scelta, invece sappiamo che è una malattia».

Gruppi che spingono a dimagrire fino alla morte per digiuno prolungato?

«Purtroppo. Sono pericolosi e dobbiamo fermarli. L'anoressia è seconda causa di morte tra 17 e 25 anni dopo incidenti d'auto, si muore per una somma di danni fisici, per l'osteoporosi. Quei siti ti consigliano cose del tipo bere aceto, farti passare la fame e vomitare. Sono come sette dalle quali non è facile uscire. Istigano anche a ribellarsi ai genitori».

Nel suo ambulatorio vede disturbi alimentari di tutti i tipi. Quanti sovrappeso?

«Cifre da epidemia. Città della Pieve è uno dei pochi centri che riceve casi da tutta Italia».

Cosa fate per aiutarli?

«Lavoriamo con la famiglia per promuovere la riconciliazione dell'adolescente verso il cibo e nei confronti del corpo. Evitando regimi dietetici irragionevoli o drastici, quelli che fanno perdere peso con effetto yo-yo, e alla fine ti ritrovi che sei più grosso di prima».



PSICHIATRA Laura Dalla Ragione