

Anoressia ai tempi di Instagram

E' attraverso i social che oggi, più che mai, si propaga il canone estetico del corpo filiforme, con numeri ormai da pandemia sociale



È una giornata di primavera fuori dal Policlinico di Tor Vergata a Roma. Ma Patrizia, 22 anni, un metro e 55 per 35 chili è avvolta in tre maglioni. Ha freddo. I capelli sono corti. Se li è strappati quando stava troppo male e ora continuano a caderle: *«All'inizio mi sentivo forte, onnipotente, migliore degli altri. Riuscivo finalmente a tenere tutto sotto controllo»* racconta. *«Avevo perso quindici chili eppure allo specchio continuavo a vedere le gambe enormi, i fianchi larghi. E poi guardavo su Instagram le foto di ragazze filiformi. Mi saliva l'ansia e ancora oggi sento che quelle immagini m'influenzano. Lei ci è riuscita, mi dico, invece io non sono stata abbastanza brava ad arrivare a quel punto»*. Un punto di non ritorno, l'**anoressia**.

Tre milioni di persone in Italia soffrono di disturbi alimentari. Il 95 per cento sono donne e la fascia più colpita è quella dell'adolescenza. Nel mondo sono 70 milioni, un numero spaventoso e in crescita. Nella loro testa una voce ripete che il cibo è sporco, contamina, se mangi ti devi vergognare, devi vomitare e poi punirti. Patrizia si tagliava e si bruciava con le sigarette. *«Ero riuscita a recuperare un po' di peso»* continua *«poi un giorno comprai una gonna, una "small" e mi stava stretta. Sono crollata. Volevo arrivare a 32 chili, per me era la perfezione»*. Con quel peso, dicono gli esperti, senti solo un freddo atroce anche ad agosto, la pelle si spacca, le ginocchia non ti reggono, il ciclo mestruale sparisce.

«Mi hanno portato ragazze ridotte così, in sedia a rotelle perché non riuscivano più a camminare» spiega lo psicoterapeuta Giorgio Nardone, fondatore del Centro di Terapia Strategica di Arezzo, 30 anni di attività, 25 mila casi trattati con successo e un libro, scritto con la collega Elisa Valteroni, che ha fatto scuola (L'anoressia giovanile, Ponte alle Grazie). *«Oggi non è più un'epidemia, ma una pandemia. È la seconda causa di morte per i ragazzi dai 15 ai 24 anni, dopo gli incidenti stradali. E circa il 15 per cento di chi si ammala non ce la fa a uscirne»*. È la malattia delle società opulente. E oltre ai dati ufficiali c'è un sommerso di cui nessuno parla.

«Non esiste una causa sola» aggiunge lo psicoterapeuta, *«certo la moda propone un modello scellerato: taglie sempre più piccole e unisex. Così è cresciuto il numero dei maschi che ne*

soffrono, ora sono quasi il dieci per cento. Colpiti soprattutto dalla vigoressia, ossia la dipendenza patologica dall'esercizio fisico e dall'ortoressia, l'ossessione per il cibo sano».

Sui social basta scrivere: #meanspo, #thinspo, #thighgap #thininspiration, #ana per trovarsi davanti una galleria degli orrori. Ragazze che si fotografano orgogliose delle loro gambe scheletriche, graziosi mucchietti di ossa dove si contano le costole. Scrivono: «*Voglio essere skinny*», «*Oggi ho mangiato solo 36 calorie, corso per un'ora, fatto gli addominali*», «*Ana (così chiamano la loro patologia) è la mia unica amica. Lei non mi abbandonerà mai*».

Le influencer più seguite come Chiara Ferragni, Emily Ratajkowski, Chiara Nasti, Chiara Biasi sono i nuovi idoli. «*Ammazzerei per avere un fisico come la Biasi*» ha dichiarato Valentina Dallari, ex tronista scivolata nella malattia per accontentare i suoi followers.

Secondo lo psicoterapeuta Stefano Lagona: «*I social amplificano. Prima c'erano i blog pro-ana e pro-mia (pro anoressia e bulimia), ma erano vissuti in modo quasi clandestino. Oggi quel mondo si è spostato sulle chat di WhatsApp e sul social più usato dai giovani: Instagram. C'è il gusto di mostrare, il premio è nello sguardo dell'altro. I like rafforzano il sintomo*».

Valentina Coco è stata tra le prime fashion blogger italiane e conosce il problema: «*Siamo invasi da micro influencer. Milioni di giovanissime disposte a tutto pur di emergere. C'è da promuovere il beverone per non mangiare? Io dico di no, loro non si tirano indietro. Non pensano al messaggio che mandano, per un seguace in più farebbero qualsiasi cosa. E naturalmente sono tutte magrissime: è la moda che le vuole così*».

Greta, 15 anni, da Genova racconta: «*L'influenza dei social è davvero forte. Non aiutano le star del web che condividono foto dove mettono in risalto le ossa sporgenti. Non sai mai chi c'è dietro allo schermo e quale reazione può avere*». Un anno e mezzo d'inferno per l'adolescente ligure, un ricovero che ancora continua: «*Non solo ho perso 12 chili, ma una parte di me. Tutto è iniziato in terza media: ero la bruttina con l'apparecchio e pochi amici. Ho iniziato a odiarmi. Desideravo solo scomparire*». Quando è arrivata al liceo ha deciso di diventare «perfetta»: «*Dovevo cambiare aspetto fisico, le mie cosce e la pancia mi sembravano così grandi. La testa mi diceva che la scelta giusta era ridurre le porzioni di cibo: via il pane, i dolci, ogni cosa che mi piaceva. Ricordo che digiunavo e continuavo a guardare le foto di quelle meravigliose ragazze su internet, cercando disperatamente diete assurde. Arrivai ad avere un Bmi (Indice di massa corporea) di 14. La normalità è 19*».

Eleonora Carisi, 692 mila followers, è una di queste creature ideali, però ama mangiare e da quell'estetica estrema si è sempre dissociata: «*Certo che i social influenzano le ragazzine, riescono a farlo con me che ho 35 anni. Nella tv, nella moda il modello vincente è: magro è bello. Sono appena tornata dalla Fashion Week di Parigi e sulle passerelle c'erano solo modelle emaciate. Il canone di bellezza è sempre quello. Sono state fatte campagne di sensibilizzazione, qualche "curvy" famosa c'è, ma i marchi importanti vogliono le ragazze esili. La strada verso il cambiamento è ancora lunga*».

E così sono sempre più giovani quelle colpite dalla malattia, come spiega Fabiola De Clercq, prima donna in Italia ad occuparsi di anoressia, fondatrice dell'**associazione ABA** e autrice del bestseller autobiografico Tutto il pane del mondo (Bompiani). «*La mia malattia è iniziata nell'adolescenza ed è durata per oltre vent'anni. Allora non si sapeva come curarla. Ma oggi è una catastrofe*». Arrivano al ricovero, dopo lunghi digiuni, bambine di otto, nove anni. «*Molte lo fanno per attirare l'attenzione a casa, spesso hanno un rapporto conflittuale con la famiglia. L'anoressia è un attacco a mano armata alla madre*». Nel suo centro, in via Solferino a Milano, incontra giovani che non

hanno bisogno di cibo, ma di amore, adolescenti che vogliono regredire all'infanzia, dove forse si sentivano più sicure. *«Ragazzine sensibili e molto sole, magari con le mamme a dieta da una vita. Mi parlano spesso della Ferragni, dicono che è perfetta. Tutte pensano che se non sono magre non valgono niente».*

Come Angelica, ventiduenne ricoverata in un reparto dell'ospedale di Grosseto: *«Ho iniziato con una dieta, per finire a vivere di gomme da masticare. Ma finalmente mi sentivo importante. Inseguire l'ideale di bellezza proposta da certi media è solo la punta dell'iceberg. Sotto c'è un dolore profondo. Io desideravo che i miei genitori mi amassero. Sono arrivata a 31 chili e ancora mi muovevo per bruciare calorie. Camminavo in casa, forsennatamente. La gente mi guardava schifata, ma io non riuscivo a vedermi».* Fino all'osso.

Così Alba, stessa età, che racconta la sua storia da una stanza di un ospedale a Empoli. Capelli biondi e al naso il sondino con cui la nutrono: *«Non mi piaceva la mia pancia, volevo perdere un paio di chili, poi la situazione mi è sfuggita di mano completamente».* Instagram ha avuto un ruolo ambivalente: *«All'inizio seguivo i profili pro-ana: ragazze in costume da bagno davanti a due foglie di insalata che scrivevano: «Ecco il pranzetto che ci vuole dopo un'ora di corsa».* Un'insicura come me si sentiva sbagliata. Oggi invece i social mi aiutano a mettermi in contatto con chi ce l'ha fatta».

Giulia P., giovane veterinaria torinese, dopo cinque anni ne è uscita e ora con il suo profilo milk_and_cookies aiuta le altre: *«È una sorta di diario alimentare, mi scrivono in tante. Guarire è stato un viaggio lungo e doloroso. Non volevo più uscire, avevo paura a mangiare in pubblico, non potevo stare seduta per le ossa sporgenti. Ho iniziato contando ogni caloria con un'app. Anche quelle delle caramelline Leone. Pensavo che se fossi riuscita a controllare il cibo, avrei dominato anche la mia vita».*

La senatrice di Forza Italia Maria Rizzotti da oltre dieci anni porta avanti una battaglia contro questo male oscuro e il suo disegno di legge è in discussione in Commissione Sanità al Senato: *«Il Ddl prevede il reato per chi istiga in rete, per chi inneggia all'anoressia e induce a non mangiare. In modo che le forze di Polizia possano agire tempestivamente. I disturbi del comportamento alimentare dovrebbero essere riconosciuti come malattia sociale. Con l'obbligo per le agenzie di moda e le campagne pubblicitarie di avvalersi di modelle con un certificato medico dove sia chiaro che esiste un giusto rapporto tra statura e peso».*

Seconda la senatrice, i centri italiani specializzati sono ancora troppo pochi. In Sardegna addirittura non ce ne sono, come denuncia Viola, di Sassari, 17 anni, 35 chili per un metro e 60 di altezza. *«Mi sono ammalata a quindici. I miei pranzi consistevano in una pesca a colazione, due pomodorini a pranzo e una verdura scondita a cena. I genitori mi supplicavano di mangiare, io buttavo il cibo di nascosto. Mi pesavo una ventina di volte al giorno. Con una mano riuscivo a racchiudere la coscia e il braccio. Ana era diventata la mia migliore amica, anche perché di altre amiche non ne avevo più».* Per Patrizia, a Tor Vergata, è arrivato il momento più duro. La cena in ospedale. Patate, omogeneizzato, zucchine passate: *«È un obbrobrio, ma io sono combattiva e lotterò contro questa bestia che mi ha preso la testa. Anche se curarsi è un'odissea».*

Terry Marocco - 19 marzo 2019

Credits: Panorma, foto di Twitter #thininspiration