

L'ABRUZZO DEI GIOVANI SOFFRE IL CIBO, L'ESPERTO, "DA DISTURBI SI PUO' GUARIRE"

5 Settembre 2013



AVEZZANO - Dati allarmanti in Abruzzo per i casi di disturbi alimentari tra i più giovani.

Il primario di Pediatria dell'ospedale di Atri (Teramo) Mario Di Pietro ha diffuso il mese scorso cifre preoccupanti: in Abruzzo circa 10 mila famiglie in cui vivono bambine, adolescenti e giovani donne, soffrono di disturbi del comportamento da cibo e aspettano risposte.

Ne abbiamo parlato con il biologo nutrizionista Daniele Percossi, uno studio ad Avezzano (L'Aquila) e un altro a Pescara, che spiega ai lettori di *AbruzzoWeb* quali sono i motivi che spingono chi sta crescendo a rovinarsi la vita a causa di un cattivo rapporto con il cibo e quali sono le implicazioni psicologiche e ambientali e le possibili vie d'uscita.

Dottor Percossi, quello diffuso da Di Pietro è un dato prossimo alla realtà o c'è un 'sommerso' ancora più ampio?

L'allarme lanciato dal professore è molto serio e sono circa diecimila famiglie con presenza di soggetti e in particolare bambine e giovanissime donne che presentano disturbi alimentari è molto serio. Considerando il ruolo che riveste professore, penso proprio che si tratti di un dato reale. Di solito certe cifre spaventano e si banalizzano con una battuta, "dati gonfiati", ma a mio avviso potrebbero essere addirittura sottostimati. Molte sono le famiglie con adolescenti con disturbi alimentari che non riescono a uscire allo scoperto, accettando l'idea di avere un problema e di doversi fare aiutare. C'è da rilevare, però, un dato positivo, presso i miei studi nutrizionali registro un numero crescente di presenze di ragazzi e ragazze che soffrono di disturbi alimentari, a dimostrazione del fatto che la consapevolezza sta aumentando.

Dal suo osservatorio privilegiato, quali sono i principali disturbi alimentari di cui soffrono gli abruzzesi?

Senza dubbio l'anoressia e la bulimia nervosa. Ultimamente si presentano però sempre più pazienti affetti dal *Binge Eating Disorder*, ovvero sindrome da alimentazione incontrollata. Si tratta di una patologia descritta in modo chiaro ed esaustivo solo di recente che spinge il soggetto a compiere grandi abbuffate, in modo disordinato e vorace, fino a raggiungere la completa sazietà.

Perché alcune malattie dell'alimentazione, vedi anoressia e bulimia, colpiscono in larghissima parte le donne? È un frutto avvelenato dell'apparire imposto dai modelli televisivi o ci sono motivazioni di disagio diverse?

Le donne sono molto più emotive rispetto agli uomini e questo le rende più vulnerabili, quindi più a rischio di incorrere nei disturbi alimentari. I modelli spesso innaturali di donna, proposti in televisione, sulle passerelle, sulle riviste, di certo hanno un'influenza negativa sulle adolescenti che vedono la magrezza eccessiva come una meta da raggiungere ad ogni costo. Spesso il problema è un po' più complicato e la causa va ricercata nei rapporti familiari e in particolar modo nel rapporto tra madre e figlia.

Come può un genitore accorgersi, già al primo insorgere, di una figlia o un figlio colpito da disturbi alimentari?

Per quanto riguarda l'anoressia non è molto difficile accorgersene in quanto il figlio o la figlia tende a ridurre al minimo i pasti lamentandosi continuamente di essere troppo grassi, spesso in maniera plateale e proprio davanti ai familiari. L'inevitabile dimagrimento è un segnale ben riconoscibile e deve portare il genitore ad allarmarsi immediatamente. Ben più subdola e difficile da riconoscere è la bulimia nervosa. L'adolescente che ne soffre incorre in abbuffate alle quali fa seguire, di nascosto, metodiche di auto-eliminazione quali il vomito o l'utilizzo di lassativi. Il tutto praticato in assoluta riservatezza, lontani da occhi indiscreti. Per questo la bulimia è molto più difficile da riconoscere per un genitore. In entrambi i casi bisogna sempre stare attenti ai segnali che i figli mandano e rivolgersi agli specialisti immediatamente.

Quali sono secondo lei i rimedi più efficaci?

Quando si ha a che fare con patologie così delicate e pericolose l'unico consiglio è di rivolgersi agli esperti in materia ai primi segnali. L'approccio migliore per curare i disturbi alimentari è senza dubbio quello multidisciplinare. L'ideale sarebbe quello di affrontare insieme al ragazzo o alla ragazza un percorso psiconutrizionale, nel quale il nutrizionista e lo psicologo collaborano al fine di ottenere la guarigione totale del paziente.

In Abruzzo esiste una rete sanitaria adeguata per la cura dei disturbi alimentari?

Sicuramente sì. Proprio in questi giorni è partita un'efficace campagna di comunicazione dal titolo "Non parliamo di cibo. Parliamo di te", con cartelloni presenti in tutte le principali città abruzzesi. Questa campagna pubblicitaria ha lo scopo di sensibilizzare la gente al problema e magari indurre chi ne è colpito a uscire allo scoperto e farsi aiutare dalla propria Asl. Sono numerosi i nutrizionisti e gli psicologi abruzzesi esperti di queste patologie in grado di aiutare chi ne è affetto.

Qual è l'andamento negli anni di questo problema? Cresce la consapevolezza o va sempre peggio?

In linea di massima io credo che, in relazione alla consapevolezza dell'esistenza di tali patologie, le cose vadano meglio, non si può certo negare che la comunicazione che c'è adesso è nettamente superiore al passato e facilmente fruibile per tutti. Si parla spesso di bulimia, di anoressia, di disturbi alimentari in genere e lo si fa in televisione, sul web, sui giornali. Questo non argina però il problema e non riduce sicuramente il numero di nuovi casi. Il problema va ricercato nelle eccessive aspettative che oggi giorno i genitori hanno nei confronti dei loro figli. Si pretende che siano i più bravi, i più belli, i più forti. Anche il mondo esterno manda segnali sbagliati, modelli troppo difficili da raggiungere. Bisognerebbe tornare ad accontentarsi delle piccole cose senza pretendere di essere sempre i migliori. Non è un caso che queste patologie colpiscano quasi esclusivamente i paesi occidentali dove la competizione sociale è molto elevata mentre sono praticamente nulle nei paesi più poveri, dove ci si accontenta veramente delle piccole cose.

www.danielepercossi.it