

Recensione del volume “BULIMICI ED OBESI IMMANCABILMENTE!” a cura di Lucio Demetrio Regazzo. ed. Cleup, Padova, 2012

I Disturbi del Comportamento Alimentare, come l’Anoressia Nervosa, la Bulimia Nervosa, l’Obesità Psicogena e Metabolica e altri Disturbi Non Specificati, sono accomunati da un atteggiamento alterato nei confronti del cibo e da ansia nei riguardi della forma e del peso corporeo. Presentano una maggior prevalenza nei paesi industrializzati e colpiscono più frequentemente le donne. Per la loro vastissima diffusione, costituiscono un fattore di vero e proprio allarme sociale, suscitando un interesse sempre crescente nei media.

Sono tutte gravi patologie che, con modalità diverse, producono danni alla salute fisica e al funzionamento psicologico e relazionale.

Le persone che ne sono coinvolte utilizzano l’alimentazione per esprimere una sofferenza profonda, che va ben oltre il sintomo evidente e che richiede un delicato percorso di esplorazione all’interno di sé per raggiungere le parti più vitali ed autentiche, soffocate dalle cause che portano al disagio. Per affrontare i Disturbi della Condotta Alimentare è dunque necessario un approccio multimodale, cioè non solo farmacologico, ma anche e soprattutto psicologico e comportamentale.

L’opera “Bulimici e obesi immancabilmente!” a cura di Lucio Demetrio Regazzo, ed. CLEUP, rappresenta una sintesi multidisciplinare che riunisce i contributi di autorevoli esperti, frutto di complessi studi, ricerche ed esperienze cliniche su questa importante sfida, sempre più attuale, nel mondo della salute fisica e psicologica.

Attraverso questo volume è possibile conoscere e saper discriminare i diversi disturbi, comprendere quali dinamiche intrapsichiche e sistemiche spesso contribuiscano alla loro manifestazione e al loro mantenimento, e soprattutto orientarsi tra i possibili trattamenti per queste problematiche, percepite a volte, erroneamente, come tunnel senza via d’uscita.

Supportato da dati scientifici, è un libro utile a studiosi e ricercatori, ma scritto anche con intento divulgativo e dunque accessibile ai pazienti stessi e ai loro familiari, o a chi desideri ottenere maggiore chiarezza sulle caratteristiche dei diversi disturbi e sulle strategie terapeutiche percorribili.

Luca Poma, nell’introduzione, invita ad una riflessione sulla tentazione rappresentata dalle soluzioni “quick-fix” (soluzioni semplici a problemi

complessi), cioè da tutti quei rimedi impropri e sempre più sofisticati, frutto di una società “malata”, dove l’apparire è senz’altro più importante dell’essere, una società “che crea un problema e con esso anche l’assurda soluzione, già pronta e confezionata per l’uso”.

Maria Artifoni e Lucio Demetrio Regazzo presentano i Disturbi dell’Alimentazione da un punto di vista nosografico, descrivendone criteri diagnostici, sottotipi, epidemiologia, evoluzione ed esiti, nonché quali siano i più frequenti espedienti, inutili e dannosi, utilizzati per il controllo del peso, con le loro debilitanti conseguenze sul piano fisico.

Sabine Fleish illustra il percorso compiuto da un piccolo gruppo di pazienti anoressiche in un intervento breve basato sull’Analisi Esistenziale. Sono riconoscibili importanti passaggi sulla via della guarigione, come la consapevolezza del ricorso al cibo in funzione di affidabile sostegno e conforto rispetto a vissuti di dolorosa rottura relazionale in famiglia, e l’emergere di un rapporto distonico con il proprio corpo, di carenze nell’autostima, di un bisogno di mantenere nascosti emozioni e sentimenti autentici, sentiti come pericolosi piuttosto che come preziose parti di sé.

Lucia Camporese evidenzia la logica “tutto o nulla” che sottende i circoli viziosi della Bulimia: le regole rigide ed estreme tipiche della restrizione dietetica cognitiva sono ad alto rischio di essere infrante e dunque determinano un’attribuzione autosvalutativa di mancanza di controllo di sé, che influisce sull’innescare dei circuiti di abbuffate ed eliminazione, caratteristici del Disturbo Bulimico.

Da un punto di vista fenomenologico, come sottolineano Alfried Längle e Silvia Müller, la Bulimia si connette, sul piano relazionale, ad esperienze ripetute di rifiuto mascherate da interesse verso la persona, in cui l’attenzione è mista a strumentalizzazione, svalutazione, mancanza di rispetto, abbandono emotivo, abuso. Sarebbe questo il fulcro di un acuto senso di vuoto ed estraneità prodotto da gravi carenze in quelle che l’Analisi Esistenziale identifica come la seconda e la terza delle motivazioni fondamentali dell’esistenza: la cura verso la propria vita e la difficoltà ad identificare il proprio sé delineandone i confini e difendendoli.

L’intervento terapeutico mira perciò ad un lavoro di autoaccettazione, di integrazione delle esperienze dolorose, di consapevolezza dei propri contenuti e valori, fino a condurre la persona ad essere se stessa in modo autenticamente sentito.

Emilia Costa presenta una rassegna della letteratura internazionale sul trattamento farmacologico dei diversi Disturbi Alimentari, descrivendone le

possibili difficoltà (scarsa compliance, precarie condizioni internistiche, comorbilità con altri disturbi di Asse I del DSM) ed evidenziando sia cure ben collaudate, sia nuovi promettenti trattamenti.

Inoltre analizza i fattori relazionali dei Disturbi del Comportamento Alimentare, in cui il sintomo diviene una modalità comunicativa essenziale per mediare i rapporti di vicinanza, intimità e separazione all'interno della famiglia. Con riferimento agli importanti contributi di S. Minuchin e M. Selvini Palazzoli, si evidenziano le dinamiche di disimpegno o, al contrario, di invischiamento presenti nelle famiglie delle pazienti anoressiche, e il ruolo che esse giocano nella coalizione con un genitore all'interno dello "stallo di coppia", o nei confronti dei profondi bisogni di attaccamento, fusionalità e controllo della figura materna.

Giovanna Cecchetto introduce l'argomento dell'Obesità e della molteplicità dei fattori obesogeni, che si sviluppano in un contesto di pressioni sociali conflittuali tra ideali di bellezza ed aspirazioni al piacere. Si tratta di una condizione cronica che si associa ad aumento dei rischi di morbilità e mortalità e che ha assunto allo stato attuale le proporzioni di epidemia globale. Recentemente, in campo nutrizionale, l'attenzione si è spostata dalle prescrizioni dietetiche a programmi educativi riguardanti lo stile di vita, ad approccio motivazionale, con particolare enfasi sulla mantenibilità dei risultati e sulla sostenibilità e piacevolezza delle abitudini alimentari e dell'attività fisica raccomandata.

Claudio Cardone invita a prestare attenzione alla gravità della sindrome dell'Obesità metabolica, connessa in modo particolare all'Obesità viscerale e caratterizzata da insulino-resistenza. Secondo ricerche cliniche sarebbe correlata allo sviluppo di alcune malattie croniche altamente invalidanti, quali malattie cardiovascolari, diabete ed alcune forme di tumore.

Marialba Albisinni presenta una panoramica delle principali tipologie di intervento psicoterapico nel trattamento dei Disturbi del Comportamento Alimentare, soffermandosi in particolare sull'orientamento sistemico/relazionale, e sugli approcci cognitivista e psicodinamico. Sono indirizzi di cura che, pur con premesse molto diverse, sembrano convergere su alcuni temi fondamentali: le problematiche relative al controllo, al dominio, all'invischiamento nel contesto relazionale, la carenza di empatia da parte di adulti significativi nel corso dello sviluppo, la sostanziale vulnerabilità strutturale ed esperienziale dei pazienti, in cui risulterebbe compromessa l'esistenza di un sé nucleare saldamente coesivo, capace di conservare un senso dell'identità pur nella mutevolezza del vivere.

Conclude l'opera una toccante narrazione autobiografica di Matilde Pavan che conduce il lettore attraverso luci e ombre del percorso di uscita dal tunnel della Bulimia, passando attraverso emozioni opprimenti come il senso di vuoto, l'ansia, la vergogna, l'isolamento da se stessa e dagli altri, l'esaurimento delle energie vitali, fino alla graduale concessione di fiducia al rapporto con il proprio terapeuta, che diviene fonte di accettazione di sé e compagno nell'esplorazione di interessi ed emozioni vere. Il raggiungimento di un equilibrio più profondo e solido, renderà l'espedito del ricorso al cibo via via sempre più inutile e insignificante.

La forza di esporre, firmandosi con il vero nome, questa testimonianza ricca di dettagli e particolari sofferti, è anch'essa il risultato di un efficace percorso terapeutico che ha portato la giovane paziente a riappropriarsi della propria autenticità e ad integrare anche gli aspetti più vulnerabili e intimi di se stessa.

Non c'è forse più significativo invito alla cura delle parole di chi ha vissuto e superato in prima persona l'esperienza drammatica del Disturbo Bulimico.

Dr.ssa Fulvia Gabrieli
Psicologa
Padova. Italia