Quotidiano
03-06-2026
Pagina 23
Foglio 1 / 2

Il Messaggero

www.ecostampa.it

Salute & Benessere

Ieri era il World Eating Disorders Day. Sono oltre tre milioni e mezzo in Italia le persone che soffrono di disturbi dell'alimentazione. E il 60% sono under 25

Se il cibo è un nemico corpo e mente in tilt

L'EMERGENZA

Milioni, oltre tre milioni e mezzo. Sono quasi come tutti gli abitanti di Roma e Napoli messe insieme. Visualizzare i dati forse è il primo passo per comprendere la grandezza del fenomeno di quanti nel nostro Paese soffrono di Dna, ovvero di Disturbi della nutrizione e dell'alimentazione nelle loro diverse forme. Secondo gli ultimi dati del Ministero della Salute la maggioranza, quasi il 60 per cento, sono giovani under 25. Sempre più spesso poi sono bambini di 7-8 anni: come Matteo, cominciano facendo a pezzettini il cibo, pezzettini sempre più piccoli, piccoli sono loro ma grande è il loro bisogno d'aiuto. E se fino a qualche tempo fa bulimia, anoressia e binge eating erano quasi sempre associati al mondo femminile e ai modelli di genere irraggiungibili, l'allarme è ormai fisso anche per i maschi: il 20% soffre di disturbi alimentari, in particolare di vigoressia o bigoressia, ossessione per un corpo vigoroso e muscoloso, o di ortoressia, solo cibi certificati sani, che spingono ad un'alimentazione non bilanciata. Le conseguenze per chi ha il Dna possono essere terribili: nel 2025 ci sono stati 4.363 decessi.

DISAGIO

Il 2 giugno è il *World Eating Disorders Action Day*, cioè la giornata internazionale dedicata alla sensibilizzazione sui Disturbi del Comportamento Alimentare (Dca), spia concreta del crescente disagio giovanile, una vera epidemia che nasconde problemi psichici e psichiatrici e che conta anche dismorfofobia, memorie traumatiche, autolesionismo, ritiro sociale, suicidio. A fare luce su tutta questa epifania del dolore dei nostri ragazzi, sì quelli sfuggenti e chiusi negli schermi dei loro device, è un libro, *Attacco al corpo. Ferite e mutamenti in età evolutiva* a cura della psichiatra e psicoterapeuta Laura Dalla Ragione, docente al Campus Bio-medico, fondatrice della rete pubblica Dna dell'Usll Umbria e supervisore dei diversi centri in Italia e in Europa, e di Renata Nacinovich, neuropsichiatra infantile direttore della Scuola di specializzazione alla Bicocca. Scrivono le autrici in questo volume, edito da Il Pensiero Scientifico e che conta 19 interventi di autorevoli specialisti e la prefazione di Massimo Ammanniti: «Un attacco al corpo senza precedenti è in corso nell'epoca della modernità. Il corpo è un foglio bianco dove scrivere e comunicare con il mondo, luogo in cui si inscrivono sofferenze altrimenti indicibili, non è solo entità biologica ma spazio di espressione, costruzione identitaria, relazione con il mondo esterno, profondamente influenzato da media e tecnologia». Lo spartiacque, come accertato da centinaia di studi clinici, è stata la pandemia da Covid-19. Da lì in poi è stato tutto diverso; la mente ha imposto il silenzio, il corpo fisico ha cominciato a urlare.

Così nelle decine di storie raccolte nel libro, ecco corpi inanimati chiusi nelle stanze davanti a un video - e il ritiro sociale è il primo campanello d'allarme - ma anche anime disincarnate nell'esercizio del cutting perfetto - c'è anche chi come Maria ha approntato un kit con disinfettante, lamette igienizzate, forbici, garze e pomate per la cicatrizzazione - in un esercizio di autolesionismo non suicidario. Corpi filiformi pieni di tatuaggi che dietro ideogrammi incomprensibili ai più urlano invece insulti ai genitori sfogando una rabbia che è generazionale e non solo di Paolo. Corpi che riportano a galla i lividi dell'anima di un abuso, oggettivo o soggettivo, nella prima infanzia. Anime che si fanno sentire attraverso malattie del tratto gastroenterico in uno scambio continuo tra cervello e intestino. Il *World Eating Disorders Action Day*, al suo decennale, ha come obiettivo di creare una rete globale di consapevolezza, promuovere l'accesso alle cure e combattere lo stigma che ancora circonda queste malattie. Il censimento dell'Istituto superiore di Sanità delle strutture attive in Italia - 137 centri di cura del Ssn, 34 organizzazioni privati accreditati e 54 associazioni - mostra purtroppo una risposta che a fronte del crescente disagio risulta insufficiente con la metà delle regioni - specie quelle del Centro-Sud -

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

004794-IT0701

L'ECO DELLA STAMPA
LEADER IN MEDIA INTELLIGENCE

Il Messaggero

www.ecostampa.it

senza una rete completa di assistenza. Non solo: è fermo in Parlamento il testo di legge bipartizan che vieta ai minori di 15 anni l'accesso alle piattaforme, principali specchi distorti dei più giovani.

SPERANZA

Ma *Attacco al corpo* non è solo la fotografia di cosa sta accadendo. La parte finale è forse la più bella e coinvolgente, anche per i genitori e non solo di questi ragazzi, perché apre alla speranza, la vera leva per la cura e la guarigione. Perché di Dna si può guarire. Il percorso psicoterapeutico annovera anche nuove tecniche, non solo l'utilizzo dell'Emdr (Eye movement desensitization and reprocessing) ovvero la desensibilizzazione di un trauma alla base dei disturbi alimentari attraverso i movimenti oculari, ma anche la videoconfrontazione, la terapia dello specchio, la bioenergetica, la musica, la danza, lo yoga e l'arte. Tutti trattamenti che puntano alla guarigione. Come quella di Lorenzo ricoverato da adolescente per una gravissima anoressia a Palazzo Francisci a Todi, un polo di eccellenza: diventato uomo ha voluto far vedere alla moglie e alla figlia la stanzetta del suo dolore, il luogo dov'era guarito, una storia commovente che parla di futuro.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Alessandra Spinelli

NEL LIBRO "ATTACCO AL CORPO. FERITE E MUTAMENTI IN ETÀ EVOLUTIVA" LA RADIOGRAFIA DEL DISAGIO CHE È ESPLOSO DURANTE LA PANDEMIA

LE CONSEGUENZE PER CHI HA QUESTI PROBLEMI POSSONO ESSERE TERRIBILI: NEL 2025 CI SONO STATI 4.363 DECESSI

Immagine generata da IA (Gemini). A destra, la professoressa Laura Dalla Ragione

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

004794-IT0701

L'ECO DELLA STAMPA
LEADER IN MEDIA INTELLIGENCE