

È un disturbo psichiatrico prevalentemente maschile, analogo all'anoressia e alla bulimia femminili dietro l'ossessione per l'ostentazione del corpo si celano insicurezze e sofferenze emotive

Allarme vigoressia l'assillo dei muscoli

IL FENOMENO

Diceva Arnold Schwarzenegger quando sullo schermo era Conan e nella vita un modello di culturismo: «Ci sono ancora moltissime persone che trovano piuttosto strano questo genere di sport, ma sono persone che non possono parlare perché non sanno minimamente che cosa è il culturismo e che tipo di sensazione può dare». Poche parole per spiegare che l'atletismo allo stato puro gratificava sia il suo corpo scultoreo che l'equilibrio della mente.

Oggi quell'exasperazione, quell'accanirsi a gonfiare i muscoli e quel sollevare ripetitivo di pesi in palestra ha il nome di un disturbo psichiatrico: vigoressia. Ovvero quando il fitness diventa un'ossessione. Molto maschile. Della stessa famiglia, quasi tutta al femminile, di anoressia e bulimia. Che vuol dire una distorta percezione del proprio corpo e dipendenza dagli esercizi sportivi. Dalle masse muscolari alla spirale perversa capace di compromettere l'equilibrio emotivo, le relazioni sociali ed affettive. Fino a minare in modo anche grave la salute e la funzionalità degli organi.

COMPLESSO DI ADONE

La vigoressia, o complesso di Adone, ha le stesse caratteristiche dell'anoressia. «E' solo meno conosciuta - spiega Pierluigi De Pascalis docente di Scienze motorie all'università di Urbino e autore del libro "Vigoressia" edito da Il Pensiero Scientifico - perché se ne parla ancora poco. Quello che si nasconde dietro questo disturbo non è soltanto una bomba innescata sotto il profilo del benessere fisico, ma anche una forma di debolezza e sofferenza emotiva.

Un'insicurezza di fondo che si cerca di compensare attraverso l'esibizione e l'ostentazione del proprio corpo».

Dalla condizione benefica per il corpo, la pratica dello sport, alla patologia. Difficile, dicono gli specialisti, che le persone riconoscano di essere malate. «Perché un fisico tonico e muscoloso - aggiunge De Pascalis - è più facile che venga interpretato come sinonimo di buona salute. Parliamo di un disordine clinico e non ha nulla a che vedere con la sana passione per il fitness o per il body building».

Il pensiero di avere un corpo non sufficientemente magro e muscoloso diventa dominante. La preoccupazione causa angoscia e riduzioni delle attività sociali. Un bisogno compulsivo di mantenere un programma dietetico e di allenamento riempie la testa e detta il programma quotidiano.

VINCERE PER FORZA

Ma perché lo sport diventa un'ossessione? Nel libro una citazione di Ivan Basso, il campione azzurro del ciclismo che, pur non avendo mai fatto uso di sostanze dopanti, in un momento di debolezza è stato tentato di farlo. Era il 2007: «Il Tour era un'ossessione, qualcosa che dovevo vincere a tutti i costi e che mi faceva perdere il sonno, un mostro enorme che era riuscito ad entrarci dentro e ad annebbiarmi la vista....». E' il caso di uno sportivo di professione ma non troppo diverso dalle diverse storie raccolte nel libro. Gente comune, ragazzi giovani o uomini adulti. Come Alessandro, bolognese di 35 anni, al quale il medico ha consigliato di smettere o ridurre l'attività fisica in palestra perché i suoi organi hanno la funzionalità di quelli di un vecchio. La risposta di Alessandro: «Continuo gli allenamenti due volte al giorno». E aggiunge che se partecipasse ad una gara «darebbe filo da torcere a chiunque».

Carla Massi
© RIPRODUZIONE RISERVATA



VIGORESSIA
Pierluigi De Pascalis
ED. IL PENSIERO SCIENTIFICO
132 pagine
12 euro



IN UN LIBRO LA DESCRIZIONE DELLA DIPENDENZA DAGLI ESERCIZI SPORTIVI CHE GENERA ANGOSCIE E PAURE

