



FRAGILI AMAZZONI

I nuovi disturbi alimentari
delle adolescenti

Elena Riva

Adolescenza
eEducazione
Affetti

Collana diretta da Alfio Maggiolini ed Elena Riva

FrancoAngeli

Informazioni per il lettore

Questo file PDF è una versione gratuita di sole 20 pagine ed è leggibile con **Adobe Acrobat Reader**



La versione completa dell'e-book (a pagamento) è leggibile **con Adobe Digital Editions**.

Per tutte le informazioni sulle condizioni dei nostri e-book (con quali dispositivi leggerli e quali funzioni sono consentite) consulta [cliccando qui](#) le nostre F.A.Q.

Adolescenza, educazione, affetti

Collana ideata da Gustavo Pietropolli Charmet
Direzione scientifica: Alfio Maggiolini ed Elena Riva

La collana si offre come strumento di lavoro e di aggiornamento per tutti coloro che presidiano l'area della crescita adolescenziale. Sono molte e differenti le professionalità che, negli ultimi anni, avvertono la necessità di comprendere meglio quali possano essere le più efficaci metodologie d'intervento psicologico ed educativo per prevenire il disagio scolastico, affettivo e relazionale dei minori.

I volumi della collana intendono documentare ciò che di nuovo si va realizzando e pensando all'interno della scuola, della famiglia e dei servizi sulle problematiche della crescita dei "nuovi" adolescenti. I testi sono scritti da psicologi, medici, educatori psicosociali, che hanno acquisito esperienza all'interno di pratiche innovative: fanno perciò riferimento a specifiche situazioni concrete e non solo a teorie, riportano "casi", discutono di successi e insuccessi realmente vissuti nell'incontro con i nuovi adolescenti. Volumi agili e di facile lettura, destinati ad adulti motivati dal ruolo che ricoprono ad approfondire la loro competenza sugli aspetti affettivi e relazionali nello sviluppo degli adolescenti.

I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati possono consultare il nostro sito Internet: www.francoangeli.it e iscriversi nella home page al servizio “Informatemi” per ricevere via e.mail le segnalazioni delle novità o scrivere, inviando il loro indirizzo, a “FrancoAngeli, viale Monza 106, 20127 Milano”.

FRAGILI AMAZZONI

I nuovi disturbi alimentari
delle adolescenti

Elena Riva

Adolescenza
educazione
Affetti

Collana diretta da Alfio Maggiolini ed Elena Riva

FrancoAngeli

Grafica della copertina: *Alessandro Petrini*

Copyright © 2022 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.

L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore. L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito www.francoangeli.it.

Indice

Introduzione	pag.	7
1. Le nuove forme dei disturbi alimentari	»	13
Le “mutazioni” delle sindromi alimentari	»	13
Dall’anoressia restrittiva alla vigoressia	»	20
Lo snodo della diagnosi: non una ma più anoressie	»	37
2. Corpo, cibo e identità	»	48
Il corpo femminile fra identità e cultura	»	48
Breve excursus fra icone e stereotipi di genere femminili contemporanei	»	59
Il cibo e i suoi significati	»	71
3. La cultura affettiva familiare	»	83
Com’è cambiata la famiglia	»	83
Il legame con la madre	»	86
Le figlie del padre	»	101
4. La radicalizzazione di un mito affettivo	»	114
Al di là del sintomo: cosa è cambiato nei disturbi alimentari?	»	114
Una deriva patologica dell’identità femminile contemporanea	»	122
Bibliografia	»	131

Introduzione

Nella storia dell'umanità così come in quella dei singoli individui, il corpo e il cibo rivestono un'importante valenza simbolica e comunicativa, su cui si fonda la possibilità di trasmettere codici ideali e malesseri esistenziali.

Sono soprattutto gli adolescenti a utilizzare creativamente il corpo per costruire e diffondere nuove mode e per esprimere le loro sofferenze. Non appena i loro corpi assumono le fattezze che li accompagneranno nella vita adulta si adoperano per imprimervi il segno della propria soggettività: li ricoprono di abiti e accessori, li incidono di piercing e tatuaggi, li incaricano di rivelare appartenenze e ruoli, di esprimere gusti, interessi e dolori.

È naturale che le figlie della "società dell'immagine" dedichino particolare attenzione a fare del proprio corpo lo specchio di ciò che sono, o forse di ciò che vorrebbero essere, impegnandosi a *mentalizzare* il corpo pubere perché riveli la verità e la bellezza del loro Sé femminile. Chi soffre di un disturbo alimentare radicalizza il compito di modellare il corpo in base al progetto della mente per trasformarlo in un'insegna identitaria, fino a mettere a rischio la propria sopravvivenza.

Questo libro parla di adolescenza, di femminilità e di disturbi alimentari.

Le sindromi che afferiscono all'ampio spettro dei disturbi alimentari possono riguardare anche una piccola minoranza di maschi (il rapporto è 1/10 rispetto alle femmine) e altre fasce d'età, ma i dati epidemiologici e l'evidenza clinica testimoniano lo stretto legame fra adolescenza femminile e disturbi alimentari. La loro fase d'esordio si colloca soprattutto fra i 12 e i 25 anni: in seguito, i sintomi possono risolversi definitivamente o ricomparire in altre fasi critiche del ciclo di vita, possono trasformarsi passando da un disturbo all'altro, oppure cronicizzarsi in forme subcliniche che non oltrepassano la soglia diagnostica; in ogni caso permane la rigidità dello

stile di funzionamento psichico e un rapporto controllato e conflittuale con il cibo e con l'immagine corporea.

Le diverse espressioni sintomatiche dei disturbi alimentari a cui i manuali diagnostici attribuiscono dignità di sindromi, rispecchiano differenti declinazioni dell'utilizzo identitario del corpo nell'adolescenza femminile. Fra gli anni Sessanta e Settanta è stata l'esplosione epidemica dell'anorexia restrittiva a suscitare forte allarme. Nei decenni successivi, le forme dis-regolate si sono diffuse fino a superare quelle restrittive, consentendo a *bulimia* e *binge eating* di entrare a pieno titolo nelle nuove edizioni dei manuali diagnostici. Attualmente, l'incremento delle condotte ortoressiche e vigoressiche, finalizzate a costruire un corpo sano e prestazionale, scolpito nelle forme e allenato alla fatica, non necessariamente magrissimo, piuttosto muscoloso, segnala la genesi di una nuova femminilità, non più orientata a far trionfare la mente (l'anima, la razionalità, lo spirito...) sulla carne, riducendo il corpo a scheletro, ma piuttosto a imprimere all'identità femminile una forma nuova, forte, sana e vincente, con un'importante marcatura narcisistica e una profonda diffidenza nei confronti della dipendenza relazionale.

Vecchie e nuove sindromi alimentari sono accomunate da un rapporto disfunzionale con l'alimentazione e l'immagine corporea, utilizzate entrambe come canali di espressione di un malessere psichico non altrimenti esprimibile.

Il confine fra comportamenti diffusi e socialmente approvati, come il controllo del peso e della forma fisica attraverso diete ipocaloriche e un'intensa pratica sportiva, e condotte riconducibili a una patologia psichiatrica, appare in quest'ambito particolarmente fluido: i disturbi alimentari possono essere considerati espressioni radicalizzate di condotte diffuse e socialmente approvate. L'assunto psicoanalitico di una differenza prettamente quantitativa fra normalità e patologia, particolarmente pregnante per ciò che riguarda le cosiddette "sindromi psicosociali" (Gordon, 1990), consente di indagare i cambiamenti nei disturbi alimentari come espressioni dell'evolversi di significati e valori nella declinazione post-moderna della femminilità.

Questo libro pone alcuni interrogativi in merito alle strategie utilizzate dalle adolescenti per assolvere al compito di integrare il corpo sessuato nell'immagine di sé e costruire l'identità femminile. Le riflessioni sui modelli che le ispirano e sugli esiti che ne derivano prende spunto dall'osservazione clinica di chi, fra loro, adotta le modalità più estreme, e in quanto tali patologiche, di relazione con il corpo e con il cibo.

Che cosa suggerisce l'aspetto di queste giovani donne in merito agli ideali di genere che le orientano? E a quali significati rimandano le nuove

sindromi ortoressiche e vigoressiche che – possiamo esserne certi... – andranno presto ad ampliare il capitolo sui disturbi alimentari nei manuali di diagnosi psichiatrica?

La labilità del confine che separa comportamenti socialmente approvati e stili di alimentazione patologici ha contribuito a diffondere a livello di senso comune una grave distorsione interpretativa, per la verità tanto propagandata dai media quanto unanimemente rifiutata dagli esperti: le ragazze che soffrono di disturbi alimentari sono accusate di voler essere magre “per imitare le modelle”. Questa superficiale attribuzione, di cui non c'è traccia nella mente profonda di queste adolescenti, evidenzia tuttavia come il linguaggio femminile del corpo possa rappresentare istanze valoriali dell'ambiente che lo produce, così da assumere la valenza iconica di simbolo di una nuova femminilità, e insieme esprimere in modo sintomatico una sofferta narrazione soggettiva.

In ogni caso, l'inquietante somiglianza fra i corpi scheletrici delle adolescenti anoressiche e quelli filiformi delle *top model* è stata attualmente superata dalla concomitante comparsa, negli studi di psicologi e nutrizionisti e sulle pagine patinate delle riviste di moda, di corpi non più esageratamente magri, ma straordinariamente “in forma” grazie a una muscolatura forte e ben definita. Tale trasformazione è espressione di valori estetici e prestazionali che hanno abbandonato una declinazione ascetica e sacrificale della femminilità, e aperto a una nuova narrazione e a una diversa mitologia affettiva.

Se i disturbi alimentari esprimono le difficoltà e i conflitti che accompagnano in adolescenza la costruzione dell'identità di genere e la definizione dei suoi valori, la loro declinazione orto-vigoressica ci parla di una femminilità ispirata da nuovi valori identitari: sepolta per sempre nella sua teca di cristallo la femminilità debole, dipendente e devota di Biancaneve in trepida attesa di un Principe Azzurro cui affidare il proprio futuro, sul palcoscenico della contemporaneità sono comparse giovani Amazzoni impavide e determinate, apparentemente invincibili, e tuttavia debilitate da una ferita identitaria profonda che ne inibisce le potenzialità, ispirandone i comportamenti autolesivi.

Questo testo intende esplorare l'ideale di genere che orienta la declinazione postmoderna della femminilità, la cui radicalizzazione, espressa dai nuovi disturbi alimentari, rivela la deriva patologica che la minaccia. Quali rischi incombono su queste giovani donne apparentemente forti, coraggiose e determinate come guerriere? Quali fragilità trapelano dalla corazza muscolare che le fa sembrare invulnerabili?

Il drammatico quanto involontario esperimento sociale con cui la pandemia e le conseguenti misure di contenimento hanno messo alla prova le

risorse evolutive degli adolescenti, provocando un netto aumento del disagio psichico, ha messo in luce alcuni aspetti di quest'evoluzione, non foss'altro per le opposte modalità con cui maschi e femmine hanno reagito a questa situazione del tutto fuori dall'ordinario: gli uni accentuando il distanziamento sociale prescritto e cercando rifugio nella realtà virtuale, le altre allenando forsennamente la mente e il corpo per prepararsi alla ripartenza.

Gli psicoterapeuti che, come la sottoscritta, trascorrono gran parte della propria vita professionale a stretto contatto con la mente profonda degli adolescenti, hanno avuto in questi mesi occasione di confrontarsi con i diversi modi di elaborare la sospensione del futuro cui la pandemia li ha obbligati, facendone risaltare fragilità e risorse.

Quando il mondo degli affetti e delle relazioni si è fatto d'un tratto minaccioso e potenzialmente contaminante, costringendoli a sospendere gli incontri sociali e le attività quotidiane per recludersi ciascuno nella propria stanza, l'incertezza del futuro e l'isolamento sociale, che già incombevano su una generazione che trascorre buona parte della propria quotidianità sulle piazze virtuali, si sono drammaticamente aggravati e dilatati.

Le ragazze che, per indole propria e per cultura affettiva familiare, ben prima della pandemia avevano fatto proprio uno stile di funzionamento orientato all'eccellenza prestazionale e all'attivismo *multitasking*, hanno reagito all'obbligo a fermarsi con una profonda angoscia, che hanno provato a contenere esercitando un rigido controllo sul corpo e sulla vita attraverso condotte ortoressiche e vigoressiche; queste non di rado hanno finito per travolgerle, colonizzando le loro giornate e i loro pensieri.

La rilevanza di questo fenomeno è indicata dai numeri: in Italia si è registrato nel 2020 un aumento del 30% degli esordi di disturbi alimentari rispetto all'anno precedente¹. Si tratta di un dato che obbliga a riflettere su ciò che questi disturbi rivelano a proposito delle nuove forme d'identità femminile: quale femminilità prende forma dal tentativo orto-vigoressico di conservare sano il corpo, depurandolo da ogni inquinante contaminazione, e rivestirlo con una solida corazza muscolare, allenandolo fino a eliminare ogni traccia di fragilità e debolezza?

Questo libro, che nasce da una lunga esperienza di psicoanalista nell'ambito del Centro di consultazione e psicoterapia dell'Istituto Minotaurò di Milano, in particolare nell'équipe per i disturbi alimentari e dell'immagine corporea, non pretende tanto di fornire delle risposte a tali interrogativi, quanto di abbozzare alcune ipotesi su questioni di un certo rilievo non solo nell'ambito della psicopatologia, ma per la costruzione identitaria delle donne e degli uomini del futuro.

1. Dati del Centro Nazionale per il Controllo e la Prevenzione delle Malattie.

Un ringraziamento

Dopo aver concluso questo lavoro sento doveroso ringraziare le centinaia di giovani Amazzoni che ho incontrato in questi anni e i genitori che le hanno accompagnate nei loro percorsi terapeutici. È a loro che devo le riflessioni che ho cercato di raccogliere in questo testo, in cui compaiono dettagli di vicende cliniche ben più complesse e articolate. Se qualcuna di loro avrà occasione di leggere queste righe, non vi troverà il racconto della sua storia, seppure opportunamente mascherato, ma potrà forse riconoscersi in qualche dettaglio solo a lei noto, citato perché esemplare di uno stile di funzionamento psichico o di una dinamica relazionale, e utile dunque alla comprensione del lettore.

Alle psicoterapie che, spesso faticosamente e fra alti e bassi, abbiamo condotto insieme, sono debitrice per le ricostruzioni di senso presenti in questo libro, di cui spero si colga l'intento di sottrarre la storia psichica di ciascuna di loro a un semplicante inquadramento psicopatologico, per ricostruirne la trama affettiva profonda. Mi auguro che traspaia da queste narrazioni il profondo rispetto per la vicenda evolutiva di cui insieme abbiamo cercato di ricostruire la trama, così che loro per prime potessero riconoscerla e farla propria, liberandosi dalla compulsione di comportamenti solo apparentemente insensati e autodistruttivi e riconquistando il desiderio di costruire una propria soggettività autentica, unica e irripetibile.

1. Le nuove forme dei disturbi alimentari

Le “mutazioni” delle sindromi alimentari

Gli esordi adolescenziali del disturbo alimentare sempre più spesso assumono le forme sintomatiche che i manuali definiscono “vigoressia” e “ortoressia”.

Per “vigoressia” s’intende un’attenzione ossessiva alla forma fisica, perseguita attraverso un rigoroso allenamento finalizzato a costruire un corpo “perfetto”, dalla muscolatura scolpita e dalle forme scultoree. Considerata fino a tempi recenti di pertinenza maschile – si tratta del disturbo alimentare più frequente fra i giovani maschi – la vigoressia si è rapidamente diffusa anche nella popolazione femminile, soprattutto fra le adolescenti.

L’“ortoressia” consiste, invece, in una maniacale attenzione alla qualità sana e salutare degli alimenti, che produce una rigida selezione dei cibi e un ossessivo controllo delle modalità di preparazione e di assunzione dei pasti. Un’assillante preoccupazione per la salute e il benessere induce chi soffre di questa forma di disturbo a controllare la qualità del cibo, così da rendere il corpo più forte e resistente nei confronti delle malattie e dell’invecchiamento. La preoccupazione per la salute si estende al mondo animale e vegetale, e comporta talvolta l’adesione – senza partecipazione attiva – a gruppi di opinione interessati oltre che alla qualità del cibo, alla salute del pianeta (vegetariani e vegani, ma anche ambientalisti e animalisti); nella versione ortoressica l’ideologia originaria si radicalizza e assume connotazioni fobiche nei confronti degli alimenti e dei comportamenti proibiti.

I genitori di un’adolescente ortoressica descrivono così i suoi comportamenti, non solo alimentari, alla psicoterapeuta che si appresta a incontrarla per la prima volta: “Patrizia mangia quantità normali di cibo, ma molto lentamente... Sul piano quantitativo cerca di rispettare gli in-

troiti calorici prescritti dalla nutrizionista, conta e pesa ossessivamente gli alimenti, però segue i dettami vegani. All'inizio diceva che mangiare vegano l'avrebbe aiutata a mangiare di più, perché sapeva così di non nuocere a nessuno. Il timore di nuocere agli altri è molto presente in lei: quando porta in giro il cane non può riprenderlo per timore di farlo soffrire, ma anche perché si vergogna. Un giorno che lo ha un po' tirato e lui è inciampato sulle scale, ha pianto disperatamente per due ore. Ha anche altre ossessioni: in vacanza, con un caldo torrido, non si poteva tenere la finestra aperta di sera per via delle falene e delle zanzare, di giorno era lo stesso per le mosche...".

Il tema del controllo è centrale in questi disturbi, fino a portare a un paradossale capovolgimento fra l'obiettivo del dimagrimento e lo strumento del controllo alimentare: è il controllo, infatti, a diventare fonte di auto-rassicurazione fine a se stessa, a prescindere dal desiderio di perdere peso.

Irene è una bella ragazza dai lunghi capelli scuri e gli occhi vivaci, ma molto, molto magra. È iscritta a una facoltà universitaria che le piace e frequenta con interesse e ottimi risultati, ma la sua vera passione è la danza classica, che pratica da quando aveva 4 anni: fino all'interruzione forzata del primo *lockdown* si allenava tre volte la settimana con le amiche di sempre.

Irene è sempre stata longilinea senza mai doversi imporre restrizioni alimentari; al contrario, le è sempre piaciuto assaggiare cibi diversi e ancora oggi apprezza la buona cucina. Nel tempo libero ama sperimentarsi come cuoca e pasticcera per la gioia di familiari e amici; ciò nonostante, il suo peso non ha mai superato i 46 chili; ora, però, ne pesa 34 e si definisce "inguardabile".

Quando, nella primavera del 2020, le attività in cui era impegnata sono state improvvisamente interrotte, Irene ha pensato fosse necessario iniziare ad alimentarsi in modo più sano e proseguire in casa gli allenamenti utilizzando dei tutorial, così da non perdere la forma fisica acquisita negli anni grazie alla danza. Nella prima fase di chiusura, vissuta con i genitori nella casa di famiglia in una cittadina di provincia particolarmente colpita dalla pandemia, ha seguito scrupolosamente questi propositi, ed è arrivata alla riapertura estiva "felice e in forma". Durante l'estate ha ripreso a frequentare gli amici, che si complimentavano con lei per il fisico perfetto, e ha iniziato una relazione sentimentale in cui per la prima volta si è sentita molto coinvolta; pesava allora 44 kg.

L'ossessione di dimagrire era così lontana dai suoi pensieri che quando a settembre ha avuto un ritardo mestruale, ha pensato a una gravidanza;

per questo si è stupita che la ginecologa le rivolgesse tante domande sulle sue abitudini alimentari e sull'entità del calo ponderale, e che le suggerisse infine di rivolgersi a un medico nutrizionista.

Durante l'autunno la situazione è precipitata: Irene è ulteriormente dimagrita fino a raggiungere gli attuali 34 kg; il suo ragazzo l'ha lasciata senza fornire spiegazioni: "Probabilmente – commenta lei – si è spaventato quando mi ha visto così magra e non gli piacevo più...".

Nel racconto di Irene colpisce la discrepanza fra il rifiuto dell'attuale immagine corporea e l'estrema difficoltà a recuperare anche in parte il calo ponderale, che sembra inarrestabile nonostante affermi di attenersi rigorosamente alle indicazioni della nutrizionista.

Irene ripete di non piacersi affatto così, e lamenta di aver perso il tono muscolare dei glutei e delle gambe; ciò nonostante, quando mangia con altri non può far a meno di confrontare il proprio menù con quello dei commensali ed è terrorizzata se rileva che qualcuno mangia meno di quanto è prescritto dalla sua dieta. La terrorizza l'idea che, prima o poi, comincerà ad aumentare con lo stesso ritmo rapido e incontrollato in cui è dimagrita.

A conferma di ciò, al ritorno da una settimana al mare con le amiche in un villaggio-vacanza in cui i pasti erano organizzati a buffet e non le era possibile pesare le porzioni, pur sostenendo di aver apprezzato la possibilità di scegliere a piacimento fra i diversi menù e "di aver pensato molto meno al cibo", si è accorta di essere ulteriormente dimagrita: il timore di perdere il controllo l'ha inconsapevolmente indotta a restringere ulteriormente le dosi.

Pur rimpiangendo la forma fisica del passato ed essendo profondamente imbarazzata dalla propria magrezza – "una volta quando qualcuno mi guardava pensavo di avere un bel fisico, ora penso che mi guarda perché gli faccio schifo e mi considera malata" – Irene non riesce ad abbandonare il controllo alimentare che è la sola causa del suo dimagrimento.

Quale ideologia affettiva ispira queste ragazze che non hanno intenzionalmente deciso di dimagrire, e anzi ne patiscono le conseguenze sul proprio aspetto e sui propri progetti evolutivi, ma non riescono a rinunciare al calcolo degli introiti e dei consumi alimentari?

Il controllo del corpo, pensato come una macchina robotica piuttosto che come organismo vivente – tanto carburante, tanti chilometri da percorrere – sembra rappresentare per loro la sola fonte residua di rassicurazione cui aggrapparsi quando tutto il resto (la scuola, gli amici, lo sport, i progetti per il futuro) minaccia di sfuggire di mano.

Nelle storie infantili di queste adolescenti indotte a declinare il disturbo alimentare nelle modalità ortoressiche o vigoressiche da un'esperata attenzione alla costruzione di un fisico forte, sano e prestazionale, abbastanza "in forma" da poter affrontare il mondo fuori dalle pareti domestiche, non sembrano esserci esperienze traumatiche. Al contrario, sono state di solito bambine molto amate e protette, precocemente socializzate fra i pari senza resistenze o timori, gratificate da sempre dall'approvazione familiare e dal successo sociale.

Sull'onda delle sicurezze acquisite in famiglia, agli esordi dell'adolescenza qualche volta si sono "spinte oltre" (o hanno temuto di averlo fatto...) nelle prime sperimentazioni d'autonomia, disallineandosi dal gruppo dei pari. La disarmonia interna e relazionale conseguente a tali esperienze, che le ha bruscamente espulse dalla bolla di approvazione e di concordia familiare, a volte è rimasta silente, confinata nel mondo interno, in altri casi è esplosa in dirompenti conflitti con i genitori; in ogni caso è in genere rapidamente rientrata, superata dal ritorno al ruolo di figlia e studentessa eccellente, ed è stata apparentemente dimenticata, pur lasciando dietro di sé lo strascico di un'inaspettata frustrazione e di una cocente ferita, che esiterà dopo qualche tempo nell'illusoria riparazione della corazza difensiva orto-vigoressica.

I genitori di Delia sono separati da quando lei camminava appena, ma hanno mantenuto un buon accordo e una gestione condivisa della loro bambina, favorita da abitazioni vicine e professioni che consentivano loro di distribuirsi quasi alla pari il tempo da trascorrere con lei. Delia non sembrava in alcun modo risentire di questa separazione poco conflittuale, ma al contrario godere delle attenzioni esclusive di entrambi i genitori. Nel nostro primo incontro il padre riassume così l'esperienza infantile della figlia: "Forse sono stato un padre-mammo, certo entrambi l'abbiamo molto viziata, magari per senso di colpa, ma Delia era una bambina così matura e ragionevole che non c'era motivo di rimproverarla. Non c'è stato nessun problema con lei fino alla fine delle medie: brava a scuola, ragionevole, tutto sembrava molto facile...".

L'ingresso al liceo, attesissimo, è stato affrontato da Delia con eccitato entusiasmo: gli amici, le uscite, la politica... Diventare grande e frequentare i ragazzi più grandi, essere ammessa al Gotha degli studenti del collettivo, "quelli popolari", addirittura legarsi sentimentalmente con uno di loro...

Nel contratto educativo con i suoi genitori non era mai stata necessaria l'imposizione di limiti e restrizioni: avevano sempre aderito senza timori alle richieste di una figlia matura e ragionevole, senza che fossero mai

costretti a definire regole e divieti. In modo del tutto inaspettato, compaiono però i primi “catastrofici” voti del liceo: la mente di Delia è evidentemente altrove e i suoi genitori sono costretti ad assumere posizioni più rigide: “Prima studi e recuperi, poi esci, ma devi rientrare all’ora stabilita”. Delia è disorientata dalla loro reazione, da tempo si considera capace di regolarsi da sola, lo faceva già alle medie, tanto più è in grado di farlo ora che è cresciuta...

Un recupero scolastico emergenziale le assicura per quell’anno la promozione a giugno, ma l’idillio con i genitori dell’infanzia si è spezzato per sempre: ogni richiesta da allora è fonte di conflitto, compresa la scelta di attenersi a una dieta vegetariana “per motivi etici, non estetici”.

Nella primavera del secondo anno di liceo, nei mesi del primo *lockdown*, l’attenzione di Delia per il cibo e la cucina diventa ossessiva, così come l’impegno a “mangiar sano senza danneggiare l’ambiente”. Altrettanta cura è dedicata alla costruzione di un look finalizzato a marcare l’appartenenza a un gruppo poco apprezzato, se non apertamente osteggiato, dai genitori: abiti *total black*, frangetta corta, depilazione delle sopracciglia, piercing al naso e alle orecchie.

Se durante la riapertura estiva la tensione sembra allentarsi e le vacanze trascorrono serene, con il ritorno autunnale alla didattica a distanza, la situazione precipita: Delia rinuncia a seguire le lezioni da remoto – “tanto non riesco a concentrarmi” – e perfino a uscire con gli amici. Il suo umore si incupisce e la perdita di peso, già iniziata l’anno precedente, diventa davvero allarmante, anche a causa della sempre più rigida selezione degli alimenti.

Quando incontro Delia per la prima volta la gravità delle sue condizioni fisiche è evidente, nonostante lei tenti di nasconderla entro un maglione *oversize*, e altrettanto lo sono lo spaesamento e la tristezza che traspaiono dai suoi occhi neri e penetranti: “Non va tanto bene, faccio fatica... Non riesco a parlare con una persona che non conosco, ma nemmeno a uscire e incontrare i miei amici... Faccio fatica perfino a collegarmi con la classe in video... Anzi, ormai non lo faccio proprio più. Quando esco per strada mi sento guardata, giudicata... So che è assurdo, ma è come se mi sentissi violata... come se fossi stata a lungo dentro una bolla e qualcuno ha rotto la bolla, che si è sgonfiata... Non mi sento più protetta fuori da casa mia”.

Il mondo esterno che Delia aveva affrontato con tanto entusiasmo all’inizio del liceo è diventato estraneo e nemico, contaminato dal virus e dal cibo inquinato. La bolla narcisistica che la faceva sentire inviolabile si è infranta, e ormai sembra aver paura di tutto.

Ideologie affettive parzialmente diverse ispirano le nuove forme sintomatiche del disturbo alimentare: quella ortoressica è animata da una preoccupazione che riguarda la salute non solo del proprio corpo, ma di tutti gli esseri viventi e dell'intero pianeta, così da caratterizzarsi come un'espressione radicale dell'angoscia per la sopravvivenza della Madre Terra e di tutti i suoi figli, messa a rischio dalla *ùbris* di uno sviluppo tecnologico capitalistico avvenuto sotto l'egida di una cultura paterna incurante del benessere collettivo.

L'aspirazione delle adolescenti vigoressiche sembra, invece, quella di dare al corpo quella forma che il Sé ancora non possiede: dopo un'infanzia trascorsa cercando di adeguarsi alle aspettative degli adulti, queste ragazze cercano di scolpire e plasmare nel corpo una nuova se stessa, più forte e meglio definita, meno compiacente e più individuata, per lasciarsi definitivamente alle spalle la "brava bambina" del passato.

Ovviamente, in ogni storia clinica questi aspetti si intrecciano, mischiandosi in dinamiche interne e relazionali specifiche, di cui è necessario ricostruire le origini e il significato.

Rigida e silenziosa, Federica risponde annoiata alla sua psicologa, ma sulla T shirt che indossa è stampato un eloquente messaggio: "I'm out of the bed and dressed, what do you want more?".

Interrogata sul significato e gli interlocutori di questa muta invocazione, Federica dapprima banalizza – "è una maglietta vecchia, l'ho indossata senza pensarci..." – poi, sentendosi incalzata, reagisce irritata: "Ho provato ad adattarmi, a fingere di star bene con gli altri, a condividere i loro interessi e i loro modi di divertirsi! Sono stanca di far finta! Io stavo bene in DAD, quando non dovevo fingere di essere come gli altri! I miei si preoccupano che rimanga sola durante le vacanze e vorrebbero che portassi un'amica con me, ma io voglio stare finalmente in pace a fare quello che mi piace, voglio leggere e allenarmi, non mi diverto con gli altri!".

"Leggere e allenarsi", plasmare la mente e il corpo per dar forma a un nuovo Sé, più autentico e meno adattabile, sospendendo per il momento le relazioni con il mondo esterno, è il desiderio che Federica silenziosamente esprime: fermarsi e isolarsi, non solo dai coetanei ma anche da quel contenitore familiare che è stato in passato fonte di tante gratificazioni, le consentirebbe forse di prendere le distanze e svincolarsi dal contratto narcisistico stipulato con i genitori dell'infanzia, nell'attesa che il nuovo Sé adolescenziale prenda forma.

Rispetto all'anoressia restrittiva classica, nelle nuove manifestazioni del disturbo alimentare il bisogno di programmazione e controllo prevale sulla

dis-percezione corporea relativa alla magrezza, che non sempre compare. Il registro ossessivo del controllo è dominante anche nei confronti della dimensione ascetico-restrittiva, non necessariamente presente: le nuove anoressiche non dichiarano disinteresse né repulsione nei confronti del cibo; al contrario, spesso si descrivono interessate alla buona cucina, e anche quando non si concedono trasgressioni, ammettono una certa golosità rispetto ad alcuni alimenti, optando per un rigoroso controllo delle quantità, piuttosto che per un rifiuto “schifato”.

La repulsione nei confronti del cibo-oggetto di desiderio, presente nelle anoressiche “classiche”, è sostituita da una vigilanza considerata necessaria, al servizio della buona manutenzione del corpo: saper controllare il desiderio, piuttosto che negarlo, rinforza un Sé sotterraneamente vissuto come infantile e vulnerabile, soprattutto troppo dipendente dall’approvazione degli altri, adulti o coetanei che siano.

In questo contesto, l’intensità dei desideri che accompagnano l’esordio adolescenziale è percepita come una minaccia per il Sé e le sue perfezionistiche aspirazioni: così come nell’anoressia restrittiva classica, è la pulsionalità del corpo adolescente a ispirare una profonda angoscia, ma il rigido autocontrollo e la convinzione di attenersi a uno stile di vita corretto, sano e salutare, di solito – non sempre – impediscono al peso di scendere a livelli davvero allarmanti.

L’iper-controllo che governa non soltanto gli atteggiamenti e le relazioni, ma l’intera vita emotiva, fino a renderla spenta e ripetitiva, a svuotarla di autentici slanci vitali, conferma il terrore ispirato dall’emergere dei desideri connessi allo sviluppo adolescenziale, avvertiti come in-arginabili e minacciosi per l’immagine identitaria della “brava bambina”.

Dipendere dall’altro è intollerabile per un narcisismo fragile; per questo è necessario controllare e contenere il desiderio, organizzandolo in una sorta di “programma” che lascia pochi margini di scelta. L’esito dell’irrigidimento del corpo e della mente è il blocco delle istanze vitali, lo svuotamento da ogni desiderio: “I’m out of the bed and dressed, what do you want more?”.

Il paradigma dell’astinenza che accompagnava la gestione anoressica del desiderio viene sostituito dal calcolo economico di introiti e consumi, che non aspira, affatto, al vuoto dell’astinenza o all’esibizione mortifera del corpo scheletrico, ma vorrebbe conservare un rigoroso quanto precario equilibrio fra entrate e uscite, tra pieno e vuoto, che inevitabilmente espone al rischio di inciampi e cadute. I rituali ginnici e alimentari, accompagnati dal tentativo sempre più faticoso di conservare l’eccellenza scolastica su cui si fonda l’autostima, ma ormai anch’essa svuotata di curiosità e interesse, dunque di desiderio, trasformata in un affanno doveristico e com-