

QUESTA MATTINA UN INCONTRO APERTO PRESSO LA SEDE DI VIA DELLA CONSOLAZIONE

Mangiatori compulsivi, uniti per guarire

Gruppi di auto-aiuto "anonimi" riservati a chi ha un rapporto sbagliato con il cibo

BRUNO VIANI

NORMA, 44 anni, racconta dei giorni in cui per lei era normale acquistare da sola una torta per sei persone. «E poi andavo in auto, da sola, e la mangiavo una fetta dopo l'altra. Facevo il giro delle pasticcerie ed era diventato un problema anche economico, al 15 del mese, pagato l'affitto, avevo finito lo stipendio».

Norma è la portavoce del gruppo O. A. "Le Vele", ovvero i membri genovesi di Overeaters anonymous, mangiatori in eccesso che si confrontano per affrontare il loro problema. E si presenteranno alla città («con un incontro aperto ai professionisti, perché non ci conoscono ancora») e a chiunque fosse interessato questa mattina dalle 10 alle 12.30 nella sede di via della Consolazione 3, un portoncino verde al lato della chiesa. «Da trent'anni lavoro con i gruppi milanesi che si occupano dipendenza da alcol, quelli che hanno una tradizione più radicata - dice il professor Gaspa-

re Jean, primario emerito in Medicina Interna del Santa Corona di Garbagnate Milanese - e mi occupo, insieme ad altri medici, dei rapporti con i servizi pubblici. con l'obiettivo di aiutare da aiutare il recupero e la ri-socializzazione», La famiglia degli "Anonimi" è cresciuta nel tempo allargandosi ad altri campi di dipendenze nell'ambito delle quali viene utilizzato lo stesso format di approccio: gruppi di auto-aiuto diversi».

Narcotici anonimi, giocatori anonimi, ma anche "emotivi anonimi". E gli "Overeaters anonymous". «Il problema è che anche tra noi medici non sono conosciuti a sufficienza, l'approccio all'obesità si limita alle diete che portano al fenomeno della fisarmonica: finché si seguono le prescrizioni si dimagrisce, subito dopo ci si allarga di nuovo. Invece, se c'è un supporto psicologico con l'aiuto di professionisti, o di tipo socializzante come la partecipazione ai gruppi come fanno gli overeaters anonymous, è più facile uscirne»



Qual è il confine? «La medicina si occupa di due tipi di disturbi alimentari, l'anoressia e la bulimia - riprende il medico - Gli overeaters si rivolgono a tutti quelli che hanno un rapporto sbagliato col cibo, alla signora che entra in casa, si trova sola, va al frigo e lo svuota. La bulimia è una malattia, il mangiare compulsivo è soprattutto il sintomo di un malessere.

Norma, la portavoce del gruppo genovese, racconta di essere arrivata a pesare oltre il quintale, decisamente troppo per una giovane donna alta 1,62. «Per me l'esplosione del problema è stata durante l'adolescenza. Ci sei dentro quando il cibo diventa un'ossessione mentale costante: il mangiatore normale a un certo punto si sente sazio, per il mangiatore compulsivo è come se il corpo e la mente non dessero mai il segnale di stop. Il cibo scandisce l'intera giornata, l'autostima va sotto i piedi, la tua vita è mangiare».

viani@ilsecoloxix.it

© RIPRODUZIONE RISERVATA