

## A Villa Miralago si celebra il Fiocchetto lilla: “I disturbi alimentari in aumento con la pandemia”

Pubblicato: Lunedì 15 Marzo 2021



Da un anno la nostra quotidianità è cambiata dalla pandemia da Sars-Cov2. I ragazzi spesso chiusi in casa, distanziati gli uni dagli altri, lontani dagli ambienti di socializzazione come la scuola, amplificano una situazione difficile da sostenere e sopportare. Ancora di più, per chi inizia a sperimentare la vita e avrebbe bisogno di incontrare il suo gruppo, crescere e fare nuove esperienze, iniziare a scoprire se stessi e le proprie relazioni al di fuori della famiglia.

La pandemia provoca molti problemi anche ai **ragazzi, adolescenti o neoadolescenti** che chiusi nelle loro camere vivono una **vita virtuale fatta di immagini su Instagram o Tik Tok**, una vita in copertina dove il pensiero del mito della perfezione da esibire diventa spesso totalizzante, tanto da precludere la realtà della vita.

In occasione della decima edizione del **Fiocchetto Lilla**, che invita a riflettere sui disturbi alimentari, a **Villa Miralago di Cuasso al Monte** si vivono i preparativi del musical che verrà trasmesso on line per le famiglie e la rete del Fiocchetto: « Ci dobbiamo accontentare di questa modalità – spiega **Cristina Framarin, coordinatrice dell'area educativo-assistenziali** – Di solito le nostre ospiti si esibiscono per gli studenti delle scuole, dal vivo. Decisamente un'altra cosa , ma speriamo di poterlo fare presto».

In occasione della decima edizione del Fiocchetto Lilla, che invita a riflettere e a discutere sui disturbi alimentari, la comunità riabilitativa per la cura dei disturbi della nutrizione e dell'alimentazione Villa

Miralago a Cuasso al Monte, oltre a sostenere e incentivare le iniziative di sensibilizzazione attraverso le associazioni, si vivono i preparativi del musical che verrà trasmesso on line per le famiglie e la rete del Filo Lilla: « I tempi difficili che viviamo non fermano la nostra volontà di permettere agli ospiti di esprimere le loro creazioni- spiega Cristina Framarin, coordinatrice dell'area educativo-assistenziali – Di solito le nostre ospiti potevano portare le proprie creazioni all'esterno, oppure, mostrarle ai genitori che venivano in struttura. Era decisamente un'altra modalità, ma speriamo di poter tornare a incontrarci di nuovo».

**Anche Villa Miralago, da un anno, vive la pandemia con tutte le limitazioni previste:** «All'inizio, abbiamo tutti reagito cercando di fare del nostro meglio e creando occasioni per poter stare insieme con i pazienti – ricorda la coordinatrice – Andavamo incontro alla bella stagione, avendo un parco interno che ci permette di svolgere le attività ludico ed educative per stare fuori insieme. **A settembre le cose sono diventate più difficili.** L'arrivo dell'autunno e dell'inverno e dell'innalzamento dei contagi, ci ha costretti ad aumentare le restrizioni: senza poter ricevere visite, senza poter svolgere incontri con esterni, senza poter uscire. **Ci siamo adattati, abbiamo cambiato e trovato nuove modalità educative e di vita.** La pandemia ci ha portato via una fetta consistente del percorso, quello del rientro in famiglia per brevi periodi, o uscite a scuola o per fare piccoli lavoretti. **Il momento finale e fondamentale della riabilitazione,** quando si sperimenta il ritorno alla propria quotidianità. Con le regole della prevenzione dei contagi questo viene limitato, ma cerchiamo di attuare strategie che il più possibile accompagnano i soggetti alla propria realtà di vita.»

« Da un anno senza abbracci è molto difficile – commenta **Giulia Sasso che al centro di Cuasso è infermiera** – È davvero complicato non poter usare la propria fisicità nei momenti importanti: di difficoltà, ma anche di successo, di gioia o di sconforto. La nostra è una comunità dove la relazione è importante e il calore umano è una terapia».

**A Villa Miralago ci sono 61 ospiti.** Si tratta nel **95% dei casi di donne, giovani o giovanissime,** di età compresa **tra i 14 e i 35 anni.** È convenzionata con il sistema sanitario regionale lombardo dove c'è una lista d'attesa e collaborazioni con tutto il sistema sanitario nazionale. I disturbi alimentari, anoressia, bulimia o fame compulsiva, sono un tema di cui si parla ormai da decenni ma ancora **c'è troppa poca prevenzione,** l'intervento è quasi del tutto in "acuzie", con il caso conclamato: « Il nostro centro oggi è riuscito a operare sinergicamente agli ospedali e ai centri di salute mentale di riferimento – spiega **Yuri Melis, il coordinatore della ricerca** – Sul territorio, però, c'è ancora qualche difficoltà ad accedere ai servizi di salute mentale. Spesso si rivolgono al nostro centro anche genitori in cerca di informazioni, di una guida».

Il rapporto problematico con il cibo inizia sempre prima: «Oggi, l'esordio si esprime **non più nell'adolescenza ma già nella pre-adolescenza** cominciano a manifestarsi questi disturbi che poi potenzialmente si aggravano quando si entra nell'adolescenza – racconta **Cristina Framarin** – un momento complesso quello dell'adolescenza, in particolare, quando le sicurezze della quotidianità vengono meno. **La fragilità di questi momenti può catalizzare i miti della perfezione e della performance** che però possono esacerbarsi e condensarsi sulla distorsione del rapporto con il cibo».



In una situazione di emergenza come questa è proprio l'immagine a veicolare tutto il proprio mondo: « Vivere l'adolescenza mediata dai profili Instagram o Tok Tok ha indubbiamente peggiorato il **livello di dipendenza dalla propria immagine corporea e ideale**» commenta il ricercatore Yuri Melis.

« **I genitori devono controllare gli smartphone dei figli**– suggerisce l'infermiera Giulia Sasso – la vita dei ragazzi trascorre proprio sui loro profili e la ricerca dell'immagine perfetta deve suonare come un campanello d'allarme. La loro è un'età dove è difficile distinguere tra giusto e sbagliato, favorevole o dannoso. I modelli che arrivano dalla televisione, ma anche dai social, non hanno filtri o istruzioni ed è un attimo trasformarli in miti da emulare».

**La vita vera si è fermata e ha lasciato il passo a quella virtuale:** «Non sempre e non obbligatoriamente – spiega **Mattia Resteghini biologo nutrizionista di Villa Miralago** – **Il cibo è sempre stato un aggregante familiare.** Ci si riuniva attorno alla tavola per mangiare insieme e vivere la comunità. Quella è la forza positiva del cibo. Riuscire a ricostruire la comunità attorno al pranzo o alla cena, partendo dalla preparazione, **condividendo impegno e piacere del cucinare insieme è sicuramente un modo per fare cultura alimentare.** È l'occasione per affrontare i demoni del cibo con il calore dell'ambiente domestico».

Alessandra Toni

alessandra.toni@varesenews.it