

Incontro con la dott.ssa Monte

Lunedì, 18 aprile 2016, la 3B con la professoressa Pavone ha partecipato all'incontro con la dottoressa e nutrizionista Antonia Monte. Nell'incontro cominciato alle ore 9:00 e durato poco più di due ore, la dottoressa ci ha parlato di due patologie che colpiscono i ragazzi tra i 14 e i 18 anni: l'anoressia e la bulimia.

L'anoressia nervosa consiste nel rifiuto del cibo per mantenere il proprio peso corporeo al di sotto del peso minimo ed è una malattia strettamente correlata al sesso e all'età. Infatti, colpisce per il 90% ragazze adolescenti che vivono in paesi industrializzati e anche immigrati ben integrati. L'anoressia è diffusa in Europa, Stati Uniti, Canada, Australia, Giappone e Nuova Zelanda. Le ragazze affette dall'anoressia possono sviluppare anche l'amenorrea, cioè la mancanza del ciclo e sono ossessionate dal pensiero di essere troppo grasse: per cui rifiutano il cibo. L'anoressia si riconosce dall'Indice di Massa Corporea (IMC), che è uguale al peso diviso l'altezza al quadrato ($IMC = p/aa$). Se l'IMC è sotto il 17,5 si tratta di anoressia grave, se è compreso tra 20 e 25 si tratta di normopeso, se supera questi valori si parla di sovrappeso e obesità. Le persone anoressiche cercano in ogni modo di dimagrire: alcune ricorrono alla tattica del vomito indotto, altre usano lassativi che richiamano l'acqua presente nel nostro sangue, eliminandola con le feci, altre ancora fanno troppa attività sportiva. Inoltre, l'anoressia influenza anche il modo di comportarsi, perché rende queste persone costantemente depresse, senza una vita sociale e affette da insonnia. Il rapporto con il cibo è visto come un grave problema e le anoressiche non vogliono essere guardate mentre mangiano. Hanno il rituale di frantumare il cibo e si sentono a disagio con gli altri che cercano di convincerle o le costringono a mangiare. L'anoressia, se non viene curata tempestivamente, può sfociare nella bulimia o addirittura portare alla morte (10% dei casi).

La bulimia, invece, è una patologia che porta alla mancanza di controllo davanti al cibo. I bulimici si abbuffano e poi assumono sostanze per vomitare, ma, al contrario degli anoressici, il loro peso corporeo tende sempre ad aumentare. La bulimia (dal greco BOUS-LIMOS = fame da bue) spesso compare dopo l'anoressia (14-18 anni = anoressia / 25-29 anni = bulimia / oltre i 29 anni = obesità), ma colpisce sia le ragazze che i ragazzi. I bulimici sono privi di autostima, pensano sempre di essere colpevoli tanto che alcuni arrivano al suicidio.

Gli anoressici e i bulimici vivono in famiglie rigide in cui manca il dialogo e ci sono solo delle imposizioni. La malattia è solo la "punta dell'iceberg" e nasconde un rapporto difficile e complicato con i genitori. Conoscere meglio questi gravi disturbi alimentari può aiutare a prevenirli e sapere a cosa si va incontro è molto importante.

Prof.ssa Pavone

La classe 3B