

## Anoressia, un rischio concreto anche per le bambine

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

“Sono molto preoccupata per la mia nipotina di 10 anni. E’ sempre stata magra. Ma da qualche mese ho notato (quando viene da me) che mangia con estrema lentezza, cincischia, non vuole più carne o pesce, preferisce cibi “bianchi”. Parla poco, si è chiusa anche con me. Anche se è così piccola, potrebbe andare in anoressia? Mi faccio riguardo a parlare con mia nuora, perché lei e mio figlio si sono appena separati. Lui viaggia molto, è sempre via per lavoro. Cosa mi consiglia?”.

Tina R. (Milano)

Gentile signora Tina, temo che la sua preoccupazione sia fondata. I comportamenti che lei descrive sono proprio tipici di un iniziale disturbo del comportamento alimentare che merita grande attenzione, per essere curato con tempestività, prima di diventare un più serio disturbo di tipo francamente anoressico. E’ possibile che la sua nipotina esprima nel difficile rapporto con il cibo un momento di grande difficoltà emotiva, anche per la separazione dei genitori, e un sentimento di solitudine e di sofferenza, che comprensibilmente non è in grado di affrontare sul fronte psicologico.

Purtroppo, sempre più bambine mostrano disturbi del comportamento alimentare di tipo restrittivo (ossia con crescente riduzione qualitativa e quantitativa del cibo ingerito), come è stato recentemente indicato in convegni nazionali e internazionali. I casi di anoressia registrati nella fascia di età compresa tra gli 8 e i 12 anni sono in costante aumento e hanno toccato il 10% della totalità dei giovanissimi pazienti presi in carico, per esempio, dall’ospedale milanese Niguarda. Non solo: ben il 40% dei pazienti con anoressia sviluppa il problema prima dei 16 anni. E il 92% è femmina, a ben dimostrare come la massima vulnerabilità a somatizzare problemi psichici nel rapporto con il cibo sono bambine e adolescenti. Se si considera che l’anoressia è la punta, evidente e drammatica, di una gamma molto più articolata di disturbi del comportamento alimentare, è evidente che la nostra attenzione su questo fronte deve crescere in sensibilità. In questo senso la famiglia, e nonne sensibili come lei, sono essenziali per cogliere le prime battute del disturbo, prima che diventi impegnativo e drammatico.

Come intervenire?

Credo sia doveroso esprimere questa sua seria, e motivata, preoccupazione a entrambi i genitori insieme. Suggestirei di invitarli a casa, dicendo che desidera confrontarsi con loro su un problema che riguarda la piccola. In positivo, Milano ha ottime strutture per la diagnosi e terapia dei disturbi del comportamento alimentare, specializzate nella cura dei giovanissimi, che offrono consulenza psicologica anche ai genitori.

La bambina le sta lanciando un messaggio in una bottiglia. E lei, che è nonna di gran cuore, lo ha raccolto. Non abbia timore a parlare: è necessario per il bene della piccola. Le auguro che figlio e nuora non neghino l’evidenza, ma siano capaci di sedare le liti per ridare alla bambina le certezze

affettive di cui ha disperato bisogno.

---

---

Prevenire e curare – Rischi e prevenzione dell'anoressia nelle bambine

- La riduzione qualitativa e quantitativa del cibo comporta non solo perdita di peso, ma il rischio concreto di bloccare o rallentare marcatamente il processo di crescita puberale;
  - le conseguenze riguardano il blocco della crescita in altezza, con conseguente bassa statura, che è il segno più evidente, ma ripercussioni crescenti a carico del cervello e dell'equilibrio psicoemotivo;
  - il difficile rapporto con il cibo polarizza tutte le energie, che vengono sottratte al grande impegno di crescere: le bambine possono sentirsi poco considerate e poco apprezzate, soprattutto nei periodi di grave crisi coniugale dei genitori o quando entrambi, pur restando insieme, sono super-impegnati sul fronte professionale;
  - è indispensabile riconoscere – con dolore – che il problema esiste, ritrovare un'alleanza affettuosa tra genitori, anche separati, per il bene dei più piccoli e rivolgersi a professionisti preparati per l'aiuto specialistico necessario. Tanto prima, tanto meglio, per superare davvero bene il problema.
- 
-