

Intervento dell'Associazione Consult@noi in data 20.09.2017, presso il Senato della Repubblica - Aula della Commissione Igiene e Sanità, nell'ambito dell'esame dei disegni di legge in materia di Disturbi del Comportamento Alimentare (ddl 438, 2821, 2824 e 2868)

I Disturbi del Comportamento Alimentare (D.C.A.) costituiscono al giorno d'oggi un'**emergenza sanitaria** che non sembra in questo momento trovare un argine alla sua crescita esponenziale: la loro diffusione ha una rapidità e una rilevanza sconcertanti a tal punto che non si ha alcun esempio di malattia con una simile propagazione e con le caratteristiche di una vera e propria **epidemia sociale**.

Si parla di **3 milioni** di persone in Italia che soffrono oggi di questi disturbi e di decine di milioni di giovani e adulti nel mondo che si ammalano ogni anno. Teniamo presente, inoltre, che nei giovani i DCA costituiscono la **seconda causa di morte dopo gli incidenti stradali**.

Per ogni 100 ragazze in età adolescenziale si stima che 10 soffrano di qualche disturbo collegato all'alimentazione, di cui 1-2 persone delle forme più gravi come l'Anoressia e la Bulimia, le altre in manifestazioni cliniche transitorie e incomplete. Non va però sottovalutato il fatto che la prevalenza effettiva della malattia potrebbe anche essere maggiore rispetto a quella registrata, a causa del dato sommerso o delle forme non diagnosticate che potrebbero raggiungere anche il 50%.

Consult@noi - Chi siamo

Da anni esistono in Italia Associazioni di familiari ed ex pazienti che si sono formate per supportare chi soffre di DCA e per combattere lo stigma legato a questi disturbi.

Nel 2010, 8 Associazioni si sono riunite in un'Associazione di 2° livello senza fini di lucro, denominata **Consult@noi**.

Ad oggi, dopo circa 7 anni di attività, vi aderiscono **20 Associazioni** da diverse regioni d'Italia con l'obiettivo di mettere in rete e dar voce a tutte le Associazioni di familiari che si occupano di DCA, per far sì che assumano un peso maggiore a livello non solo locale, ma anche nazionale.

Online è disponibile una [mappa interattiva](#) contenente tutti i riferimenti alle singole Associazioni.

Il sito di riferimento di Consult@noi è www.consultanoidca.it

Le Associazioni di Consult@noi

Associazione AIDA | Associazione Interventi Disturbi Alimentari (Roma) - <http://www.aidaroma.it/>

Associazione Perle Onlus | Contro i Disturbi del Comportamento Alimentare (Grosseto) - <http://www.perleonlus.it/>

Associazione Korakané (Messina) - <https://www.facebook.com/AssociazioneDiVolontariatoNoProfitKorakane?fref=ts>

Fenice Lazio Onlus | Associazione per la Cura e la Riabilitazione dei Disturbi Alimentari (Roma) - <http://www.fenicelazionlus.org/>

Associazione Mi Nutro Di Vita | Associazione per la lotta ai Disturbi del Comportamento Alimentare (Pieve Ligure - GE) - <http://www.minutrodivita.it/>

Associazione A.C.C.A. Lucca | Associazione per la Cura del Comportamento Alimentare (San Filippo - LU) - <http://www.associazioneaccalucca.it/>

Associazione Il Bucaneve | Associazione di Volontariato sui Disturbi Alimentari (Castiglione del Lago - PG) - <http://www.assilbucaneve.it/>

Associazione A.C.C.A. Onlus (Carrara) - <http://www.associazioneacca.it/>

Associazione Alice per i DCA | per i Disturbi del Comportamento Alimentare (Padova) - <http://www.aliceperidca.it/>

ADAO Onlus | Associazione Disturbi Alimentari Obesità (Thiene - VI) - <http://www.adao.it/adao/>

Voci dell'anima | ONLUS di parenti, amici e sostenitori di persone con Disturbi del Comportamento Alimentare (Cagliari) - <http://www.vocidellanima.it/>

Associazione Briciole di Pane (Genova) - <http://bricioledipane.weebly.com/>

Conversando Onlus | Anoressia, Bulimia, Disturbi Alimentari, Salute e Benessere (Firenze) - <http://www.conversando.org/>

Associazione Per Adriana Onlus (Catania, Italy) - <https://www.facebook.com/ass.onlusperadriana?fref=ts>

Associazione A.F.co.D.A. | Associazione Familiari COntro i Disturbi Alimentari (Genova) - <https://www.facebook.com/Afcoda-526965873993308/>

Associazione Onlus Emmepi4ever (S. Tamarro - CE) - <http://www.emmepi4ever.it/>

Associazione La Vela DCA (Gravina in Puglia - BA) - <https://www.facebook.com/la.vela.73>

Associazione In punta di cuore | Associazione contro i Disturbi del Comportamento Alimentare (Cirié - TO) - <https://www.facebook.com/inpuntadicuore/>

L'equilibrista Onlus (Arezzo) - <http://95.110.230.177/lequilibrista.it/index.html>

ADAO Friuli Onlus | Associazione Disturbi Alimentari e Obesità (Prata di Pordenone - PN) - <http://www.adaofriuli.com/adao/homepage.html>

Consult@noi - Obiettivi

Consult@noi si propone di:

- progettare e realizzare **iniziative comuni di sensibilizzazione alla salute**, a livello nazionale ed internazionale, e interventi di formazione per operatori e volontari;
- promuovere la trasparenza e l'accessibilità dei servizi, **sviluppando i rapporti con le istituzioni politiche** nazionali, regionali e locali;
- realizzare e diffondere materiale informativo e divulgativo sui DCA e sulle attività del volontariato;
- realizzare e aggiornare la “**mappatura**” dei servizi di diagnosi e cura dei DCA presenti sul territorio nazionale (www.disturbialimentarionline.it);
- **reperire fondi** per iniziative e progetti comuni;
- favorire la condivisione di esperienze, progetti e metodologie di lavoro tra le varie associazioni, promuovendo e sviluppando la rete dell'auto mutuo aiuto.

La Giornata del Fiocchetto Lilla

Il simbolo dell'impegno e della consapevolezza nei confronti dei D.C.A. è il **Fiocchetto Lilla**.

La **Giornata Nazionale del Fiocchetto Lilla** viene istituita e promossa per la prima volta in Italia, il 15 marzo 2012 dall'associazione genovese “**Mi Nutro Di Vita**” (www.minutrodivita.it).

L'iniziativa parte dal suo presidente, Stefano Tavilla, che ha perso la figlia Giulia a soli 17 anni per bulimia (in lista d'attesa per ricovero in una struttura dedicata). La Giornata ricorre ogni anno il **15 marzo**, proprio nel giorno della scomparsa di Giulia Tavilla.

Consult@noi ha deciso di adottare il Fiocchetto Lilla, promuovendo in rete l'hashtag **#coloriamocidillila**, e di sostenerlo per coerenza di intenti, conferendogli accezione di **sensibilizzazione ed informazione sulle maggiori cause e sui devastanti effetti che i DCA determinano nell'individuo, nella famiglia e nella società**.

Obiettivi della Giornata

Questa Giornata offre speranza a coloro che stanno ancora lottando e mira a sensibilizzare l'opinione pubblica sul tema dei Disturbi del Comportamento Alimentare (D.C.A.): Anoressia, Bulimia, Binge Eating, Obesità, EDNOS, e tante e nuove forme ancora... In tutta Italia, in occasione di questa Giornata, vengono organizzati eventi di vario genere: convegni, presentazioni di libri, banchetti informativi, colorazioni lilla di fontane/monumenti, etc.

Nello specifico, gli obiettivi della Giornata sono i seguenti:

- difendere i diritti fondamentali di chi è colpito da un DCA, combattendo informazioni distorte e/o pregiudizi;

- sensibilizzare l'opinione pubblica, facendo conoscere la frequenza, le caratteristiche e le gravi conseguenze che questi disturbi possono avere per la salute fisica e psicologica di chi ne soffre;
- scoraggiare il distacco ed il disinteresse da parte di chi non è direttamente coinvolto dalla malattia;
- accrescere la consapevolezza a livello individuale, collettivo ed istituzionale del carattere di epidemia sociale che i DCA stanno assumendo a livello nazionale e mondiale;
- creare una rete di solidarietà verso chi è colpito da DCA, personalmente o in famiglia, per combatterne il disagio relazionale e il senso di abbandono e sconfiggere l'omertà che accompagna questi disturbi.

Di recente, abbiamo realizzato anche un **sito web** dedicato alla Giornata, in cui sono raccolte tutte le informazioni relative alle iniziative intraprese negli ultimi 6 anni: www.coloriamocidililla.wordpress.com.

Come si può notare dalle mappe delle varie Giornate, dal 2012 ad oggi le adesioni si sono moltiplicate, tanto che quest'anno nel mese di marzo sono stati organizzati **oltre 120 eventi** in tutta Italia.

Richiesta di istituzionalizzazione della Giornata

Chiediamo che il 15 marzo venga istituito e riconosciuto come Giornata Nazionale contro i Disturbi del Comportamento Alimentare, al fine di promuovere sensibilizzazione e informazione su queste patologie.

L'istituzionalizzazione della *Giornata del Focchetto Lilla* è un punto di partenza per far sì che parlarne divenga una realtà che i numeri da epidemia sociale di queste malattie meritano, per dar dignità a chi soffre e fare in modo che presto le Istituzioni si attivino per creare servizi e cure adeguate per tutti in ogni Regione.

"La Repubblica riconosce il 15 marzo quale Giornata nazionale per la prevenzione dei Disturbi del Comportamento Alimentare, al fine di promuovere la sensibilizzazione e la prevenzione in materia"
(art. 1, DDL 438)

"Il simbolo della Giornata è un fiocco in stoffa di colore lilla." (art. 3.1, DDL 2868)

"Il Ministro della Salute, previa intesa con il Ministro dell'Istruzione, promuove campagne di informazione e sensibilizzazione nelle scuole di ogni ordine e grado." (art. 6.1, DDL 2821)

No alla Thinspiration

Gli ambienti virtuali **pro-Ana** e **pro-Mia** (dove "Ana" sta per anoressia nervosa, "Mia" per bulimia nervosa, e "pro" connota l'ossessione per questa condizione) rappresentano uno dei canali più efficaci di diffusione dei Disturbi Alimentari, soprattutto tra gli adolescenti, che navigano in rete quotidianamente.

Si tratta principalmente di **siti web** (oltre 300.000 secondo quanto riportato anche nel DDL 438) e **blog**, ma di recente il fenomeno ha preso piede anche sotto forma di **gruppi Whatsapp** e **profili sui social network** (quali **Facebook**, **Twitter**, **Instagram** e **Tumblr**), in cui vengono dispensati consigli su "come ammalarsi per essere perfette".

La caratteristica di questi ambienti è quella di costituirsi come delle sette, dove si lancia un **appello a dimagrire ad oltranza**, come forma di protesta e di rifiuto nei confronti del mondo esterno.

A dettare legge è una lista di veri e propri **comandamenti**, tutti centrati sull'equazione **magrezza = salvezza**, a cui gli adepti delle comunità virtuali devono attenersi:

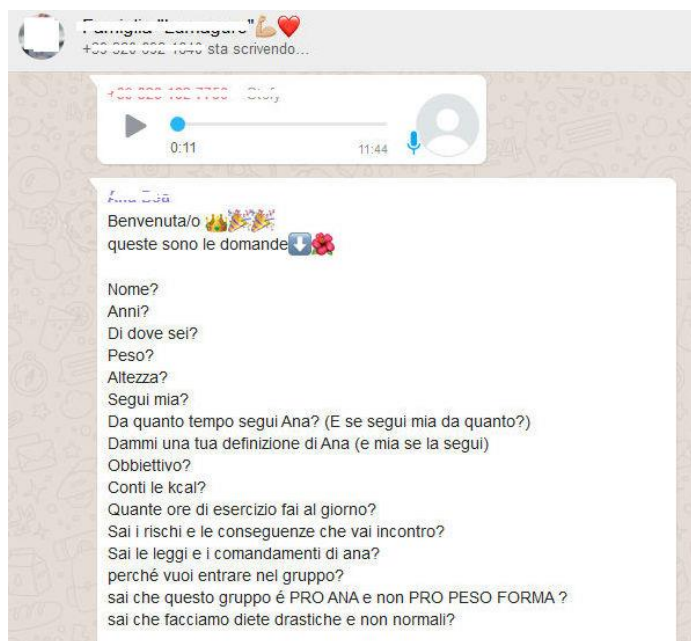
1_se non sei magra non sei attraente
2_essere magri è più importante che essere sani
3_compra vestiti,taglia i capelli,prendi lassativi,muori di fame
pur di sembrare più magra
4_non puoi mangiare senza sentirti in colpa
5_non puoi mangiare cibo ingrassante senza punirti dopo
6_devi contare le calorie di ogni cosa e ridurle
7_la bilancia ha sempre ragione
8_perdere peso è bene,guadagnare peso è male
9_non sarai MAI troppo magra
10_essere magri e non mangiare sono simbolo di vera forza di
volontà e autocontrollo

"I Dieci Comandamenti" da un blog Pro-Ana

Per la realizzazione del servizio andato in onda il 28 maggio 2017 nel corso del reportage "**Attacco al corpo**" dedicato ai D.C.A. (Speciale Tg1, realizzato da Alessandro Gaeta: <https://vimeo.com/222329568>), abbiamo dapprima effettuato una ricerca Google per accedere ad alcuni siti e blog attualmente aperti e attivi.

Poi, per entrare in contatto ed interagire con le autrici e le altre interlocutrici, abbiamo creato un **profilo fake**, con un contatto e-mail e un numero di cellulare. E 'cadere in trappola' è stato estremamente semplice...

E' bastato rispondere ad alcune semplici domande per riuscire ad entrare, nel giro di poche ore, in due **gruppi WhatsApp** frequentati da oltre 40 utenti, contattando il numero indicato in uno dei post: "scrivete al numero ***** per essere aggiunte al gruppo". Solitamente, all'arrivo della richiesta di inserimento di un nuovo utente nel gruppo, l'ingresso è discriminato da un **breve questionario** che gli amministratori somministrano per capire di che persona si tratta. Le domande, in genere, sono le seguenti (con qualche variabile a seconda del gruppo):



Una pioggia di messaggi, a qualunque ora del giorno e della notte. Non ci è voluto molto, leggendo gli scambi nelle cronologie, per sentirsi risucchiati in un vortice di pensieri malati, come un'energia quasi difficile da contrastare, tanto è immediata, diretta e veloce la possibilità di confronto tramite questi strumenti della comunicazione moderna.

Si creano proprio così, rapidamente e senza possibilità di monitoraggio, le **micro-comunità virtuali della cosiddetta Thinspiration** (letteralmente, ispirazione al magro): ragazzine - non mancano però anche i membri di sesso maschile - che si scambiano messaggi e consigli su come saltare i pasti, come buttare il cibo ("io mangio nella mia stanza, avvolgo il cibo in una scatola ricoperta di scottex e poi butto via tutto"), come digiunare ("il mio record [di digiuno] è stato 16 gg") o come smaltire le calorie introdotte, con lassativi e iperattività ("facendo esercizio ho paura di non riuscire a bruciare tutto - se non inizi non ne bruci neanche la metà"). Inoltre, circolano immagini di ragazze dal corpo emaciato, superstar e non (spopolano, in particolare, il "Thig Gap", cioè l'ossessione per lo spazio tra le cosce, e la "Ribcage Bragging Challenge", che consiste nel fotografare le ossa sporgenti della gabbia toracica) e video-istruzioni su come indursi il vomito: "ho cercato di resistere con le dita il più possibile, premendo. Fa un po' schifo, ma non devi mai togliere le dita, in pratica devi vomitare con la mano in bocca". E' una gara a chi mangia meno e brucia di più, e che, lì dentro, confina un grido di sofferenza e disperazione: "ho voglia di parlare, chi c'è?", "vorrei tanto che qualcuno capisse il mio dolore".

Una volta entrati, abbiamo posto delle **domande 'trabocchetto'** per indagare le risposte e le reazioni degli altri membri del gruppo e ottenere ulteriori dettagli e indicazioni sui comportamenti adottati e le diete seguite. Tra le diete più 'in voga' ci sono l'**ABC Diet** (Anorexic Boot Camp Diet - sul modello dei *Boot Camp* americani degli anni '80), l'**Emily's Diet** (-15 kg in 10 settimane) e la **Blue Jeans Diet** (200 kcal max. al giorno): tutte diete altamente restrittive e ipocaloriche, che limitano in maniera significativa l'introito calorico, per arrivare fino al digiuno completo, e prolungato anche per più giorni.

Per quanto riguarda le pagine **Facebook**, inoltre, abbiamo provato ad effettuare delle **segnalazioni anonime di pagine pro-ana al social network** per "*incitamento all'autolesionismo*". Ma siamo rimasti basiti di fronte al riscontro ricevuto qualche giorno dopo la segnalazione, che di fatto non ha prodotto alcun risultato:



Hai segnalato in modo anonimo thinspiration perché fa riferimento all'autolesionismo.

Segnalazione analizzata



Il nostro aggiornamento

Grazie per la tua segnalazione: hai fatto bene a contattarci. Abbiamo esaminato la Pagina che hai segnalato e, anche se non viola uno dei nostri specifici Standard della comunità, comprendiamo che la Pagina stessa o un contenuto condiviso al suo interno possa risultare offensivo per te. Desideriamo aiutarti a evitare i contenuti che non vuoi vedere su Facebook.

Se ritieni che dovremmo controllare un elemento specifico di questa o di un'altra Pagina, puoi segnalare il contenuto in questione (ad es. una foto) anziché l'intera Pagina.

Dall'elenco sopra riportato, puoi anche bloccare thinspiration direttamente oppure smettere di seguire la Pagina. Ti consigliamo di visitare il Centro assistenza per scoprire di più su come controllare i contenuti che vedi nella sezione Notizie. Se noti che una persona, un gruppo o una Pagina pubblica costantemente contenuti che non desideri vedere, ti consigliamo di limitare la frequenza con cui vedi tali post o di rimuoverli da Facebook.

Sappiamo che queste opzioni non sono applicabili a tutte le situazioni, quindi facci sapere se vedi qualcos'altro che pensi dovremmo controllare.

I siti pro-Ana e pro-Mia, essendo proibiti, vengono ciclicamente chiusi e riaperti, ma al momento non esiste alcuna **legge** che riconosca questi profili come "istigazione al suicidio/all'autolesionismo" o che ne regolamenti la chiusura. In Francia, dall'aprile 2008, i siti pro-Ana sono vietati. In Italia si attende la prosecuzione della proposta di legge Marzano (presentata nel 2014 e ritirata l'anno successivo):

"art. 580-bis del codice penale, concernente il reato di istigazione a pratiche alimentari idonee a provocare l'anoressia, la bulimia o altri disturbi del comportamento alimentare".

"Chiunque, con qualsiasi mezzo, anche per via telematica, determina o rafforza l'altrui proposito di ricorrere a pratiche di restrizione alimentare prolungata, idonee a procurare l'anoressia o la bulimia, e ne agevola l'esecuzione è punibile con la reclusione fino ad un anno. Se il reato di cui al primo comma è commesso nei confronti di una persona minore degli anni quattordici, o di una persona priva della capacità di intendere e di volere, si applica la pena della reclusione fino a due anni." (art. 2, DDL 438)

E' chiaro che la diffusione a macchia d'olio di queste realtà virtuali è diventata talmente capillare che ignorarne l'esistenza significa chiudere gli occhi di fronte alla realtà, una realtà che per molte adolescenti è quotidiana, spesso sconosciuta alle loro famiglie.

Parlarne, discuterne, è il punto di partenza per costruire un movimento che, di pari passo, vada a sostenere chi è in difficoltà, fornendo indicazioni e strumenti utili per ottenere un aiuto concreto ed adeguato, a partire dai famigliari e dalle figure di supporto che circondano la persona che soffre.

Per concludere, per contrastare questo pericoloso fenomeno, la stessa rete virtuale può effettivamente rimanere comunque una valida **risorsa di auto-mutuo-aiuto, sostegno e motivazione** nell'attraversare un percorso di cura, se diventa veicolo di messaggi di positività, che

promuovono la lotta ai Disturbi del Comportamento Alimentare in favore di un percorso di cambiamento e guarigione.

E' proprio questo il lavoro che da anni le Associazioni di **Consult@noi** (associazione nazionale di secondo livello) si propongono di portare avanti in tutto il territorio nazionale, promuovendo iniziative ed eventi di sensibilizzazione, prevenzione e informazione sui Disturbi del Comportamento Alimentare.

Maria Grazia Giannini

Presidente Consult@noi



Consult@noi
Associazione Nazionale
Disturbi del Comportamento Alimentare
S.F. 92064560516
consultanoi.webbly.com