

---

## Che cos'è l'anoressia?

**Autore:** Elena Cardinali

**Fonte:** Città Nuova editrice

**Una malattia in continuo aumento. Che colpisce soprattutto le giovani donne ma che non risparmia gli uomini, poco conosciuta e non facilmente riconoscibile. Nel breve saggio a conclusione del racconto Fame d'amore di Chiara Andreola (Città Nuova, 2015), Silvia della Casa, medico specialista in endocrinologia presso l'Università Cattolica di Roma, fa chiarezza sull'argomento.**

L'anoressia nervosa è il DCA (disturbo del comportamento alimentare) maggiormente evidente dal punto di vista clinico; è una malattia in continuo aumento ed è potenzialmente fatale a causa dei disturbi ai vari organi e apparati, che la patologia di per sé e la malnutrizione che ne consegue possono causare.

L'anoressia nervosa letteralmente significa «mancanza nervosa di appetito» ma si tratta di una definizione impropria perché le persone che soffrono di questo disturbo, pur rifiutando il cibo, hanno sempre un'intensa fame.

La perdita di peso è dovuta alla dieta ferrea e fortemente ipocalorica, conseguenza della paura di ingrassare e di perdere il controllo dell'alimentazione.

Nel corso della malattia, a causa della cronica deprivazione di substrati essenziali alla crescita e allo sviluppo, si verificano modificazioni ormonali critiche che, nelle forme a esordio prepuberale, possono determinare alterazioni dell'accrescimento, riguardanti sia la crescita staturale che la maturazione funzionale degli organi.

La malattia colpisce in genere ragazze di età compresa tra 10 e 30 anni (con un'età media di 17) ma sono in aumento i casi con esordio in età più tardiva, le forme croniche in soggetti con un'età superiore ai 40 anni e i casi con esordio in età pediatrica.

Nella anoressia si riconosce una forma *restricted* nella quale la diminuzione del peso è perseguita attraverso la dieta, il digiuno e l'esercizio fisico, e una forma *binge-eating/purging* (con abbuffate e condotte di eliminazione) nella quale avvengono regolarmente crisi bulimiche e condotte di eliminazione quali il vomito autoindotto e l'uso di lassativi e diuretici. In alcuni casi, le condotte di eliminazione sono attuate anche in assenza di crisi bulimiche, dopo introduzione di modeste quantità

---

di cibo.

## **Come inizia l'anoressia?**

La persona anoressica, in genere in un tentativo autogestito di dieta, comincia con il saltare i pasti, ridurre le porzioni, evitare tutti i cibi ritenuti grassi, con una attenzione ossessiva al contenuto calorico e alla bilancia.

L'eccessiva attività fisica è una strategia che viene usata per consumare calorie, ma è in realtà una modalità fisica dell'organismo per produrre endorfine in assenza di un'alimentazione equilibrata e normocalorica che notoriamente consente un aumento di endorfine.

La paziente anoressica non è un una semplice inappetente, ma una ragazza affamata che combatte con la sua fame e i bisogni del suo corpo. È una perfezionista costretta a dimostrare tutte le sue capacità. Determinata, apparentemente piena di energia, si sottopone a sforzi fisici continui e sente l'obbligatorietà di primeggiare in tutto e su tutti, ma non mangia e, spesso, smette anche di bere.

## **Come si manifesta l'anoressia?**

La anoressia è una malattia psichiatrica anche se presenta implicazioni endocrino-metaboliche e nutrizionali molto importanti e tali da costituire spesso i sintomi dominanti.

I criteri diagnostici seguono standard psichiatrici e la diagnosi si basa, secondo il quarto Manuale Diagnostico e Statistico dei Disordini Mentali (DSM-IV), su:

- rifiuto di mantenere il peso corporeo al di sopra del peso minimo normale;
- intenso timore di acquistare peso;
- presenza di un'alterazione dell'immagine corporea per ciò che riguarda forme e dimensioni

---

corporee;

– nel sesso femminile, in epoca post-puberale, vi è amenorrea.

Nella formulazione del DSM-V si prevede di eliminare l'amenorrea (assenza di cicli mestruali) dai criteri diagnostici in quanto si ritiene che non ci siano differenze da un punto di vista psichiatrico tra le pazienti affette da anoressia con o senza amenorrea.

Altre manifestazioni che talora si associano sono:

– disagio nel mangiare in pubblico;

– sentimenti di inadeguatezza;

– bisogno di tenere sotto controllo l'ambiente circostante;

– rigidità mentale;

– ridotta spontaneità nei rapporti interpersonali;

– perfezionismo;

– repressione dell'iniziativa e dell'espressività emotiva.

