

Prefazione

I disturbi della nutrizione e dell'alimentazione (DNA) sono un problema di sanità pubblica di importanza sempre maggiore, caratterizzati da un alto tasso di cronicità, mortalità e recidiva.

I comportamenti patologici di tipo ossessivo nei confronti del cibo sono sempre stati presenti nella storia. Sante e mistiche, per esempio, soprattutto nel Medioevo, praticavano l'astinenza estrema come forma di distacco dalla materia e dalle tentazioni mondane, di purificazione e avvicinamento a Dio. Nel contesto contemporaneo sono stati riconosciuti essere la manifestazione, senza veli, di un importante disagio psicologico ed emotivo che compromette in modo significativo la qualità della vita personale e relazionale.

Senza poter ridurre la complessità di queste malattie in poche righe, tra gli aspetti che contribuiscono al dilagare dei DNA possiamo notare, da una parte i vuoti di senso dell'esistenza che per lo più i giovani, ma non solo, si trovano ad affrontare nel mondo contemporaneo, dall'altra l'esaltazione dell'apparenza, dell'aspetto fisico, di modelli di perfezione spesso legati alla magrezza, proposti in continuazione dai media e soprattutto dai social. Il risultato è che confrontando diverse statistiche, tra il 2019 e il 2022, si riscontra che in tre anni i nuovi casi di DNA sono raddoppiati.

Secondo gli ultimi studi, in Italia, i disturbi della nutrizione e dell'alimentazione, che includono anoressia nervosa, bulimia

nervosa e *binge eating disorder*, causano circa 4.000 decessi all'anno e sono la seconda causa di morte tra i giovani, dopo gli incidenti stradali. Gli adolescenti sono, infatti, i più soggetti a queste patologie, delle quali risultano soffrire in totale circa 3,5 milioni di persone.

Per far fronte a queste problematiche, secondo un censimento della "Piattaforma disturbi alimentari dell'Istituto Superiore di Sanità" attualmente, nel nostro Paese risultano esserci 214 strutture, concentrate soprattutto al Nord. La maggior parte sono pubbliche o convenzionate, seguono quelle private e le associazioni. Sono luoghi organizzati per accogliere per lo più persone che hanno dai 13 ai 45 anni, ma metà di essi dichiara di potersi occupare anche di ragazze e ragazzi nella fascia di età compresa tra 7 e 12 anni.

I livelli di cura offerti sono vari. La mappa dei servizi territoriali del Ministero della Salute per DNA del 12 dicembre 2025, evidenzia una rete di cura diversificata, dominata dalla terapia ambulatoriale specialistica estemporanea, a seguire da quella ambulatoriale intensiva. Ci sono poi, i ricoveri ordinari e di emergenza, livelli minori come day hospital, day service e riabilitazione residenziale.

Si riscontra una prevalenza di risposte emergenziali, piuttosto che di quelle sistematiche e sistemiche. Ciò permette di affrontare e vedere solo la punta dell'iceberg di problematiche articolate che affliggono i soggetti con disturbi DNA. L'urgenza, per esempio, rende impossibile considerare e conoscere quel contesto dove i disturbi proliferano in quanto, per loro natura, sono strettamente connessi all'elemento relazionale se non spesso da esso determinati. I tempi ristretti impediscono l'avvio di un processo di cura che coinvolga, non solo la persona malata ma anche la rete di persone in cui è inserita, i genitori, il medico di base, gli amici, gli altri parenti, la scuola e l'ambito lavorativo.

Per essere incisivi verso la cura di queste malattie, le politiche sanitarie dovrebbero affrontarle in tutte le loro sfaccettature considerando, per esempio, anche le tante situazioni sociali

in cui la messa in relazione tra soggetti passa in prima istanza dalla graticola del giudizio reciproco. Rompere la dipendenza dall'ossessione per il cibo è assai difficile perché, a differenza di altre dipendenze, non si tratta di impedire l'assunzione di una sostanza, si deve piuttosto imparare a riequilibrare il rapporto ostile che il soggetto ha con il suo mondo interno e con quello esterno di cui il cibo diventa un elemento simbolico.

Per chi soffre di questo tipo di disturbi, il cibo è un nemico sempre presente, diventa il centro di tutto il proprio agire e pensare quotidiano, al suo controllo si destinano tutte le energie a disposizione. Questi problemi sono legati al "nutrimento esistenziale", non solo a quello organico. Questo ci deve far riflettere su cosa nutre non solo il corpo ma anche il sé e le relazioni nella società. Che spazi ci sono per coltivare e nutrire l'essere in Sé, e l'"essere insieme", piuttosto che l'essere qualcosa o qualcuno rispetto agli altri? In che modo si alimentano la vita, le esperienze intime e le relazionali oltre che con cibi troppo spesso ultraprocessati, precotti, pubblicizzati, commercializzati, con aspettative di approvazione altrui, inseguimenti di misure standard e tendenze mercato. È troppo chiedere politiche che creino spazi in cui coltivare relazioni sane? Luoghi di incontro per i giovani, al di là delle aule scolastiche o di ambiti in cui sono posti in competizione? Predisporre tempi e proporre progetti legati alla comprensione del sé, alla condivisione e non solo proiettati al fare e alla prestazione per superare l'altro, l'altra che cresce accanto a me?

C'è una reale consapevolezza dell'importanza di pensare e costruire lo spazio pubblico per una società che si possa incontrare, che possa coltivare una conoscenza non superficiale e la cura reciproca? Talvolta nemmeno questo basta a disinnescare comportamenti o pensieri interni autolesionisti ma può sicuramente rappresentare una possibilità di aiuto e supporto.

Nel racconto l'autrice si avvale di una scrittura a pennellate. Dipinge un quadro che restituisce la complessità dei mondi relazionali ed emotivi che portano e accompagnano le ragazze in un luogo di cura dove le relazioni, con se stessi e con gli

altri sono centrali: Comunità Margotta. Parole dense che alternano immediatezza a poesia. Citazioni di poemi e canzoni di Dalla, Capossela evocano un immaginario di una generazione, sono tentativi di comunicazione con un mondo là fuori, del quale si fatica far parte. Difficile è il riconoscimento del Sé, del senso dei giorni e della misura di uno spazio vitale in quotidiano equilibrio. Il pericolo sempre in agguato è la dispersione in eccessi di materia, in prospettive distorte che corrodono il corpo e l'identità.

Comunità Margotta viene rappresentata come una conchiglia che nutre con competenze e spazi protetti un'altra narrazione di Sé, al di là del giusto e dello sbagliato e dove la colpa e il giudizio cedono il passo alla comprensione, a una nuova visione. È un posto dove il conflitto trova modi di manifestarsi e per questo una soluzione, non certa ma possibile. Nella comunità la convivenza, le regole, le operatrici, i medici, le attività, sono tutte chiavi per aprire finestre su un mondo altro da quello malato e buio, su una realtà nuova con sentieri meno impervi, da percorrere senza fretta ma con la costanza del procedere che porta in cima alla montagna, verso una vita sana. Questo cammino è un'opportunità per prendere le distanze dalla Regina Magra, una despota che si impone e mette sotto accusa la necessità di nutrirsi, condanna all'isolamento chi rischia di piegarsi a tale bisogno o addirittura al piacere che si può trarre da esso.

Come lo sguardo silenzioso e amorevole del Barbagianni, dall'alto di un ramo, chi scrive racconta di un giardino, oltre a quello fisico della Comunità, dove con le appropriate cure le umane esistenze possono sbocciare.

Signora Luna che mi accompagni per tutto il mondo, puoi tu spiegarmi dov'è la strada che porta a me?

Chiara D'Ambros
Giornalista e Filmmaker

La Regina Magra