

# Il cibo oltre il cibo: cosa nutre la vita?



Un convegno dedicato al cibo dove protagonisti sono stati anche i ragazzi delle scuole superiori, che hanno gremito l'aula magna della Scuola di Medicina di Monza. Il convegno, (organizzato da Caritas di Monza, Zona Pastorale V, Università Bicocca, con la collaborazione della Fondazione Maria Bianca Corno, del Liceo Dehon di Monza e dell'Istituto Floriani di Vimercate), si è tenuto in occasione della giornata del malato e dell'imminente Expo 2015.

Al centro il cibo comprende le patologie da esso derivanti. *“Nei disturbi del comportamento alimentare – ha affermato lo psichiatra Luigi Enrico Zappa – tutta l'attenzione è posta sul cibo, oggetto di rifiuto nell'anoressia, oppure oggetto di abbuffate, nella bulimia”.*

Ma che cos'è l'anoressia? Cosa pensa la gente di questa patologia? *“E' la domanda – spiega Alessandro Chinello della Fondazione Maria Bianca Corno, Fondazione in prima linea nella lotta contro i disturbi dell'alimentazione – rivolta ai cittadini di Monza”.* Vediamo il video:

*“Allo stesso modo comportamenti tanto complessi, – ha aggiunto Zappa – come quelli manifestati nell'anoressia e nella bulimia nervosa, non dipendono da un'unica causa, ma sono il risultato di molteplici fattori biologici, psicologici e socio-ambientali”.* Al centro della sintomatologia è il cibo, la cui assunzione viene drasticamente ridotta e spesso regolamentata da rituali ossessivi, che testimoniano dell'importanza assegnata al cibo o meglio del potere tirannico dello stesso.



Spesso la problematica anoressica è legata al corpo e alla sua immagine, così celebrato sui media, un corpo che si vorrebbe perfetto ed etereo e a cui si nega la sensualità, negli aspetti propriamente carnali, esibito nella sua perfezione priva di bisogni e di desideri, un corpo allo stesso tempo esaltato e negato.

*“L’anoressia – conclude Zappa – è facilmente riconoscibile nelle sue manifestazioni più tipiche: la consistente perdita di peso, i rituali ossessivi relativi all’alimentazione, la preoccupazione immotivata di ingrassare contro ogni realistica evidenza, l’iperattività, la scomparsa delle mestruazioni. La giornata può trasformarsi in un tour de force senza sosta alla ricerca frenetica del consumo del maggior numero di calorie possibile e si rifugge da qualsiasi momento di piacere e distensione, in un esasperato desiderio di organizzare e controllare tutto.*”



*Le persone che soffrono di anoressia sono spesso perfezioniste e nello stesso tempo vulnerabili, brillanti e intelligenti, sono estremamente motivate a piacere agli altri e a riuscire, per esempio negli studi e nello sport, ma non sono mai paghe dei propri risultati né soddisfatte della propria immagine e tradiscono così una profonda insicurezza. L'ammirazione degli altri è esasperata e desiderano primeggiare, mentre non sopportano i conflitti e le critiche".*



C'è un grande divario tra l'immagine che appare all'esterno e la propria realtà interna: bravissime e molto attive, ma di fronte ai conflitti, quelli connessi alla pubertà per esempio, si sentono vulnerabili e incapaci di far fronte ad una minaccia di fallimento. La condotta ascetica, che comporta il rifiuto di ogni appetito, sia esso legato al cibo o a qualsiasi bisogno o piacere, dà a queste ragazze un senso di forza e permette loro di recuperare l'autostima. Il coinvolgimento attivo dei genitori, nella terapia delle giovani con disturbi dell'alimentazione, ha avuto un impatto costante nel trattamento di tali disturbi e la sua efficacia è stata osservata nelle ricerche.

Anche Gabriele Stampa, psichiatra, ha focalizzato il suo intervento sulla terapia precisando che non sempre i modelli curativi sono adeguati alle diverse patologie e alle diverse persone.

Dal rifiuto del cibo alla rinuncia volontaria è stato il tema affrontato da don Ivano Colombo che ha illustrato il rapporto del cibo nell'ambito della mistica ma soprattutto nell'ambito della cultura cristiana: *"La comunione cristiana si manifesta anche a tavola, nella convivialità, che favorisce la relazione lo scambio e che via via diventa autentica, vera, profonda"*.

Visione confermata da Emanuele Patrini che, commentando un video della

Caritas, ha sottolineato come l'argomento cibo sia strettamente connesso con le relazioni, la convivialità, il colloquio senza dimenticare al tempo stesso la giustizia, l'equa ripartizione delle risorse, il bisogno cristiano che tutti abbiano da mangiare e da bere. Relazione, convivialità, educazione alimentare, temi ripresi anche dall'imprenditore della ristorazione aziendale Alberto Farina.

Farina aggiunge una sua riflessione sulla spettacolarizzazione del cibo: *"A qualsiasi ora del giorno si accenda la televisione, è abbastanza facile imbattersi in cuochi e aspiranti tali impegnati a spadellare, filettare, impiattare. Se posso, personalmente, apprezzare e attribuire una valenza didattica a talune di queste trasmissioni, non posso non rimanere abbastanza perplesso di fronte ad altre trasmissioni che giocano molto sul fattore spettacolo. La mia impressione è che quello che avrebbe potuto essere una interessante forma di comunicazione e di condivisione di informazioni, si sia trasformata nell'ennesima trovata da show business con un copione scritto per attrarre il maggior numero di spettatori."*



L'inchiesta sugli stili alimentari dei giovani è stata presentata dai ragazzi della quarta classe del Liceo Dehon. Un'indagine che ha interessato circa 500 giovani non solo italiani, ma anche inglesi e australiani. Un'inchiesta semplice che ha messo a fuoco alcune delle abitudini dei giovani amanti della pizza, delle verdure, ma poco propensi a laute e abbondanti colazioni.

Stupisce che circa un quarto dei ragazzi rifiuti di mangiare a tavola. Un dato che fa riflettere perché segno di solitudine e di scarse relazioni familiari.



Infine, si è parlato del grande evento ormai alle porte: Expo 2015. L'esposizione universale con 144 paesi partecipanti, tre organizzazioni sovranazionali, 11 organizzazioni non governative, 70 mila eventi programmati fra spettacoli, mostre, arte, attività culturali. Insomma un evento a cui ci si dovrà preparare e che richiederà uno sforzo di orientamento e di approfondimento.



L'invito di chi scrive è stato quello di approfondire e documentarsi sui contenuti e sul significato di Expo senza farsi prendere troppo dalle polemiche (giuste e necessarie) lanciate dai media. Sarà la carta di Milano uno dei frutti di Expo e speriamo che non rimangano solo parole, ma che diventi fonte e ispirazione di nuovi stili di vita e di nuove consuetudini sociali.

Tema cruciale la sostenibilità e con esso il problema del limite, argomento spesso adombrato dalla cultura moderna e dallo stile consumistico.



Concludiamo da dove il convegno è partito: l'invito della professoressa Paola Palestini della Scuola di Medicina, di potenziare ed investire nella prevenzione e in particolare nella salute alimentare insieme alla domanda del Cardinale Angelo Scola, "Cosa nutre la vita?" interrogativo

ripreso da Monsignor Patrizio Garascia, Vicario  
Episcopale, con il quale sono stati introdotti i lavori del convegno.

*Fabrizio Annaro*

**Foto di Stefania Sangalli**

[Intervento Alberto Farina conv 14 febbraio 15](#)

[Intervento Fabrizio Annaro Expo 2015](#)