

RAGAZZE OLTRE LO SPECCHIO

Emozioni, comunicazioni metalinguistiche e fili di Arianna con le ragazze anoressiche ricoverate in ospedale

FRANCO COLONNA

SC di Pediatria, Ospedale di San Vito al Tagliamento (Pordenone)



Quando arrivò, Marta (nome di fantasia) aveva 32 battiti cardiaci al minuto e meno di 36 gradi di temperatura.

Era difficile riconoscere in quel volto scavato e amimico come una maschera quello che raccontavano di lei un anno prima: un'atleta, brava a scuola (fin troppo), piena di vita. In meno di 6 mesi aveva perso 15 kg ed era diventata un'altra. Irriconoscibile.

La vita in famiglia era diventata un inferno. Un labirinto di implorazioni, silenzi, porte sbattute, digiuni, manie alimentari esasperanti.

Genitori confusi e aggrovigliati in sensi di colpa e rabbia (perché proprio a noi doveva capitare, dove abbiamo sbagliato, cosa le abbiamo fatto?).

Si era avverato l'aneddoto che dice "la pazzia è ereditaria: infatti sono i figli a trasmetterla ai genitori". Eppure tutti davano inconsciamente o manifestamente la colpa ai genitori.

Inutili le visite mediche e gli immancabili esami del sangue che erano normali e non fornivano alcuna traccia. Perfino l'esame per parassiti nella vana speranza che qualcosa di organico (magari un verme, un alieno che le rodesse dentro) potesse spiegare facilmente quello sfacelo del corpo e dello spirito. La normalità degli esami portava naturalmente verso una sola pista. La più temuta e inaccettabile: anoressia mentale.

All'arrivo in ospedale Marta era rabbiosa e delusa per aver perso il controllo della situazione, fino a esser stata portata - colmo degli

scorni per una quindicenne - in un reparto di pop-panti. Figuriamoci: in Pediatria.

Ancora una volta avrebbe dovuto spogliarsi dei suoi strati di vestiti larghi e mimetici ed esibire la sua nudità. Pelle ruvida e irsuta. Ossa sporgenti. Muscoli sottili cannibalizzati dalla sua stessa fame inestinguibile come ultima e disperata fonte di energia e aminoacidi. Dalla gogna della bilancia sostenere i nostri sguardi costernati e preoccupati. Ripetere indomita, con sfrontatezza dolente, il suo mantra: sono grassa, sono gonfia, non ho bisogno di voi. E opporre ai nostri sguardi disapprovanti, dall'alto dei suoi 170 centimetri per 40 chili "mettevelo bene in testa: il mio obiettivo è arrivare a 35 chili".

Anche lei, come tutte le altre, sarebbe stata tosta. Una bella sfida.

Anche lei ci avrebbe fatto pensare. Perché solo donne e sempre più numerose? Cosa vorranno dirci con la loro fame irriducibile eppure negata? Rifiutano un corpo di donna? Hanno paura di diventare adulte o come noi robot conformisti e grassottelli? Avranno forse fame di altro che di cibo? Vorranno forse combattere o perlomeno ridicolizzare (pensa il sessantottino che resta in me) i nostri stereotipi consumistici, opulenti, materialistici e l'ossessiva esposizione dei corpi femminili in ogni immagine e in ogni contesto perfino come trofeo di qualche senile faraone?

E noi sedicenti curanti perché eravamo così in imbarazzo ed emozionati di fronte a lei?

Forse sentivamo il fascino torbido e ipnotico della purificazione, l'ascesi, la rinuncia al cibo e alle vanità del mondo che in fondo percorre tutte le culture e religioni. I rituali di sfida della morte sono codici che attraversano la storia e tutte le parabole esistenziali: il guerriero, gli sport estremi, il fascino torbido del rischio, del limite. Vivere di aria: puri spiriti, angeli o demoni ribelli.

Marta era inoltre costernata e rabbiosa perché sapeva che i suoi sforzi di controllo sarebbero stati ridicolizzati dal nostro arsenale di guerra: aghi, flebotomi disgustosamente lattiginosi e grosse sonde che avrebbero violato naso e bocca e - privandola



persino di olfatto e gusto - avrebbero riversato in lei fiotti di calorie. È per il tuo bene cara, dicevano i visitor in camice bianco con i loro sorrisi untuosi.

Ma cosa ne sapete voi di me e del mio bene?

Marta, come tutte le anoressiche, parlava poco e lasciava che fosse il suo corpo a comunicare in una lingua segreta. Il silenzio urlante e indicibile della sua fame.

Il suo volto corrucciato, i gesti segreti di ribellione. Versare gli integratori nel lavandino, conficcarsi le dita oramai callose in gola per vomitare, strapparsi la flebo o la sonda, bucare sacche con i suoi orecchini acuminati per far cadere a terra - come lacrime biancastre - quel nutrimento così detestato. Quella negazione di sé. O forse un tentativo di imporsi con altri mezzi, altri linguaggi corporei e anti-conformisti.

Si dice che Galileo, quando vide gli strumenti di tortura della Santa Inquisizione, abiurò e rinunciò per sempre ai moti delle stelle e ai suoi libri e se ne andò borbottando "eppur si muove". Ma Marta e le altre, quando vedono gli strumenti della Santa Nutrizione, non cedono né abiurano mai. Le sostiene una forza (forse una follia) incrollabile. O quasi...

Marta ci pose subito un altro enigma: come entrare in comunicazione con lei, già avvezza a tutte le lusinghe, le minacce e i trucchi di familiari, medici, nutrizionisti, psicologi. Già veterana di tante guerriglie?

Come farle passare il tempo e farle capire che noi non eravamo tecnici indifferenti, frettolosi, schematici e incapaci di introspezione e creatività?

Non credo ci siano trucchi e metodi validi per tutte.

L'anoressia è così tipica da essere riconoscibile a colpo d'occhio eppure dietro la sua maschera tragica ogni ragazza resta diversa e speciale. Ognuna ha spiragli segreti nella sua corazza e fragili fili di Arianna da offrire.

Il coordinamento delle cure fu ovviamente lasciato ai formidabili psicologi e nutrizionisti del nostro Centro per i Disturbi Alimentari. Ma noi pediatri e infermieri volevamo che il ricovero - mai breve - fosse anche un'esperienza di vita ed esistenziale positiva, non solo un pur doveroso bilancio metabolico e supporto nutrizionale.

Così provammo anche approcci non convenzionali, verbali e non, che aiutassero Marta a fidarsi di noi e soprattutto di se stessa, della sua possibilità di farcela.

Di avere un orizzonte e uscire da questo gioco di specchi deformanti.

Elenchiamo alcuni esempi pratici ed empirici che si sono rivelati utili e potrebbero costituire spunti di lavoro e ricerca.

Non pesarla e non parlare di peso. Ma di *energia*. Energia e forze per leggere, studiare, discutere, far baruffa con noi, decidere del proprio futuro, andarsene.

Usare parametri di valutazione dell'energia oggettivi come ad esempio: la temperatura corporea inferiore a 36° ti fa soffrire il freddo e ti rende poco lucida e combattiva; il battito cardiaco lento indica che il tuo cuore è sfinite; il basso voltaggio dell'ECG indica che i tuoi muscoli non hanno più energia; se non riesci a salire e scendere le scale, come farai a far ginnastica per mantenerti in forma o semplicemente per andartene da qui?

Prendersi cura del suo corpo. Arriva nella stanza di ospedale una donna con una rosa in mano. Si presenta dicendo "sono la tua estetista". Sfiorenti, profumi delicati, depilazione, idratazione della pelle, balsami per i capelli. Un massaggio profondo ancora no: è troppo presto, troppo invasivo. Volevsi bene, prendersi cura di sé.

Far capire a Marta che questo reparto non pensa solo al cibo.

Bocche. Marta e le altre talvolta hanno voci infantili regredite fino al mutismo. Voci forzate da medici e psicologi a spiegarsi, scusarsi, promettere. Bocche serrate eppur forzate a mangiare o eluse e ridicolizzate con sonde.

Una sera un'infermiera portò in reparto un karaoke. Fu la prima volta che sentimmo la vera voce di Marta: potente, cantava a squarciagola. Partecipai anch'io, pur stonaticissimo. Volevamo sapesse che potevamo condividere musica, storie, emozioni e tirare fuori tutto il fiato che avevamo in gola e far tremare il reparto e la nostra pelle di musica. Vincere il silenzio.

Sapori e profumi. Ogni sera, alle 21:30, il rito del gelato. Dovevamo comprarlo nella migliore gelateria della piazza e portarlo in ospedale. Una pallina a testa, gusto frutta. Io e Marta seduti al tavolino. Occhi negli occhi. Nodi che si sciolgono in bocca, lentissimamente. Marta disse "erano mesi che non assaggiavo un gelato". Risposi: non "mangiarlo". Lascia che si scioglia pianissimo e liberi profumi.

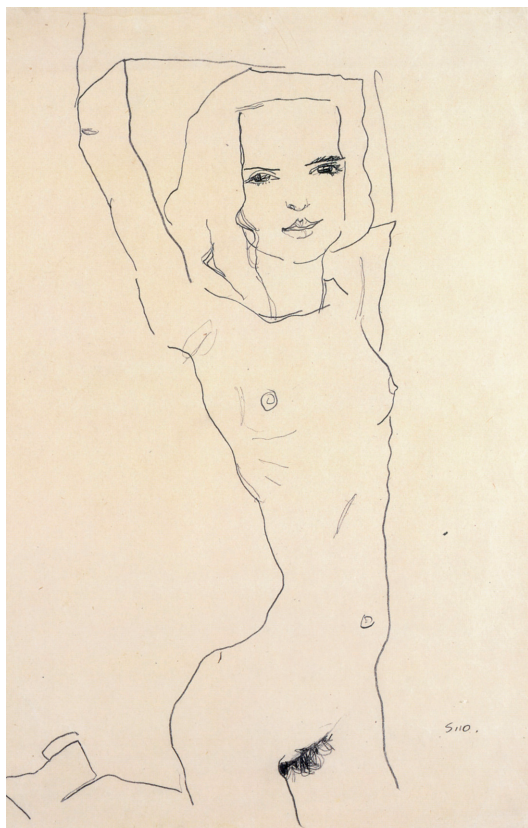
Lavoro e fiducia. In ospedale il tempo non passa mai. Marta e le altre si rintanavano nella loro stanza. Appena possibile, le affidammo piccoli lavori di segreteria e al computer. Poi ci accorgemmo che non solo aveva il terrore del cibo ma che la semplice manovra di sollevare una forchetta le creava ansia: "la forchetta è pesantissima". Così provammo gradualmente a farle stappare una bottiglia o un vasetto di yogurt (con l'ordine di non assaggiarli), a servire posate e stoviglie per gli altri ricoverati. Sempre meno pesanti e minacciose.

Marta lavorava piano, con cura, in silenzio.

Una sera disse a sua madre "pensa, qui si fidano di me: mi affidano lavori importanti".

Purificazione. Marta, come tutte le altre, era stitica e pativa le pene dell'inferno per evacuare una volta alla settimana. I fecalomi le procuravano dolori che lei "usava" per rifiutare il cibo e "dimostrarci" che il cibo faceva male. Nostra controdeduzione (con termini più coloriti di quelli che si possono qui scri-





vere): se mangi di più evacuerai meglio e più spesso. Avrai meno dolori e ti purificherai ogni giorno... Qualche clisma aiutò.

Coetanei. Visite giornaliere di volontari di pari età per farle compagnia, giocare, parlare, truccarsi, far due passi. Incontri con altri adolescenti ricoverati o con anoressiche oramai sul viale della guarigione e in terapia ambulatoriale. Non sei sola Marta, altri hanno passato la tua malattia e ce l'hanno fatta.

Paradossi e sarcasmi (anche feroci): Marta, anche per far baruffa con noi e tenerci testa ci vuol energia. Con quel che mangi finora continuerai a perdere.

Oggi ci hai scocciati, se continui così, stasera ti mandiamo a letto senza cena!

Sei come un cactus: secca e spinosa. È inutile che ti spalmi di creme e balsami: se vuoi una pelle decente e che non cadano più i capelli,

è meglio mangiare un poco.

Marta, tieni nascosta tu la mia merenda che qua in reparto me la fregano: sei l'unica di cui mi fido!

Marta, è il colmo: credi di non mangiare e invece sei diventata una cannibale; in mancanza di altro ti stai mangiando anche i muscoli per tirare avanti!

Aiutaci a preparare i pasti per gli altri ricoverati, ma guai a te se assaggi qualcosa di nascosto.

Marta, lo sappiamo che non puoi mangiare (mai dire non vuoi...).

Provammo insomma a risponderle in modo inatteso, spiazzante. Non ossessivo né istituzionale. Perfino paradossale e provocatorio, cercando nei suoi recessi di cupezza il senso dell'umorismo presente in ciascuno di noi.

Anche Marta ce l'ha fatta. È rimasta in contatto. Ci ha presentato il suo moroso.

Se serve, entra a parlare alle altre come lei, com'era lei.

Ci invia e-mail folgoranti.

Ne riportiamo alcuni brani testuali, in ordine cronologico e depurati solo da alcuni elementi di riconoscibilità.

Le e-mail di Marta

Carissimi, quello che posso dirvi è grazie. Fisicamente mi sento meglio, anche se sono tornati i piedi sempre freddi e perdo ancora un disastro di capelli. Quello che mi preoccupa è il fatto di vivere in sé. Il ritmo è troppo duro e spesso mi dico che ho troppi pezzi da rimettere insieme e non ce la farò mai. Non so da che parte cominciare, ma cerco di sorridere e far vedere a mia mamma che non sto

male. Anche se mi dicono che non importa se a scuola andrò male, poi quella che dovrà recuperare prima o poi sono io e solo io. E questo mi preoccupa e mi fa paura, perché vivere è così difficile. Perché ho troppo da recuperare e mi sento sola. Ci vediamo la prossima settimana.

Eccomi. Anch'io vi penso spesso e qua fuori è proprio come me lo aspettavo, difficile, faticoso e triste. Cerco di far vedere ai miei, soprattutto a mia madre, che sto bene, ma faccio tanta fatica a riprendere questi ritmi. A scuola ci sto andando, ma non ce la faccio, è troppo per me; ogni tanto aiuto la mia ex allenatrice di danza con la preparazione delle ragazze per le gare. Faccio assistenza e le guardo impegnarsi, soffrire e poi gioire, come facevo io. Ho provato anche a fare qualcosa, ma ho i muscoli un po' "fiappi" e quindi mi limito ad andare con la bici fino in palestra.

Ho ricordi che nessun altro ha, quindi me li tengo ben stretti perché penso di essere stata molto fortunata a incontrare belle persone come voi. Un bacio a tutte, a presto.

Non so davvero come ringraziarvi. Con le vostre battutine e provocazioni mi avete dato il coraggio di provarci e la voglia di riuscirci. Adesso camminerò per conto mio perché mi avete incoraggiata quando non vedevo vie di uscita e grazie di avermi sopportata se sono stata una lagna.

Io sto passando dei giorni un po' in crisi, sto ingrassando e ho paura. Spero voi stiate bene, vi penso spessissimo e con affetto.

Buongiorno a tutta l'équipe!

Sono passata ieri. Ho avuto modo di conoscere la ragazza che ha preso il mio posto in Pediatria. E mi sono resa conto di quanto bisogna essere bravi per parlare con persone con questo disturbo. E ho capito perché la gente faceva fatica a parlare con me.

È difficile persino guardare queste persone negli occhi, fa un male tremendo, e sento di dovermi congratulare con voi perché riuscite a superare questa barriera che noi ci costruiamo. Per me è stato duro parlare con questa ragazza, rispondeva a monosillabi, un po' come facevo io. Ma quello che ha fatto stare meglio me è stato essere trattata come una persona normale, come soprattutto voi infermiere avete fatto. Sembrava come che non vedeste che la comunicazione era univoca, e ciò che mi ha aiutato ad aprirmi è stato proprio questo "insistere" a parlare, di qualunque cosa.

Tornerò mercoledì pomeriggio, salutatevi la ragazza e ditele di farsi coraggio, che deve farlo per se stessa.

Se c'è bisogno di qualcosa, sono a disposizione. Capisco che ha quattro anni meno di me e che forse è difficile farle capire certe cose, ma se posso essere utile in qualcosa lo faccio volentieri. Buon week-end a tutti.

Per il primario: ho ancora il gianduiotto che mi aveva dato il giorno di Natale come cenone, per sfo-termini. Ah ah ah, le promesse sono promesse: io gliel'avevo detto che non l'avrei mai mangiato!

Da Parigi: vi auguro buona Pasqua da questa magi-

ca città! Qui tutto è fantastico e il cibo ancora di più!!! Vi ricordo sempre con un sorriso e vi sono grata per avermi permesso di apprezzare ogni piccolo aspetto della vita.

Dalla riviera romagnola: sto svolgendo i compiti che mi avete assegnato: sole per la vitamina D, mare e camminate per i muscoli, pasti in hotel così buoni da non poter resistere a sostituire l'ensure con i panini alla nutella e le brioche del mattino! E soprattutto balli di gruppo e feste. Un grosso saluto a tutti voi che mi avete aiutata.

Dall'Australia con il moroso! So here I am, il sole è alto e il cielo è magnifico. Cosa manca? Voi.

Marta ha compiuto sedici anni.
Vola e assapora piano la vita. Anche il cibo.
Sa già molti linguaggi, la complessità dell'esistenza e comincia a indovinare cosa esiste oltre gli specchi, anche quelli deformanti.
Molto ha insegnato anche a noi.

Ringraziamenti

Grazie a Gian Luigi Luxardi, direttore del Centro Disturbi Alimentari di San Vito, che mi ha insegnato quello che so sulla anoressia. Alle mie colleghe pediatre che sanno che il nostro può essere il lavoro più bello del mondo se - dietro ai sintomi e ai referti - si intuisce una storia unica e irripetibile. Grazie infine a Elisabetta Santin e alle altre colle-

ghe infermiere che ascoltano, sorridono e nutrono (non solo il corpo) e hanno conservato le e-mail qui pubblicate e i fili di un rapporto non effimero con le ragazze che non potevano più mangiare.

Bibliografia essenziale

- AAVV. Cibo, corpo e cultura. Connessioni (numero monografico) 2008;13(21).
- Ostuzzi R, Luxardi GL. Figlie in lotta con il cibo. Milano: Baldini Castoldi Dalai Editore, 2003.
- Ostuzzi R, Luxardi GL. Un boccone dopo l'altro. Milano: Baldini Castoldi Dalai Editore, 2007.
- Palazzoli Selvini M. L'anoressia mentale. Dalla terapia individuale alla terapia familiare. Milano: Raffaello Cortina Editore, 2006.
- Vullo C, Gualtieri L. L'anoressia nervosa e i disturbi del comportamento alimentare. Medico e Bambino 2001;20: 657-67.

Indirizzo per corrispondenza:

Franco Colonna
e-mail: franco.colonna@ass6.sanita.fvg.it

Fonti iconografiche

- pag. 605: Schiele E. *Ragazza con stoffa a quadri*, 1910. The Minneapolis Institute of Art, gift of Dr Otto Kallir and the John R. van Derlip Fund.
- pag. 606: Kokoschka O. *Due nudi di ragazza*. Matita su carta (47 x 31,5 cm), 1907. Collezione Hegewisch, Hamburger Kunsthalle, Amburgo.
- pag. 607: Schiele E. *Nudo di ragazza con braccia alzate*. Matita su carta (45 x 31 cm), 1910. Collezione Sofaer.