

In FormAzione

**Indicazioni in materia di comunicazione sociale sui Disturbi del
Comportamento Alimentare e dell'Immagine Corporea**

SUL FRONTE DEL CORPO

di Luisa Stagi

Perché oggi il corpo ha assunto questa importanza? Perché passiamo così tanto tempo a curarlo, colorarlo, depilarlo, gonfiarlo in certi punti sgonfiarlo in altri, lisciarlo, tonificarlo? Ci basta dire: perché è la moda che lo impone o c'è qualcosa di più? Che cosa rappresenta realmente oggi il corpo?

Spesso si sente dire che il corpo magro è il corpo alla moda, poiché essa detta certi canoni e che ciò è anche una delle cause del proliferare dei disturbi alimentari. La riflessione che invece vorremmo sviluppare nell'incontro vuole ampliare un po' il discorso.

Certamente l'idea di bello, di sano, di normale -o anche di buono - deriva da un gusto che è prodotto culturalmente e che varia costantemente a seconda delle epoche storiche; per esempio, se scorriamo le immagini di donne famose in diversi momenti del secolo scorso: da Marleen Dietrich a Marilyn Monroe, per arrivare a icone più recenti, vedremo come il modello di bellezza che loro hanno rappresentato era fortemente legato al ruolo femminile che il quel momento dominava socialmente e come le forme, e si intende sottolineare "conseguentemente" la moda, traducano poi questo in "bellezza".

Proprio per questo ci si riferisce al corpo come ad un "testo", una superficie dove rimane scritto tutto ciò che noi siamo, vorremmo essere o apparire, dove mettiamo a disposizione i codici di come verremo "riconosciuti" dagli altri e allo stesso modo "decodifichiamo" gli altri: quando incontriamo qualcuno la sua forma, i suoi abiti...i suoi segni, ci danno delle informazioni su di lui anche se non lo conosciamo e questa decodifica viene operata costantemente, spesso anche incosapevolmente. Si pensi a quanto questo è evidente nelle popolazioni primitive, dove le marcature corporee (tatuaggi, perforazioni ai lobi o alle labbra, collari e quant'altro) sono sempre servite per segnare gruppi d'appartenenza, riti religiosi o semplicemente per abbellire.

Sul corpo vanno a finire e si rendono evidenti tutte le prescrizioni culturali, le regole e le aspettative, e per questo anche i disagi di una cultura. "Incorporazione" significa proprio che tutto quello che ci circonda diventa parte di noi, del nostro corpo, dei nostri gesti: persino il rossore di un viso, che potremmo pensare essere una reazione "naturale", ha invece a che fare con la cultura e con le aspettative (una donna negli anni 50' arrossiva per motivi diversi da una donna di oggi: questo è l'esempio di come le aspettative culturali diventano corpo, natura).

La pelle è il confine, il limite di questo lavoro di costruzione e di evidenziazione del sé. In francese è efficace il termine "*espeusition*" che unisce appunto la parola pelle all'idea dell'esposizione della fotografia, come viene "impressa" l'immagine nella pellicola, così sulla pelle si rende evidente l'identità, che quindi poi la "espone".

Se questo è sempre stato vero in tutte le epoche storiche e in un tutte le società, mai come oggi assume un valore ancora più forte e significativo. Perché oggi utilizziamo così tanto il corpo per dire chi siamo, per comunicare il nostro disagio o per rappresentarci al mondo? La risposta è molto semplice: perché non abbiamo più null'altro di certo che il nostro corpo. In un mondo in cui non posso più controllare nulla della mia vita (il lavoro, la famiglia, l'ambiente sono ambiti costantemente a rischio), in cui un cibo può avvelenarmi, un disastro ambientale annientarmi o un attentato spazzarmi via in un momento, il mio modo di vivere diventa più complicato, più instabile e provvisorio. Sento che non posso in nessun modo oppormi a queste forze, ma posso nel mio piccolo provare a controllare il mio corpo. Il corpo rimane l'unico terreno certo, affidabile su cui posso incidere: se faccio una dieta il corpo si riduce, se vado in palestra si gonfia, se mi tatuo questo sarà per sempre. In tutti gli altri ambiti, invece, non conosco gli esiti delle mie azioni: se prendo una laurea non è detto che ottenga il mio lavoro, se sposo una persona non è detto che sia per sempre, se faccio un mutuo non so se manterranno le stesse regole e così via....

Il corpo è anche il territorio in cui si rendono evidenti i disagi che questa incertezza genera: i disturbi del comportamento alimentare sono state le prime forme - le più note - di utilizzo del corpo per esprimere il proprio malessere ed hanno riguardato, inizialmente, soprattutto le giovani donne. Oggi si sono diffusi in modo epidemico, hanno mutato forma e riguardano sempre più persone: l'anoressia è entrata nel linguaggio, è diventata una malattia sociale che significa "controllare" le emozioni, i sentimenti le implicazioni, oltre che il cibo. Si è trasferita nei rapporti tra le persone, nell'affettività nei consumi, nell'atteggiamento relazionale con il mondo. Non ci fidiamo e quindi ci chiudiamo, non rischiamo, cerchiamo solo disperatamente di difenderci da soli più che possiamo.

Non solo, il corpo è uno dei modi che abbiamo per sentirci esistere: il dolore, sembra paradossale, ci fa sentire di "esserci". Il corpo viene usato per ricercarne i confini, i limiti e per riprendere il contatto con la sua fisicità, con la realtà. Condotte a rischio, abuso di sostanze, abbuffate, autolesionismo non sono solo metodi per ottenere sollievo dalla tensione, ma anche per recuperare la percezione di sé, dei propri limiti e della presenza identitaria. Si tratta di una ricerca continua, disperata, affamata di sostegni e di riferimenti, attraverso un corpo "senza rete", di cui ognuno ha la libertà e la responsabilità di gestione. Senza rete perché il contesto non fornisce punti di riferimento esterni, anzi ognuno è solo davanti alle sue scelte; l'ambiente è mutevole e non permette ancoramenti.

L'incertezza e il rischio generano una serie di comportamenti difensivi che passano attraverso il corpo e il cibo. Se i più giovani hanno disturbi mutanti e le donne forme di

bulimia multicomulsiva, gli uomini sono maggiormente legati alla ricerca di controllo. L'ortoressia per il cibo, la vigoressia e la dipendenza sportiva, sono fenomeni in grande espansione, che sembrano riguardare maggiormente i maschi adulti (un po' più giovane la fascia di età interessata dalla vigoressia). È una lotta complessa, ma il discorso sembra suggerire che il corpo è il territorio idoneo per questa partita, perché ha assunto le stesse caratteristiche dell'ambiente circostante: è senza confini, senza più limiti è mutante anch'esso.

È proprio la liquidità contemporanea, la sovrabbondanza - e quindi l'insignificanza - dei messaggi e delle informazioni a spingere alla ricerca di codici e simboli alternativi a quelli verbali. Il disagio generato dal muoversi in un contesto di incertezza, di rischio, di complessità porta a preferire strumenti di definizione che siano concreti, immediati, tangibili. Il corpo diventa allora la superficie ideale per disegnare la propria individualità, per esprimere le proprie ossessioni o il proprio disagio, per scrivere in modo indelebile e visibile il proprio dolore. In un sistema in cui si è persa la possibilità di conoscere la realizzabilità e i possibili esiti delle proprie azioni, il corpo rimane l'unico materiale certo, permanente, ma anche sensibile all'agire del singolo. Non a caso le pratiche corporee sono anche state definite "sostegni identitari"; ciò non solo perché "il disegnare" il corpo consente di operare soggettività, ma anche perché tutte queste azioni sul corpo passano attraverso un dolore che ha valenze liberatorie, e proprio attraverso il dominio del corpo si riescono a ritrovare autenticità e senso rispetto alla propria esistenza.

Molte delle pratiche di modificazione corporea, come ad esempio l'autolesionismo, agiscono sulla pelle in questo modo: se il corpo è una "materia di identità", agire su di esso significa modificare la prospettiva, la natura del proprio rapporto con il mondo. La pelle rappresenta perciò un'inesauribile risorsa per fabbricare l'identità, non è un caso che ad essere più interessati a queste pratiche siano gli adolescenti e le donne perché più delle altre categorie hanno bisogno di "lavorare sul senso e sul controllo".

Si parla di "chirurgia del senso" riferendosi alla pratica degli adolescenti riguardo alle modificazioni corporee, proprio per sottolineare l'importanza, in questa fase evolutiva, di poter incidere sulla propria identità attraverso il corpo, in una fase quindi di cambiamento fisico in cui si rende ancora più evidente il peso di dover gestire il proprio destino.

La lotta tra controllo e perdita di controllo è continua, assume la forma di un incessante passaggio da uno stato all'altro: tra forme di compulsività e ricerca di surrogati del controllo, per questo tali disturbi vengono definiti "mutanti". La compulsività si esprime anche nello shopping, nel sesso, nell'abuso di alcool e di sostanze; la ricerca di controllo, invece, viene spesso ricercata attraverso condotte cosiddette "a rischio". La malattia, in questa lotta, può

diventare un modo per dare un nome a un disagio che non si sa riconoscere e confinare: certi comportamenti, allora, vengono estremizzati, ma gli altri permangono latenti, magari in forme non patologiche.

Su un immaginario continuum di disagi legati al corpo e al cibo si possono collocare, in varie posizioni, tutte le altre pratiche: l'uso di sostanze psicotrope normalizzanti, la chirurgia estetica, il body building da un lato, le multiformi varianti dell'ortoressia dall'altro. Si può infatti affermare che malattie corrispondano alla punta dell'iceberg di comportamenti "limite", ma ampiamente diffusi e declinati in molteplici varianti come pratiche corporee.

Per tutti questi motivi è sempre più necessario, nello studio e nella cura di questi fenomeni, utilizzare insieme e in modo complementare diversi approcci disciplinari. Non si possono considerare di volta in volta solo gli aspetti psicologici o quelli medici o quelli sociali: è necessario pensare, ed accettare, che questi livelli siano ormai interdipendenti e reciprocamente condizionanti.