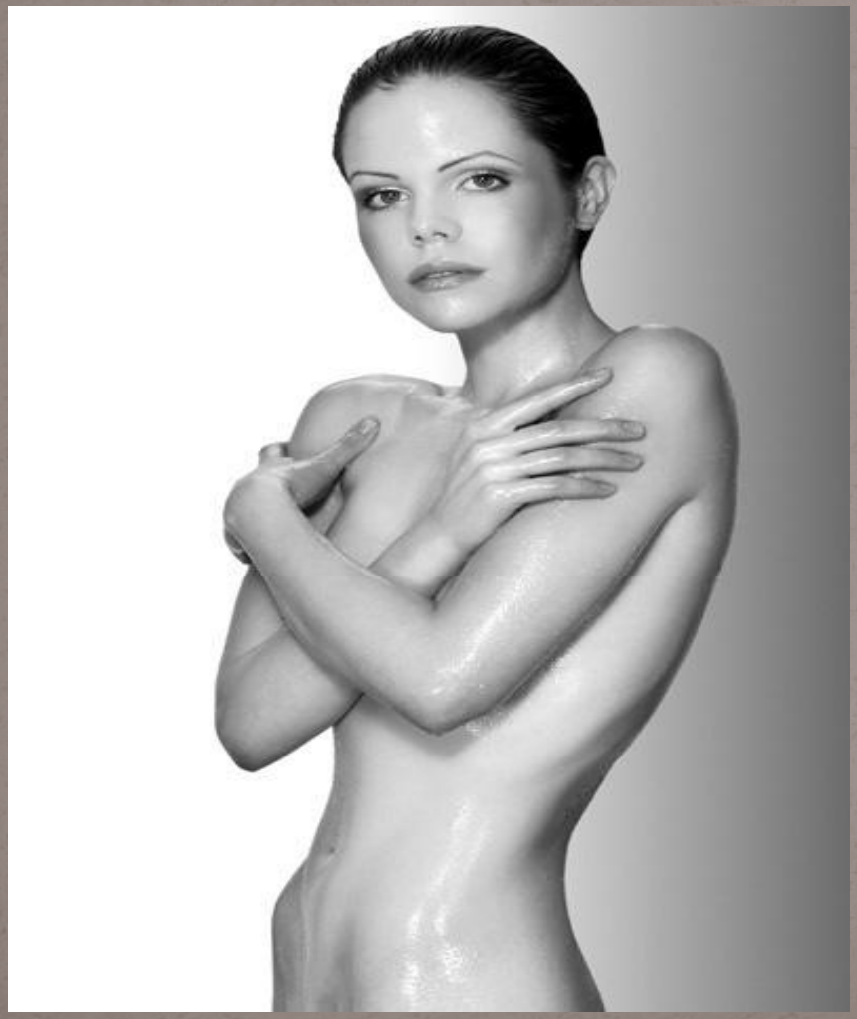
Anorexia Virtualis



Dott.ssa Maria Beatrice Toro

Psicologa e Psicoterapeuta

Direttore didattico della scuola di specializzazione in Psicoterapia Cognitivo Interpersonale (S.C.INT)



I Siti Web Pro Anoressia, conosciuti anche come siti Pro Ana, sembrano nascere negli USA,
negli anni 1998/1999,
espandendosi poi
al continente europeo
nel 2002/2003.

Il primo sviluppo dei siti Web Pro Anoressia si è registrato con la realizzazione di Blog (diari on-line) nei quali molte ragazze dichiarano patologici obbiettivi di dimagrimento, tipicamente di carattere anoressico/bulimico, redigendo una sorta di diario sull'evoluzione del disturbo alimentare.

Tali BLOG favoriscono la creazione di comunità virtuali, dove le ragazze discutono e si sostengono, nel perseguimento dell'obbiettivo della *magrezza assoluta*.

Questi spazi sono composti da un luogo di discussione principale, nel quale vengono discussi gli argomenti più importanti, e da luoghi di discussione secondari; inoltre sono caratterizzati da un rilevante numero di materiali incentivanti e rinforzanti il delirio sintomatologico.

Con l'affermazione dei Forum privati Pro Ana, si è sviluppata più articolatamente quella che potremmo definire una filosofia di vita deviante: *la Filosofia di Ana*.

La Filosofia Pro Ana mira a proclamare uno stile di vita alternativo, dove si promuove l'obbiettivo antibiologico della liberazione, totale, dalla dipendenza da cibo: l'Anoressia Nervosa.

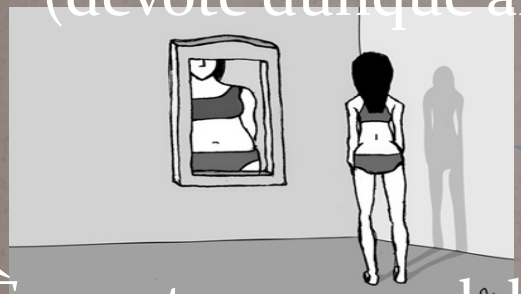
Per espletare ciò, i Forum Pro Ana danno vita a gruppi virtuali, con sembianze di sette religiose: ***le adepte di Ana***, dove *Ana è una musa ispiratrice ed un ideale supremo*.

In questo sentimento di onnipotenza, è possibile leggere un tentativo di settorializzazione delle condotte anoressico/bulimiche, particolarmente nella volontà delle adepte, di non essere etichettate come "malate", ma di essere "guardate" come persone che mirano ad un obbiettivo non conforme alla società circostante.

Ecco come un disturbo può trasformarsi in una vera e propria
FILOSOFIA DI VITA

ASSOLUTAMENTE TOP-SECRET

Il fenomeno appare dunque STRISCIANTE,SOTTERRANEO,CLANDESTINO,sconosciuto alla maggior'parte delle persone,tali siti sono,proprio per gli argomenti trattati,di difficile accesso,sono continuamente oscurati ma,altrettanto velocemente,ricreati. Qui vengono dispensati consigli e suggerimenti su come diventare anoressiche (devote dunque all'ANOREXIA denominata ANA) o bulimiche (devote dunque alla BULIMIA denominata MIA).



ANA
e
MIA



È questa una modalità di rendere innocue e trasgressive allo stesso tempo le patologie alimentari che vengono perciò trattate come divinità,come personaggi o più semplicemente come delle amiche.

Il mondo di ANA



Sembra un mondo esclusivo ma,in realtà, non ci vuole molto a violarne i confini,basta inviare una “richiesta di aiuto” per perdere peso,dimostrando di essere dunque “un’anoressica principiante”. Per accedere si contatta la proprietaria del blog la quale deciderà se ammettere o meno la nuova adepta alla sua ristretta cerchia. Una volta varcata la soglia,si ha la sensazione di essere scivolati in un mondo parallelo,fatto di pensieri ossessivi sul conteggio delle calorie,sull’estremo esercizio fisico,sul peso,sul corpo. È un’immersione entro logiche che ricalcano MAGREZZA,BELLEZZA,ESTETICA AD OGNI COSTO.

Chi gestisce i siti non si ritiene affatto una persona malata che soffre di un disturbo,ma,piuttosto,un individuo che HA LIBERAMENTE SCELTO UN SUO STILE DI VITA.

Ma cosa si cerca in realtà?



Si cerca,come spesso accade,un RIMEDIO ALLA SOLITUDINE E AL SENTIRSI SOLE.

È tra le ragazze che scelgono nomi come “devoessereperfetta” oppure “soloaria” che tutto può sembrare più semplice.

Una ragazza anoressica può raccontare ,in tali blog,di sentirsi in colpa dopo aver mangiato un solo biscotto e sentirsi compresa dalle altre adepte piuttosto che diversa,emarginata,isolata come può capitarle ad esempio a scuola tra le sue compagne.

Qui esperisce perciò tutto quello che nella realtà invece la emargina e la costringe a bugie,può dunque parlare in tutta tranquillità delle sue veloci fughe in bagno per vomitare e delle tecniche per non farlo notare ai genitori con semplicità e come fosse una normale routine.

La dea ANA

È dunque la dea anorexia,ovvero il personaggio che concretizza i desideri delle anoressiche che,in questi termini,vengono definite telematiche. Il fenomeno della filosofia “pro-ana” ha infatti marcati elementi trasgressivi dove si mischiano patologia,esibizionismo e virtualità; essa va dallo stile di vita assunto provocatoriamente al disturbo vero e proprio con tutte le sue accezioni,perciò,di conseguenza,bisogna sempre tenere in mente che non sempre si può parlare di anoressia vera e propria. La dea ANA è la parte perfetta e pura di ogni donna....per servirla,oltre a numerosi rituali da praticare nella propria camera circondati di candele,incensi e frasi di adorazione e devozione, è necessario anche e soprattutto osservare i suoi dieci comandamenti.

Decalogo PRO-ANA

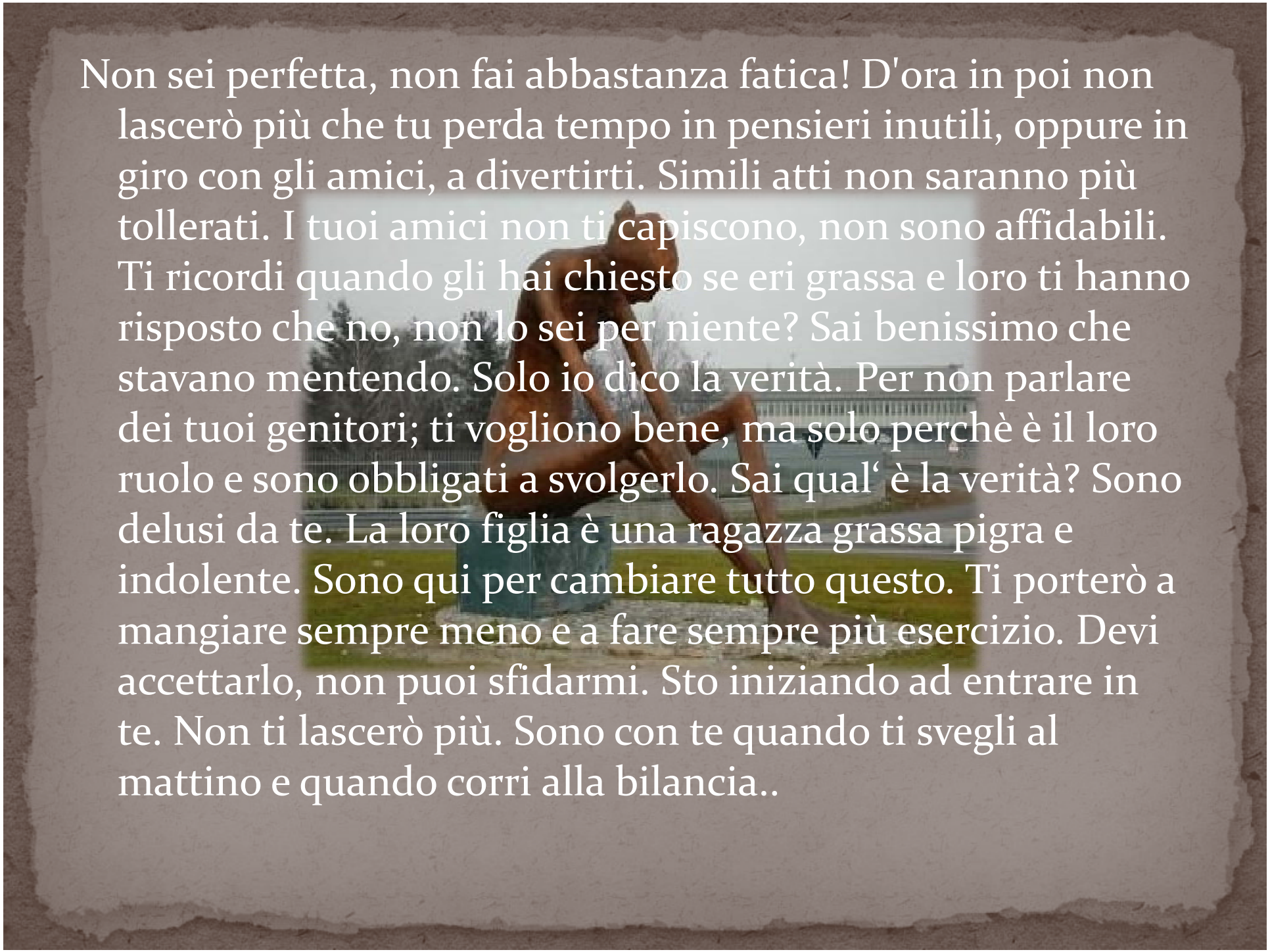
1. SE NON SEI MAGRA,NON SEI ATTRAENTE
2. ESSERE MAGRI è Più IMPORTANTE CHE ESSERE SANI
3. COMPRA DEI VESTITI,TAGLIATI I CAPELLI,PRENDI DEI LASSATIVI,MUORI DI FAME,FAI DI TUTTO PER SEMBRARE Più MAGRA
4. NON PUOI MANGIARE SENZA SENTIRTI COLPEVOLE
5. NON PUOI MANGIARE CIBO INGRASSANTE SENZA PUNIRTI

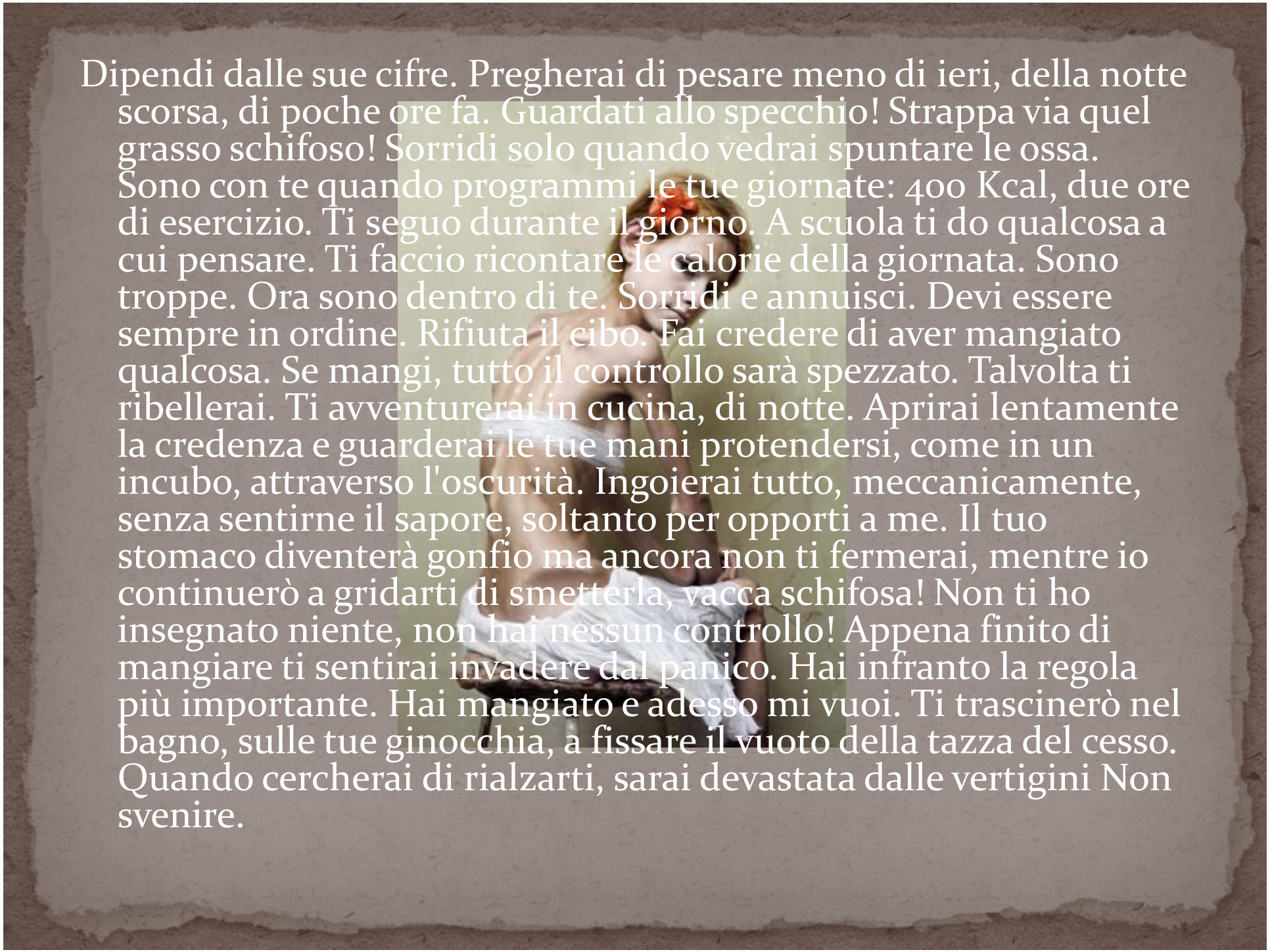
6. DEVI CONTARE LE CALORIE E RIDURNE L'ASSUNZIONE DI CONSEGUENZA
7. QUELLO CHE DICE LA BILANCIA è LA COSA Più IMPORTANTE
8. PERDERE PESO è BENE,GUADAGNARE PESO è MALE
9. NON SARAI MAI TROPPO MAGRA
10. ESSERE MAGRI E NON MANGIARE SONO SIMBOLO DI VERA FORZA DI VOLONTA' E AUTOCONTROLLO

La reazione che ha ogni ragazza che soffre o ha sofferto di anoressia quando legge queste parole è,stranamente rispetto a quanto detto,RABBIA.

È per tale motivo che,spesso,nasce il sospetto che tali siti,siano di fatto apprezzati soprattutto da ragazze che intendono la magrezza come stile di vita,più che da persone con un disturbo che mettono in discussione l'idea di poter agevolare altre persone verso tale strada come la seguente lettera invece vorrebbe:

"Permettetemi di presentarmi. I medici mi chiamano Anoressia Nervosa, tu puoi chiamarmi Ana. Diventeremo amiche, ne sono sicura. Ti ricordi cosa dicevano i tuoi genitori? Che eri così matura, intelligente, così promettente? Non mi dirai che ti basta vero? Non ti può bastare, non ti deve bastare!


Non sei perfetta, non fai abbastanza fatica! D'ora in poi non lascerò più che tu perda tempo in pensieri inutili, oppure in giro con gli amici, a divertirti. Simili atti non saranno più tollerati. I tuoi amici non ti capiscono, non sono affidabili. Ti ricordi quando gli hai chiesto se eri grassa e loro ti hanno risposto che no, non lo sei per niente? Sai benissimo che stavano mentendo. Solo io dico la verità. Per non parlare dei tuoi genitori; ti vogliono bene, ma solo perchè è il loro ruolo e sono obbligati a svolgerlo. Sai qual' è la verità? Sono delusi da te. La loro figlia è una ragazza grassa pigra e indolente. Sono qui per cambiare tutto questo. Ti porterò a mangiare sempre meno e a fare sempre più esercizio. Devi accettarlo, non puoi sfidarmi. Sto iniziando ad entrare in te. Non ti lascerò più. Sono con te quando ti svegli al mattino e quando corri alla bilancia..



Dipendi dalle sue cifre. Pregherai di pesare meno di ieri, della notte scorsa, di poche ore fa. Guardati allo specchio! Strappa via quel grasso schifoso! Sorridi solo quando vedrai spuntare le ossa. Sono con te quando programmi le tue giornate: 400 Kcal, due ore di esercizio. Ti seguo durante il giorno. A scuola ti do qualcosa a cui pensare. Ti faccio ricontare le calorie della giornata. Sono troppe. Ora sono dentro di te. Sorridi e annuisci. Devi essere sempre in ordine. Rifiuta il cibo. Fai credere di aver mangiato qualcosa. Se mangi, tutto il controllo sarà spezzato. Talvolta ti ribellerai. Ti avventurerai in cucina, di notte. Aprirai lentamente la credenza e guarderai le tue mani protendersi, come in un incubo, attraverso l'oscurità. Ingoierai tutto, meccanicamente, senza sentirne il sapore, soltanto per opporti a me. Il tuo stomaco diventerà gonfio ma ancora non ti fermerai, mentre io continuerò a gridarti di smetterla, vacca schifosa! Non ti ho insegnato niente, non hai nessun controllo! Appena finito di mangiare ti sentirai invadere dal panico. Hai infranto la regola più importante. Hai mangiato e adesso mi vuoi. Ti trascinerò nel bagno, sulle tue ginocchia, a fissare il vuoto della tazza del cesso. Quando cercherai di rialzarti, sarai devastata dalle vertigini Non svenire.

Alzati immediatamente. Tu ti meriti tutto questo! Meriti tutto quello che ti faccio Chiedi aiuto se vuoi, credi che qualcuno ti ascolterà? A nessuno importa di te. Sono l'unica che sta cercando di aiutarti. Lo so che a volte la sofferenza ti può sembrare insopportabile, ma è per il tuo bene. Porterò via la rabbia, la disperazione e la solitudine. Svuoterò la tua testa da ogni preoccupazione tranne quella di contare calorie. Sono la tua unica amica, l'unica di cui hai bisogno. Ma non devi dirlo a nessuno: se ti metterai contro di me, se racconterai a qualcuno di noi due, tutto l'inferno si libererà. Io ho creato questa sottile bambina di successo! Senza di me non sei nulla.

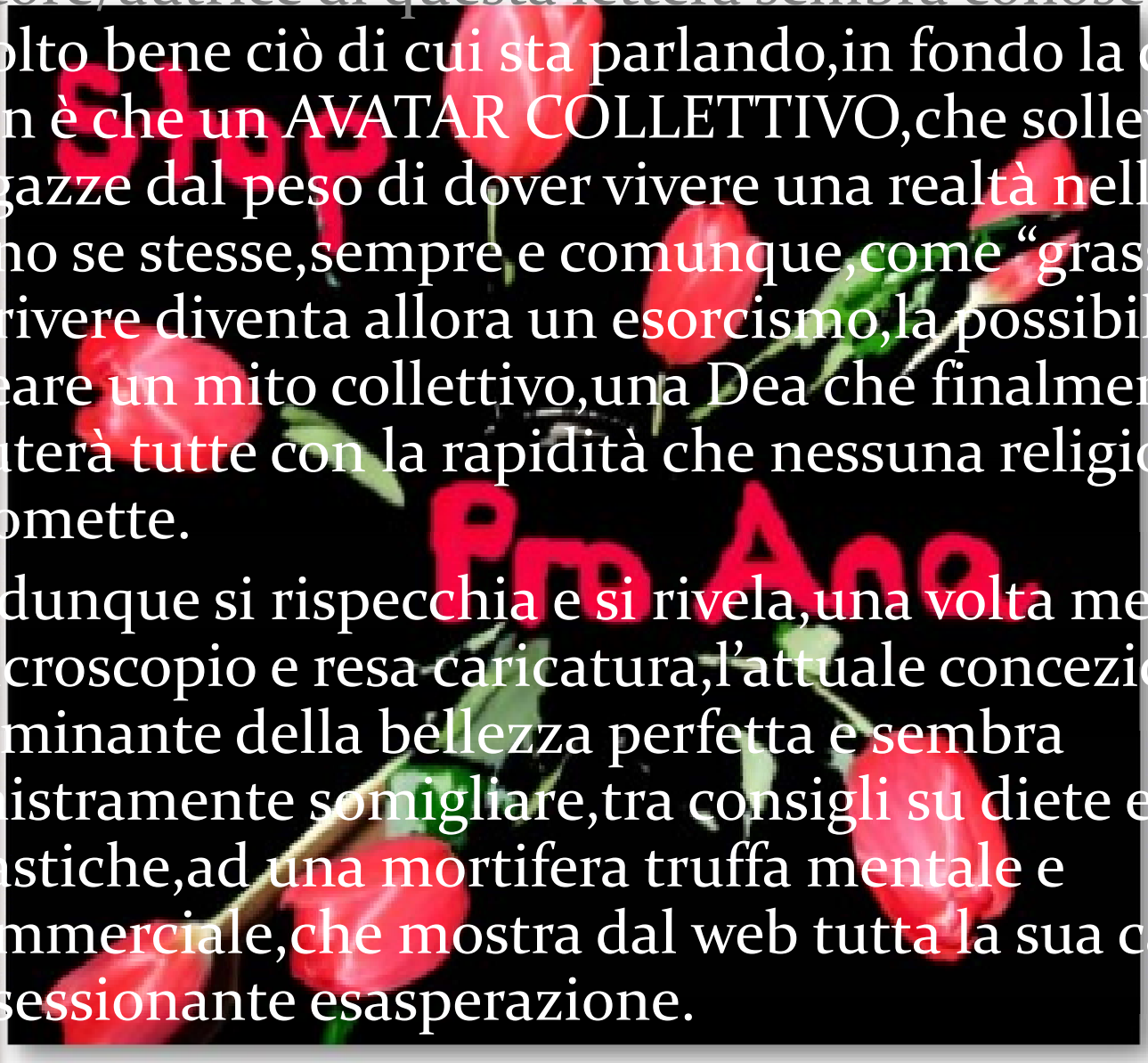
Non combattermi.

Quando gli altri commentano, ignorali. Dimenticati di loro, dimenticati di chiunque provi a portarti via da me.

Sono il tuo bene più grande.

E lo sarò sempre.

Con Amore, Ana”



L'autore/autrice di questa lettera sembra conoscere molto bene ciò di cui sta parlando,in fondo la dea ANA non è che un AVATAR COLLETTIVO,che solleva le ragazze dal peso di dover vivere una realtà nella quale sono se stesse,sempre e comunque,come "grasse". Scrivere diventa allora un esorcismo,la possibilità di creare un mito collettivo,una Dea che finalmente aiuterà tutte con la rapidità che nessuna religione promette.

Qui dunque si rispecchia e si rivela,una volta messa al microscopio e resa caricatura,l'attuale concezione dominante della bellezza perfetta e sembra sinistramente somigliare,tra consigli su diete e plastiche,ad una mortifera truffa mentale e commerciale,che mostra dal web tutta la sua carica di ossessionante esasperazione.