

Questa è la mia testimonianza. Questa è la storia di come una bambina cicciotella, una adolescente scontroso e grassa si sia trasformata non una donna ma in uno scheletro.

Ma questa è anche la storia di una persona che a un certo punto ha deciso di fare qualcosa per se stessa. Di tempo per arrivare a prendere la decisione di guarire ce ne è voluta.

Iniziamo dalla data cruciale: 7 aprile 1999. Martedì dopo pasqua. Squilla il telefono di casa mentre stavo trascinandomi per casa, perché dovevo prepararmi per andare al lavoro. Era l'ospedale san Carlo che mi diceva che dovevo presentarmi perché ero grave e dovevo farmi curare.

Grave io??? Non ero grave. Non ero nemmeno malata. Era tutto un complotto ordito alla mie spalle! Mentre lo scrivo non ci credo nemmeno io.

Preciso che in quel ospedale ero entrata per un controllo, quasi per sfida, per farmi dire stavo bene, ero solo un po' più magra del solito.

I giorni che seguirono sono tutto un brusio convulso. Ma una cosa la ricordo molto bene: la dottoressa Gentile che mi chiede perché avessi deciso di morire.

La morte non mi ha mai sfiorato la mente, nemmeno quando sentivo nelle ossa un freddo da piangere, nemmeno quando sentivo i muscoli che tiravano. Queste sono le uniche due sensazioni fisiche che ho ricordato. Infatti, solo dopo, quando ho iniziato a stare fisicamente meglio mi sono accorta di quanto fossi malconcia prima.

Finché ero nel mio mondo, fatto di bugie da inventare per saltare la cena, di esercizio fisico per smaltire quello che mangiavo, fossero state anche solo delle foglie di insalata o delle caramelle ipocaloriche, era tutto normale. Io stavo bene. Ero magra. Quella era la cosa più importante. Anzi no la cosa più importante di tutte era che riuscivo a resistere al cibo, che ero forte. Che ero più forte del cibo.

Non ero più la cicciona che i compagni di scuola prendevano in giro alle medie.

Avevo dato alla mia ciccia la colpa di tutto quello che non andava nella mia adolescenza. Non avevo amici perché ero grassa, non avevo un ragazzo perché ero grassa, non mi permettevo di compiere attività che mi piaceressero perché ero grassa.

E grassa lo sono stata davvero. Sono arrivata a pesare 84 kg. Per 157 cm.

Ero sempre a dieta.

Poi ho detto 'basta! adesso ve la faccio vedere io!'

Ricordo benissimo il giorno in cui ho urlato queste parole nella mia mente. Era giugno del 1989. avevo 16 anni. Ero a pranzo in Puglia, dalla nonna, con la mia famiglia, quella dei miei nonni e mio zio. Ero alle prese con l'ennesima dieta, che però, stava funzionando, avevo perso otto chili. Avevo mangiato pochissima pasta perché volevo mangiare le patate per secondo, come da schema. Alle patate lesse aggiungo la maionese. Mio padre inizia a prendermi in giro. In mezzo agli altri. Mi sono vergognata tantissimo. Mi sono messa a piangere. Promessa solenne a me stessa: non avrei mangiato più niente di calorico. E così è stato.

Le patate e la maionese sono rimaste nel piatto.

La dieta intanto funzionava bene. Non potevo fare molto al liceo perché comunque ero abbastanza controllata. Esistevano ordine e regolarità in tutto: orari per la scuola, per lo studio, per la palestra, per mangiare.

Poi arriva il 1991: finisco il liceo, traslochiamo (proprio nei giorni in cui devo sostenere l'esame di maturità), mia sorella da brava sedicenne ingaggia la sua personale lotta al potere delle istituzioni scuola famiglia. Io ero quella brava.

Proprio per non dare preoccupazioni ai miei genitori, poverini, decido: 1) di non andare in vacanza da sola, 2) di andare all'università: ovviamente di fare quello che mio padre pensava che io avrei fatto.

Intanto l'operazione dieta procedeva. Con la patente di guida e l'università diventavo sempre meno controllabile. Dimagrivo sempre più velocemente. Mi sentivo galvanizzata. Alla fine dell'anno la mia dieta poteva dirsi conclusa: invece no.

Mi avevano prescritto una dieta di mantenimento. L'ho guardata: dovevo mangiare tutta quella roba là? Siete pazzi!!!

Volete farmi tornare la cicciona di prima. E la dieta continua. Riesco anche a farmi prescrivere dei medicinali che fanno passare la fame. Hanno solo una piccola controindicazione: la cefalea. Un sottile mal di testa continuo e persistente, che inibisce qualsiasi attività che richieda concentrazione. Ma le pillole funzionavano.

In quel anno drammatico per vari eventi famigliari, inizia la mia trasformazione: divento sempre più magra. Troppo magra. Scompare il ciclo mestruale. Divento anoressica anche sotto il profilo clinico.

Dal punto di vista mentale il mio unico obiettivo è non mangiare. O almeno, fare in modo che nel bilancio giornaliero le calorie smaltite superassero quelle introdotte. E in questo gioco una ragazza anoressica bara sempre.

Anche i miei famigliari si preoccupano. Inizio a sentirmi in trappola. Mi controllano. Io sfuggo. Si litiga pesantemente. I miei si ritrovano non con due figlie ma con due aliene in casa. Mettiamoci poi che ognuno ha i propri problemi: il tempo passato tra le mura domestiche, tutti insieme, era come essere seduti su una bomba ad orologeria. Ognuno di noi poteva esplodere da un momento all'altro. Eppure questa specie di inferno domestico è continuato per sette anni, fino a quella fatidica mattina di aprile.

E in questi sette anni nella mia vita c'è stato un solo pensiero. Il cibo.

Non è che non mi sia mai curata in questi sette anni: sono stata all'ABA e al San Raffaele. Ma mi sono ben guardata dal mettermi in gioco fino in fondo.

Ho giocato a nascondino con me stessa e con l'anoressia. L'Anoressia non era una malattia per me, anzi, ne ero gelosa, era la mia corazza. Mi proteggeva da me stessa e dagli altri.

Ho avvertito l'entrata in ospedale come una minaccia e un pericolo per me e per la mia vita. Non potevo più bleffare o raccontarmela: medici e infermiere mi portavano sempre di fronte a me stessa e alla mia malattia.

Aiuto! Mi toccava prendere una decisione non di poca importanza. Guarire o rimanere anoressica, con la prospettiva di poterci lasciare a breve la pelle. Ho rinviato la scelta per ben due anni. Due anni di day hospital. Due anni in cui con tutte le mie forze ho tentato di perseguire il mio progetto di anoressica, di non lasciarmi sopraffare dalle cure, di essere più dura della dottoressa Gentile, di non darla vinta ai miei genitori. Ormai avevo trent'anni, senza né arte né parte, nessun lavoro, nessun titolo di studio, amici persi per strada.

Mi sentivo come la bella addormentata nel bosco che si risveglia dal suo sonno. Non solo il mondo era inospitale, ma mi sentivo assolutamente incapace di affrontarlo. Anche stare nel limbo dell'ospedale mi sembrava una soluzione.

Il clic è arrivato all'improvviso, non so raccontare come. Sarà stata stanchezza, sarà stato il riconoscimento che non potevo vincere. Non lo so.

So solo che a un certo punto mi è venuta voglia di provarci. E l'ho fatto.

Dall'altra parte venivo ricambiata con la fiducia e l'incoraggiamento. Sentivo per la prima volta di avere qualcuno al mio fianco. Scusate il termine: che figata!

Così io collaboravo e in ospedale mi hanno concesso sempre maggiore libertà. Fino a quando sono stata dimessa.

Questo è stato per me il momento più difficile. Non avevo più le consuetudini che avevano guidato la mia vita fino a quel momento. E non è che fuori il mondo sia un idillio o mi abbia aspettato.

Le dimissioni significano solo che tecnicamente e clinicamente non sei anoressica. Ma tutto il resto te lo devi costruire. Per fortuna, come in reparto ci sono altre ragazze che soffrono del tuo stesso male, che si sottopongono alle terapie giornaliere. C'è da dire che nei primi passi all'esterno c'è un legame molto stretto con l'ospedale. All'epoca, il giovedì c'era il gruppo di terapia. Ci controllavano il peso e si discuteva di come era andata la settimana. Oggettivamente, se lo si prende con lo spirito giusto aiuta.

Ma io no!!!! Cosa potevo avere in comune con delle diciannovenni, quando andava bene??

Avevo 32 anni!! Mi sembrava di perdere tempo

Lì ho mollato dopo poco e sono stati dolori. Col senno di poi mi dico che avrei potuto agire diversamente.

Infatti, a parte i controlli di routine non avevo più supporto.

Non è stato facile. Ho iniziato a confrontarmi con l'esterno, anche se con la facilitazione di lavorare nell'azienda di famiglia.

In questi anni ho alternato momenti assolutamente convulsi in cui volevo recuperare il tempo perduto, in cui volevo mettermi alla prova, crescere, a momenti in cui ero l'inerzia e la sfiducia in persona. Ho trovato a poco a poco il mio equilibrio.

Il cammino non è finito, ho ancora tantissimi aspetti della mia vita da sistemare: lavoro e vita affettiva. Non so a che punto sono.

Se ho un problema chiedo aiuto. Ho una vita sociale, amici. E poi ci sono sempre gli specialisti che mi hanno seguita. Ho anche un analista, adesso.

Ma guardo la strada indietro come se fosse passato, senza rimpianti. Ho fatto la mia scelta: basta anoressia.