

# Cronisti in classe 2025 **QN LA NAZIONE**



REGIONE TOSCANA



Consiglio Regionale



Autorità Idrica Toscana



ENTE PARCO REGIONALE MIGLIAINO SAN ROSSORE MASSACIUCOLI

Monasterio  
la ricerca che cura

FARMACIE COMUNALI SAN GIULIANO TERME

at  
autolinee toscanegruppo  
palm

GESAM Gas Luce



ACQUE

## Oltre lo specchio: affrontare insieme i disturbi alimentari

Il complicato viaggio di guarigione di ragazze e ragazzi alla ricerca del benessere interiore  
**CLASSE III D SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO FUCINI, PISA**

PISA

Al giorno d'oggi i disturbi alimentari sono molto frequenti, soprattutto tra i più giovani, ma partiamo dal principio. Cosa sono i disturbi alimentari? Sono delle patologie caratterizzate da un'alterazione delle abitudini alimentari e da un'eccessiva preoccupazione per il peso e per le forme del corpo. Colpiscono soprattutto ragazzi e ragazze che cominciano a non stare bene, ad avere un disagio con se stessi, con il proprio corpo e con la propria immagine anche per colpa dei modelli imposti dalla società. I disturbi alimentari più diffusi sono la bulimia (caratterizzata da episodi di abbuffate seguiti da comportamenti compensatori come il vomito autoindotto), l'anoressia (comportamento restrittivo riguardo al cibo), il Binge Eating (abbuffate frequenti) e Night Eating Syndrome (caratterizzata da episodi di consumo di grandi quantità di cibo durante la notte). Molte pazienti raccontano di essere scivolate nel disturbo alimentare anche a causa dei social, ossessionate dalle continue immagini di corpi magri e dalle diete-fit proposte da persone che a loro volta soffrono di un disturbo alimentare.

**Dove** e come si possono curare questi DCA? Per guarire da un disturbo alimentare è necessario l'aiuto di molteplici professionisti come psicologi, nutrizionisti ed endocrinologi, ma l'aiuto più impor-



Ritratto realizzato durante le interviste a «La vita oltre lo specchio»

tante è quello da parte della famiglia. Anni fa non si conosceva ciò che sappiamo adesso sui disturbi alimentari e di conseguenza non si sapeva a chi rivolgersi. Con il tempo abbiamo scoperto di più sull'argomento e sono nati dei centri di riabilitazione. Uno di questi centri è «La vita oltre lo specchio». «La vita oltre lo specchio» - ci spiega la presidentessa Patrizia Cappelletto - è un'associazione di volontariato nata nel 2014 a Pisa per la volontà di alcuni familiari, pazienti e operatori perché a quell'epoca noi familiari avevamo le figlie in cura presso il centro Arianna dell'Asl a Pisa, che si occupa di disturbi alimentari ed è un centro ambulatoriale.

non di ricovero. Abbiamo capito che c'era bisogno di qualcosa che rispondesse alle necessità che si creano nelle famiglie che non conoscono né il tipo di malattia né se esista un centro dedicato alla cura: l'associazione fa da ponte tra queste realtà diverse, aiuta a congiungerle e per noi familiari è anche un modo di metterci a servizio degli altri». Esiste una giornata dedicata alla sensibilizzazione dei disturbi alimentari, ovvero il 15 marzo, chiamata «giornata del fiocchetto lilla». «La vita oltre lo specchio» per questa giornata ha inaugurato una panchina lilla situata a Pisa, più precisamente alle Piagge.

### LA REDAZIONE

#### Tutti i nomi dei protagonisti

Questa pagina del campionato di giornalismo, organizzato da La Nazione di Pisa, è stata realizzata da: Nicola Bindi Tommaso Brini Maria Ginevra Brunetti Christian Bubboni Giorgio Carnasciali Camilla Ciampalini Giuseppe Salvatore Costanzino Lucrezia Favaro Jolanda Frediani Lorenzo Gallo Delisa Gashi Alice Ielpo Gioda Legisi Davide Mastrangelo Elisa Olivero Alessandro Rossi Claudia Sechi Kristian Solluffi Federica Tommei Duccio Vazzoloretto Alessandro Vincentini Samira Zaouali Docente tutor: Carola Pagani Dirigente scolastico: Francesco Feola.



[Un pomeriggio insieme alle famiglie dell'associazione](#)

## Una vita appesa all'altra: il timore di giudicare. Il racconto di una madre



Il fiocchetto lilla, simbolo della giornata dedicata, il 15 marzo

### Come si chiama, di cosa si occupa?

«Mi chiamo Annalisa e sono architetta».

### Quale è il rapporto che ha con le sue figlie?

«Ho un buon rapporto con tutte e due e riusciamo a divertirci. Mia figlia maggiore Giulia, che ora ha trent'anni, quando ne aveva 16 si è ammalata di anoressia: l'adolescenza è un momento problematico perché si cresce e possono sorgere dei contrasti. La malattia si è frapposta tra noi e c'è stata una chiusura perché l'anoressia le impediva di relazionarsi con chiunque».

### Quando si è resa conto che sua figlia aveva un DCA?

«Me ne sono resa conto presto, lei ha da subito manifestato questo disagio con il cibo e con le relazioni».

### Cosa ha fatto per aiutarla?

«Le sono stata vicina, l'ho sostenuta, io e mio marito ci siamo fatti aiutare dagli specialisti perché non si può pretendere che una persona cambi se non siamo noi i primi a metterci in gioco. La parte dei genitori è di aiutarla nel modo migliore senza farla sentire in colpa e sbagliata».

### Ha mai avuto paura che sua figlia non potesse guarire?

«Sì, all'inizio, ero spaventata e non conoscevo bene la malattia».

### Quali comportamenti aveva?

«Giulia aveva smesso di studiare, di concentrarsi, di uscire con le amiche. Aveva atteggiamenti non logici. Stava sempre in piedi: metteva la sveglia e rimaneva in piedi, per l'ossessione di perdere peso».

### Mai pensato che fosse colpa sua?

«Tante volte. Lei me l'ha pure detto che non si è mai sentita accettata».

### Un momento simbolo del percorso di guarigione?

«Un giorno è tornata a casa e mi ha abbracciata dopo cinque anni che non lo faceva».