

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

“L’anoressia ha distrutto tutto ciò che avevo, oggi voglio solo ritrovare la mia vita”

Alessandra Toni · Thursday, December 21st, 2023

Serena vuole tornare a sorridere. Per Natale ha un unico desiderio: vincere i suoi mostri e guardare con spensieratezza al futuro.

Serena è una giovane donna di 27 anni. Una laurea in economia e la specializzazione in risorse umane. La sua vita era sempre stata normale: università, lavoro, amici, palestra. Poi precipita in un “buco nero” da cui sta ancora tentando di riemergere

L’ISOLAMENTO DURANTE IL LOCK DOWN E IL DUBBIO DI NON PIACERE A NESSUNO

Il lock down causato dalla pandemia la isola. Le sue giornate trascorrono sui libri: si dedica completamente allo studio per completare il percorso accademico. Un impegno quasi totalizzante **in cui inizia a farsi largo il tarlo dell’insoddisfazione.** Attorno a sé ci sono sempre meno amici, cresce la sensazione di non sentirsi apprezzata: **il dubbio che qualcosa in lei sia sbagliato comincia si fa largo.**

IL CIBO E’ IL NEMICO E IN UN ANNO PERDE 15 CHILI

Serena si guarda allo specchio e non si piace più. Riduce il cibo e aumenta l’attività fisica. **Tutto quello che inghiotte deve essere smaltito.** Perde peso e aumenta l’ansia, diventa cieca e sorda agli avvertimenti dei suoi famigliari. Si butta con ancora più determinazione nel lavoro e rimane indifferente ai segnali che il corpo le manda. In un anno arriva a perdere 15 chili, **l’ago della bilancia si ferma a 30 chili:** « Come abbia fatto ad arrivare a quel punto non lo so ancora oggi – racconta Serena – sto cercando di capirlo con l’aiuto dello psicologo che mi assiste. Sapevo che qualcosa non andava, non riuscivo a instaurare dei rapporti soddisfacenti con gli altri, non avevo relazioni che mi gratificassero. Mi ero convinta che nessuno riuscisse a vedermi realmente».

IL RICOVERO DI URGENZA AL SAN RAFFAELE

Serena cerca di gestire il disagio con l’aiuto di una psicologa che la mette in guardia: « È stata lei, insieme ai miei famigliari, ad avvertirmi che mi stavo distruggendo. Ho accettato di farmi vedere al centro specializzato in Disturbi alimentari del San Raffaele a Milano. Una visita in urgenza che ho ottenuto il 6 marzo scorso. **L’equipe psichiatrica che mi visita mi dice chiaramente che sono sull’orlo del baratro:** o accetto il ricovero o per me non ci sarà più nulla da fare. Io non ci potevo credere: vedevo nelle altre pazienti del centro i segni del disturbo, l’eccessiva magrezza. Ma non li

riconoscevo in me».

IL RICOVERO DURA MESE E MEZZO, UN TEMPO INFINITO

La giovane si lascia convincere e accetta il ricovero in emergenza che dura un mese e mezzo: «È stato un periodo molto duro. Lontano dalla mia famiglia che potevo abbracciare solo mezz'ora ogni sette giorni. Un'equipe, formata da uno psichiatra, uno psicologo e una nutrizionista, mi prende in carico. Devo imparare a gestire l'ansia del rapporto con il cibo, annullare la necessità di fare movimento, guardarmi allo specchio senza preconcetti. **Un percorso doloroso e faticoso** che gestisco grazie ai farmaci e al supporto continuo dell'equipe medica. **La dieta reintegra piano piano le sostanze che avevo bandito:** piano piano il mio corpo reagisce, i miei organi, vicini al collasso, recuperano. **E torno ad assaggiare la pasta.** Erano solo 30 grammi ma per me, che da mesi non toccavo carboidrati, è stato un traguardo importante. Emozionante».



IL RITORNO A CASA TRA ALTI E BASSI

Dopo 45 giorni Serena torna a casa: «Ma tornare a casa non vuol dire essere guarita. **Non sono guarita.** Ho maggior consapevolezza di cosa sto attraversando, ho il calore e il supporto dei miei famigliari, ma a volte mi sento sola in questa battaglia, senza i medici al mio fianco. **Quello specchio è ancora lì a darmi un'immagine non facile da accettare.** Ci sono giorni in cui sto bene, mi sento forte e altri che cado in depressione. So che ho bisogno di tempo per ritrovare me stessa, la fiducia e il desiderio di guardare al futuro. Sono ancora in cura al centro del San Raffaele, vedo una volta al mese lo psichiatra e la nutrizionista mentre ogni settimana ho appuntamento con lo psicologo».

NON SONO ANCORA CONVINTA DI MERITARE IL CIBO CHE INGERISCO

«**Io voglio superare questo momento, tornare alla mia vita:** ho come la sensazione che il mio

tempo stia scadendo e che devo fare in fretta. **Ho riacquistato, però, solo sei chili e mezzo e sono sotto la soglia di attenzione.** Ho diminuito la razione di passi quotidiani, ma non sono ancora convinta di meritare il cibo che ingerisco. Devo ricostruire la mia vita, ripartire. **Vorrei trovare un lavoro, rimettermi in sesto dal lato professionale e ritrovare la mia vita sociale.** Sono stufo di vivere così. Ho perso ciò che avevo e sono a casa a girarmi i pollici. Il cammino è lungo e sto cercando l'inizio della mia nuova strada».

IL NATALE E' MALINCONICO MA NEL 2024 ANDRA' MEGLIO

Serena vorrebbe solo una po' di normalità ma il Natale mette malinconia. È il periodo delle feste, delle tavolate, delle abbuffate: ma per lei non è ancora tempo per le gioie della tavola. Si sta preparando al meglio, a mostrare il lato migliore di sé, a sentire la magia del Natale. Farà del suo meglio per condividere lo spirito. Ma se anche non sarà tutto perfetto, di una cosa è certa: il primo gennaio 2024 si volta pagina.

This entry was posted on Thursday, December 21st, 2023 at 9:00 am and is filed under [Salute, Varesotto](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.