# Un nuovo disturbo alimentare: l' Ortoressia Nervosa

**Data** 15 maggio 2006
**Categoria** psichiatria_psicologia

L' ossessione di mangiare "sano" a volte puo' sconfinare nella patologia.

L’ortoressia è una patologia nervosa, descritta inizialmente nel 1994 da Steven Bratman, a sua volta ortoressico. La patologia si configura come una ossessione, da parte della persona, di mangiare sano. L‘ossessione si spinge, a volte, fino al punto di condizionare pesantemente la vita del soggetto: spesso, infatti, le persone che soffrono di ortoressia arrivano ad un livello ossessivo di controllo della purezza del cibo che mangiano. Ma l’ortorexia è limitatamente una patologia legata alla cattiva educazione alimentare? Bratman giunse, dopo diversi studi longitudinali su ortoressici, alla conclusione che la patologia nascondeva qualcosa di più che cattiva educazione alimentare. In maniera simile a patologia analoghe, come l’anoressia o la bulimia, il cibo non era semplicemente cibo, ma era piuttosto investito di un valore simbolico che andava ben oltre il semplice valore pratico. Scegliere il cibo sano, sceglierlo sempre più sano, fino ad arrivare ad una discriminazione anche in base alla confezione con cui veniva trasportato, diventava la risposta alle angosce intrapsichiche e ai conflitti della persona. Il controllo del cibo diventa il controllo dell’ansia: conoscere tutte le etichette dei cibi in vendita, poteva sublimare la perdita di controllo sul proprio corpo. Uno dei tratti comuni dell’ortoressico, inoltre, è la sua convinzione, dovuta al vissuto interno del cibo, di essere superiori agli altri. Se è vero che “siamo quello che mangiamo”, un ortoressico mangia in modo eccellente, e quindi è a sua volta eccellente. Questa semplice equazione porta, però, a sgradevoli conseguenze nella vita sociale. Come può, infatti, un ortoressico accettare di mangiare un cibo non “puro”? e nel contempo come può frequentare amicizie e conoscenze, dove spesso è giudicato scortese non condividere del cibo (sia esso anche un semplice caffè, o una fetta di torta ad un compleanno)? Ma quanto è diffusa questa patologia non ancora ufficiale? Come gli altri disturbi alimentari, l’ortoressia nervosa colpisce prevalentemente la media borghesia dei paesi industrializzati. L’area sociale di diffusione è in gran parte sovrapponibile a quella che viene colpita dalle varie psicosi alimentari: mucca pazza, OGM, aviaria, ecc.
Un'indagine Swg, nel Novembre 2004 ha mostrato come il 71% degli italiani fosse molto attento alla propria alimentazione. Un'ulteriore ricerca di Astra-Demoskopea è emerso che il 37,3% legge ossessivamente le etichette. A questi dati si aggiungono quelli ricavati da uno studio dell'università La Sapienza di Roma, condotto su un campione di 404 soggetti a rischio di ortoressia nervosa, dei quali 28 (con forte prevalenza maschile) sono risultati effettivamente colpiti da sindrome ossessivo-compulsiva per i cibi sani.

GuidoZamperini
Fonte:
http://www.consorzioaliment.it/osscibologiaall.asp
http://www.orthorexia.com/

© 2004 - 2025 Pillole - Registrazione T. di Roma n. 2/06 | stampato il 15/10/2025 alle ore 12:0 | Pagina 1 di 1