

I fattori di rischio per lo sviluppo dell'Anoressia Nervosa

Come per gli altri disturbi psicologici esistenti, anche nel caso dell'Anoressia Nervosa è, oggi, possibile rintracciare i fattori che aiutano a spiegarne l'insorgenza.

Secondo Christopher Fairburn, uno dei maggiori studiosi a livello mondiale di disturbi alimentari, lo sviluppo e il mantenimento dell'Anoressia Nervosa sono fenomeni dovuti alla coesistenza di tre tipi di fattori: i **fattori di rischio**, i **fattori precipitanti** e i **fattori perpetuanti**. Di seguito approfondiremo i primi due. La spiegazione dei fattori perpetuanti (o di mantenimento) è rimandata alla sezione apposita.

Fattori di rischio

Con il termine “fattori di rischio” si intende tutte quelle variabili personali, familiari e socioculturali che possono innalzare il rischio di sviluppare l'Anoressia Nervosa.

Alcuni **fattori di rischio personali**, solo per citarne alcuni, sono:

- 1) **Sesso di appartenenza**: le femmine sono molto più esposte dei maschi allo sviluppo del disturbo, per via di fattori socio-culturali. Quasi fin da subito, infatti, nelle società industrializzate, alle femmine viene chiesto, in modo più o meno diretto, di aderire ad un modello di bellezza basato su forme estremamente longilinee. Tale modello, se non soddisfatto, può creare convinzioni di inadeguatezza. Se la persona attribuisce molta importanza al senso di inadeguatezza collegato alla forma corporea, è possibile che venga intrapresa una dieta ferrea, che è il punto di innesco di ogni caso di Anoressia Nervosa.
- 2) **Età**: l'Anoressia Nervosa è un disturbo dell'alimentazione che, per vari motivi, tipicamente insorge in adolescenza e nella prima età adulta. L'attraversamento di questo periodo di sviluppo, perciò, viene considerato un fattore di rischio di per sé.
- 3) **Esperienze traumatiche**: la presenza di eventi fortemente traumatici, quali l'abuso sessuale subito in giovane età o l'esposizione alla perdita di figure di riferimento importanti (a causa di morte o abbandono) sono osservati in molti casi di Anoressia Nervosa, tanto da esserne considerati correlati.
- 4) **Caratteristiche psicologiche** quali bassa autostima, intolleranza alle emozioni e tratti estremi di perfezionismo sono da considerarsi fattori di rischio collegati non solo all'insorgenza, ma anche e soprattutto al mantenimento del disturbo alimentare. Per una loro più dettagliata spiegazione si rimanda alla parte dedicata ai “fattori di mantenimento”.

Non è da trascurare la presenza, inoltre, di **fattori di rischio familiare**, fra cui:

- 1) Presenza di **familiarità per disturbi psicologici o psichiatrici**: nei casi di Anoressia Nervosa è comune osservare la presenza di familiari di primo o secondo grado che hanno, o hanno avuto, problemi psicologici o psichiatrici; ciò farebbe pensare alla “trasmissione” di una certa familiarità per i disturbi psicologici. Il dato, tuttavia, è da considerare con estrema cautela. E' provato, infatti, che non esiste una vera e propria trasmissione genetica dei disturbi psicologici, quanto piuttosto, al massimo, la trasmissione di un certo tipo di funzionamento neurologico, che può spiegare una maggiore vulnerabilità generale allo sviluppo di disturbi psicologici.

2) **Ambiente familiare caratterizzato da dinamiche interpersonali patologiche:** anche in questo caso, come nel precedente, la correlazione fra determinate dinamiche familiari e lo sviluppo dell'Anoressia Nervosa è da prendere con cautela, in quanto le stesse dinamiche sono correlate anche con lo sviluppo di altri disturbi psicologici, quali i disturbi d'ansia e del tono dell'umore. Sembra piuttosto, quindi, che esse favoriscano, ma non per questo determinino, l'insorgenza dell'Anoressia Nervosa. Oltre a essere fattori di rischio, alcune dinamiche familiari disfunzionali sono anche da considerarsi fattori di mantenimento del disturbo; si rimanda alla parte dedicata ai "fattori di mantenimento" per una loro spiegazione più dettagliata.

Infine, sono da considerare i **fattori di rischio socioculturali**.

Come già accennato in precedenza, soprattutto nelle società a forte sviluppo industriale, oggi viene posta grande enfasi sulla magrezza come caratteristica indispensabile per la bellezza. Il modello proposto dai media e dalla nostra cultura di riferimento è rigidamente orientato verso l'oscillazione fra un'idea irrazionale di salute fisica (più si è magri, più si è in forma) e un'idea altrettanto irrazionale di bellezza (più si è magri, più si è belli). Questo modello culturale, proposto a persone giovani non ancora in grado di affrontarlo criticamente, rischia di fare presa ed essere considerato vero e giusto in sé, e quindi inevitabile (o evitabile a costo di enormi sofferenze). Il modello di bellezza proposto da una determinata cultura può essere, se disfunzionale, un fattore di rischio in sé per lo sviluppo dell'Anoressia Nervosa. Non è un caso, probabilmente, che la diffusione di questo disturbo sia, di fatto, confinata quasi esclusivamente all'età moderna e alla cultura occidentale.

I fattori precipitanti per lo sviluppo dell'Anoressia Nervosa

Con il termine "Fattori precipitanti" si intende quei fattori la cui presenza concorre in genere a **innescare l'avvio della prima dieta ferrea**, da considerarsi a sua volta, tecnicamente, il punto di inizio dello sviluppo dell'Anoressia Nervosa. A parità di presenza di fattori di rischio (descritti in precedenza), due persone avranno diverse probabilità di sviluppare l'Anoressia Nervosa a seconda che siano sottoposti a fattori precipitanti.

1) L'**inizio di una relazione amorosa** per esempio, se vissuto in un certo modo, può essere uno di questi. Tale evento, stressante sotto diversi punti di vista, comporta la necessità di relazionarsi, a livello corporeo, con una persona dell'altro sesso. Ciò può rappresentare l'innescamento per un'autovalutazione negativa della propria immagine corporea, e per la conseguente decisione di sottoporsi a dieta ferrea.

2) Un altro fattore precipitante può essere la **frequentazione di un gruppo di pari** che, al suo interno, funziona con dinamiche patologiche (per esempio un gruppo in cui le prese in giro sull'aspetto corporeo sono frequenti, pesanti, e tendono a isolare chi ne è oggetto).

3) In ambito familiare, possibili fattori scatenanti sono la **perdita (o la minaccia percepita della perdita) di una o più figure di riferimento** a seguito, per esempio, di malattie, separazioni e lutti. Anche nei casi in cui non avvenga l'effettivo distacco dalla figura di riferimento, l'adolescente può vivere il cambiamento dell'assetto familiare come un evento luttuoso (come avviene in caso di separazione fra genitori o quando uno dei due viene colpito da malattia grave).

4) Un ulteriore fattore precipitante è certamente l'**inizio della pubertà**, se vissuto come un evento traumatico. La prima mestruazione, nei casi di Anoressia, viene di frequente descritta come qualcosa di disgustoso, una sorta di spartiacque fra l'infanzia, vista come semplice, felice e "pulita", e l'età adulta, vissuta come piena di responsabilità, faticosa e priva di gratificazioni emotive.

In questa pagina abbiamo descritto i **fattori di rischio** e **precipitanti** per lo sviluppo dell'Anoressia Nervosa. Resta tuttavia da chiarire come, una volta sviluppatosi, questo disturbo abbia linee di decorso molto diverse da persona a persona. Per capirlo meglio, rimandiamo alla descrizione dei fattori di mantenimento.