

I due volti della bulimia: alimentare e sessuale

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

«Mia sorella ha sofferto di bulimia fin da ragazzina. Ora beve, cambia spesso ragazzo, con un'inquietudine e un'insoddisfazione che non mi sembrano normali. Potrebbe esserci una causa in comune? Lei nega, dice che solo non trova quello giusto. Come posso aiutarla?».

Luisella B. (Roma)

I disturbi del comportamento alimentare, soprattutto di tipo bulimico, sono espressione di un'impulsività difficile da controllare. L'inquietudine che li alimenta può nascere da un disturbo di personalità che si polarizza su un difficile rapporto con il proprio corpo. Oppure da un'insoddisfazione esistenziale che non trova una direzione in cui coltivare con impegno e con gusto i propri sogni. Può nascere da difficoltà in famiglia, sempre più frequenti. O da scarso interesse per la scuola. Spesso manca l'attività fisica, perdendo il modo più sano di scaricare ansia e tensioni interiori: uno sport amato, meglio se in gruppo.

Negli ultimi anni, è aumentata la fluttuazione fra bulimia alimentare e un comportamento sessuale disinvolto, crescentemente promiscuo, definito nei casi più seri "bulimia sessuale". Il termine "patoplasticità" indica proprio la diversa manifestazione clinica di uno stesso profilo di personalità e di una stessa inquietudine profonda. Questi alimentano un difficile controllo degli impulsi, che può fluttuare dall'ambito alimentare a quello sessuale, e viceversa.

Una "fame senza appetito" che presenta molti rischi. Anzitutto, perché il comportamento sessualmente promiscuo tende oggi ad essere "normalizzato" da molti giovani, con pericoli crescenti. La promiscuità non protetta dal profilattico aumenta il rischio di malattie sessualmente trasmesse. L'eccesso di alcol è facilitato sia dall'impulsività, sia dal suo effetto ansiolitico ed euforizzante. Dà un'illusoria sensazione di allegria, di benessere, di accettazione da parte degli amici, o addirittura di predilezione: una gratificazione emotiva, di cui queste ragazze (e ragazzi) hanno immenso bisogno. Questo rilancia il bisogno di euforia alcolica e sensuale, con crescente dipendenza.

Recenti dati ISTAT mostrano che il 32% delle adolescenti tra i 14 e i 17 anni ha comportamenti alcolici a rischio. Più dei coetanei maschi, al 28,1%. L'alcol abbassa la capacità di autoprotezione e di riconoscere tempestivamente il pericolo di aggressioni, anche sessuali.

Il problema è la normalizzazione della disinvoltura sessuale: se sua sorella vede il frequente cambio di partner come la semplice conseguenza di "non trovare quello giusto", e non di un'inquietudine personale, e banalizza l'alcol, è difficile che accetti un aiuto psicoterapeutico e farmacologico. Merita però provarci: cerchi un/una professionista competente, per aiutarla a riprendere in mano le redini della sua vita, concretamente.

«Il diabete può favorire la candida e il dolore ai rapporti?».

Marina S. (Asti)

Sì, il diabete triplica il rischio di infezioni, Candida inclusa, in uomini e donne. Gli alti livelli di glucosio, nel sangue e nei tessuti, favoriscono la proliferazione di batteri e funghi. A livello genitale, nella donna il diabete facilita vaginiti, cistiti e dolore alla penetrazione. E nell'uomo prostatiti.
