

Obesità e pregiudizi: il caso shock di un giovane quattordicenne

Il caso di un giovane ragazzo napoletano di 14 anni deriso e sevizato a causa della sua obesità fa ancora riflettere a distanza di tempo.

Questo episodio di una violenza inaudita e sovraumana credo che debba necessariamente essere motivo di riflessione sulla “Potenza dei pregiudizi” con cui siamo abituati a vivere e anche sulla comune incapacità di provare “empatia” per le persone diverse da noi.

Numerosi sono gli studi su **pregiudizi e attitudini negative** nei confronti delle persone obese, sia da parte di adulti che di bambini. Indagini di grandi dimensioni hanno dimostrato che le persone obese, rispetto a quelle normopeso, tendono ad avere più difficoltà nella loro vita sociale e lavorativa, trovando ad esempio maggiori problemi nell'entrare in scuole prestigiose o nell'ottenere posizioni lavorative di successo e gratificanti.

La problematica è talmente diffusa da portare a parlare di vero e proprio stigma sociale nei confronti dell'obesità, inducendo nelle persone che vivono questa situazione diversi problemi psicologici. Si è arrivati a ipotizzare che problematiche quali la bassa autostima o l'immagine corporea negativa, non siano tanto la causa dell'obesità, quanto la conseguenza di un ambiente sociale avverso con grande discriminazione per coloro che hanno un corpo “diverso dalla media” e dai canoni previsti dalla società.

Nei paesi industrializzati infatti è molto frequente assistere a messaggi e pubblicità che enfatizzano il ruolo fondamentale dell'aspetto fisico e della bellezza. Uomini e donne devono conformarsi con canoni di bellezza altissimi, molto spesso irraggiungibili. Oggi essere magri è un obbligo e non esserlo viene visto come scarsa motivazione e scarsa capacità di autocontrollo.

Questa situazione ampiamente generalizzata ha portato alla nascita di diversi fenomeni quali il dieting e il curvy. Per dieting s'intende una forma di ossessione nei confronti del cibo che porta il soggetto ad essere perennemente a dieta. Tra cali di peso e risalite, queste persone sono perennemente alla ricerca della dieta migliore e all'ultima di moda, quella più restrittiva o alternativa, sino ad arrivare ad una forma di dipendenza.

In contrapposizione a queste realtà troviamo tutti quei movimenti di difesa delle persone più morbide e in contrasto con i canoni sociali attuali, le curvy.

Nella categoria curvy rientrano tutte quelle persone che, facenti parte del range sovrappeso (in riferimento al BMI - indice di massa corporea), sfoggiano con soddisfazione le loro curve generose, arrivando, alle volte, anche ad ostentarle eccessivamente.

Nessuna forma estrema è sinonimo di un sano rapporto con il proprio corpo, gli eccessi in un senso o nell'altro sono spesso rischi reali per la salute.

È utile quindi prendere coscienza dei propri pregiudizi sull'obesità o sulla eventuale non curanza di essa, entrambi potenzialmente dannosi, e cercare di supportare le persone a noi vicine comprendendo la situazione reale nella quali si trovano e sostenendole nel prendersi cura di ciò che la natura ha dato loro.

Nel caso si tratti invece di noi stessi è opportuno farsi aiutare da uno psicologo e un nutrizionista esperti in grado di comprendere la situazione nella sua intera complessità psichica e fisica per poter poi stabilire un programma di aiuto adeguato alla persona.

Dott.ssa Valentina Aletti