

Commenti a "Speciale disturbi alimentari: guarire è possibile"

PianetaDonna



home » sos » psicologia » Speciale disturbi alimentari: guarire è possibile

Speciale disturbi alimentari: guarire è possibile

Intervista a Chiara Ciavatta, da tutti conosciuta come Chiara Sole, che ha attraversato e superato 14 anni fra anoressia e bulimia e ora lavora per aiutare altre ragazze nel tunnel dei disturbi alimentari

a cura di Redazione GirlPower

A cura di Antonella Marchisella



"Mara aveva gli occhi tristi di un cane inferocito, racchiusi nell'inverno di un giorno mai rinato. Era esile e bellissima..."

Così aveva inizio la storia di Mara, una ragazza anoressica di 21 anni di cui avevamo parlato appena un anno fa. La storia di Mara si concludeva con un lancio nel vuoto da un balcone in un giorno d'Aprile "e tutto ciò che rimase di lei fu un unico caldo vento ed i capelli biondi sull'asfalto".

Oggi vogliamo parlarvi di una storia che si è conclusa bene, quella di Chiara Ciavatta, oggi conosciuta come "Chiara Sole", il cui appellativo rappresenta probabilmente ciò che è diventata, o ciò che c'è oggi nel suo cuore. Attualmente è impegnata nell'aiuto delle ragazze anoressiche e nel loro adeguato reinserimento nella Società. Chiara ha alle spalle 14 anni di anoressia e bulimia (come ci ha spiegato il Dottor Luca Saita queste sono correlate fra loro) ed ha scritto un libro bellissimo per trasmettere a tutte un messaggio positivo: da anoressia, bulimia e binge

si guarisce completamente.

Chiara come è iniziata la tua "avventura" nel mondo buio dell'anoressia?

Avevo 11 anni quando mi sono ammalata di anoressia, cioè, quando da un punto di vista evidente, ho cominciato a manifestare il mio disagio interiore attraverso un sintomo: ho iniziato a mangiare meno. A suddividere tra cibi proibiti e cibi concessi. Da un momento all'altro io sentivo di non essere abbastanza in niente. Mi sentivo incredibilmente ingombrante. Mi sentivo un peso e quel peso eccessivo è diventato il mio povero corpo che ho martorizzato e colpevolizzato.

Come era il rapporto con i tuoi genitori da bambina e poi da adolescente?

Da bambina, così come da adolescente, i rapporti tra noi, soffrivano di grandi tensioni umorali. Ci sono stati momenti di infinita tensione: odio, dolore e amore erano spesso la stessa cosa. Esistevano alti e bassi per me incomprensibili. Dinamiche complesse che nel tempo ho imparato a decifrare grazie al lavoro terapeutico su me stessa.

Se ripensi per un attimo alla casa della tua infanzia, qual è il primo spazio di quella casa che ti viene in mente? E quale quello che ricordi con più amore?

Ricordo una cameretta che ho amato a fiori azzurri e bianchi. Una camera piccola

Qual è il tuo più bel ricordo da bambina?

Ricordo con gioia quando mio fratello ed io a sera inoltrata uscivamo di nascosto per recarci al Luna Park vestiti del solo pigiama e, senza dire niente a nessuno degli adulti, mangiavamo le patatine fritte. Il tutto condito con risate e battute.

Che cosa volevi comunicare agli altri e a te stessa tramite la tua magrezza estrema?

Volevo comunicare il mio essere bimba al di là degli anni che passavano, il mio bisogno di essere accudita finalmente, IL MIO DOLORE. Volevo delegare me stessa, delegare la responsabilità della mia persona. Tutto questo e molto altro ho cercato di farlo sempre attraverso i gesti: oscillando dai 36 ai 90 chili: in anoressia, binge (abbuffate compulsive senza vomito) e bulimia.

Quali erano le tue paure più grandi quando eri anoressica?

In anoressia mi illudevo di avere il controllo di tutto, quando in realtà era il mostro anoressico a controllare me. Tutto il mio vero disagio era nascosto dal sintomo, quindi dai sensi di colpa del cibo. Dal terrore di ingrassare, che spesso è sinonimo della paura di crescere. Ero concretata su tantissime paure, paralizzanti, ma non su quelle reali.

Avevi dei sogni? E se sì, quali?

Nei miei diari, anche quelli di bambina, ogni pagina terminava con la frase VOGLIO MORIRE. Sicuramente ci sono stati bei momenti anche da bimba. Ma i disagi sono cominciati precocemente.

Quando e come hai deciso di uscire per sempre dall'anoressia e chi ti ha aiutato?

Ho provato diverse strade di cura. Dai ricoveri ai vari orientamenti psicoterapeutici. Ho cercato anche negli Stati Uniti, fino ad arrivare ad una comunità per tossicodipendenti. Sicuramente l'aiuto più grande, l'ho ricevuto da un percorso di analisi tre volte a settimana per tre anni, benché mancante di tutta quella parte fondamentale di reinserimento sociale e di mediazione familiare.

Chi è la Chiara di oggi e cosa è rimasto della Chiara di ieri?

La Chiara di oggi è una persona che ha imparato a conoscersi grazie anche alla Chiara di ieri. I miei sintomi mortali mi hanno obbligata per ben 14 anni a capire chi in realtà fossi. Mi hanno invitata con forza a prendermi seriamente cura di me, ricordando sempre da dove vengo, cosa mi fa male e che tipo di persona sono. Concentrarmi sul cibo e sul corpo era effettivamente un modo per non conoscere quella vera Chiara che soffriva per tanti motivi. Contemporaneamente continuo ovviamente a crescere nella vita di tutti i giorni. In più la mia vita e le mie esperienze di cura e pseudo tale mi hanno anche portata a fondare insieme al Dott. Matteo Mugnani, MondoSole che è un Centro per l'anoressia e bulimia a Rimini, che svolge un servizio di cura, riabilitazione e reinserimento sociale delle persone con disturbi alimentari e anche una Associazione per la prevenzione, lo studio e la formazione sui disturbi alimentari.

Cos'è per te la felicità?

Affrontare la vita con serenità e consapevolezza di se stessi.

Che cosa senti di dire alle ragazze anoressiche di oggi?

Alle ragazze e a tutte le famiglie... Di chiedere aiuto. Di non intestardirsi a voler fare da sole. Non esiste nessun controllo: qualunque disturbo alimentare, annulla la libertà di scelta e chiedere aiuto non significa ingrassare, bensì comprendere perché si è sviluppato quel meccanismo di difesa. Non c'è nessuna vergogna: ammalarsi non è una vergogna.

Per qualunque cosa io ci sono in vari modi:

www.chiarasole.it

ca@chiarasole.it

blog: <http://www.wefree.it/blog/1181>

Segreteria MondoSole per informazioni e appuntamenti:

da lunedì a venerdì, dalle 10.00 alle 13.00 Tel. 0541.718283

per la campagna di sensibilizzazione video <http://www.youtube.com/watch?v=pF8WUKH9DjA>

