

“Date alle donne occasioni adeguate ed esse possono fare tutto”. Oscar Wilde



Il periodico di aggiornamento dello sportello InformaDonna con tutte le informazioni sulle opportunità di lavoro, formazione, imprenditoria, tempo libero, cultura, pari opportunità, diritti umani, rivolto a tutte le donne e non solo.

Indice

Pari Opportunità e diritti umani..... pag. 2

VIOLENZA. Possesso, gelosia e mancanza di autostima.

PARI OPPORTUNITA’. La consigliera di parità di Avellino promuove un viaggio nei centri per l’impiego dell’Irpinia.

PARI OPPORTUNITA’. Un Woman per l’uguaglianza di genere nell’Onu.

DIRITTI UMANI. Salviamo la vita dell’iraniana Sakineh Mohammadie Ashtiani.

Lavoro ed imprenditoria femminile.....pag. 2

Eco-innovazione: invito a presentare progetti

Start Cup Umbria-Marche 2010

Agevolazioni finanziarie per la creazione di nuovi posti di lavoro - PROROGA TERMINI

Contributi interessi 2010 della Camera di Commercio di Pesaro e Urbino

L’impresa al ritmo di donna. Comitato Impresa Donna-CNA

Formazione.....pag. 3

Corso FSE “Lingua estera (Inglese)” organizzato dall’Istituto d’Istruzione Superiore “F. Filelfo” di Tolentino in collaborazione con la Bit S.r.l. e finanziato dalla Provincia di Macerata.

Corso FSE “Management dell’Innovazione” organizzato dalla Bit srl finanziato dalla Provincia di Macerata.

Borse di studio Pio Sodalizio dei Piceni.

Tempi di conciliazione vita/lavoro.....pag. 4

P.O.R. - OB. 2 F.S.E. 2007-2013, ASSE II Occupabilità, Obiettivo Specifico “F” - Avviso della Provincia di Macerata per l’erogazione di Voucher di servizio per la conciliazione.

Cultura e Tempo Libero.....pag. 5

“Raccontami un racconto”. Laboratorio di scrittura con il giornalista e scrittore Anselmo Roveda.

“Sport: sviluppo psicologico e virtù umane”, una serie di incontri organizzati dalla Praxis Macerata.

Macerata Estate 2010. Calendario eventi mese Luglio.

Proposta di lettura. L’arte di dimenticare di Anita Nair, Guanda Editore

Tema di approfondimento.....pag. 11-16

I disturbi del comportamento alimentare (DCA) e il fallimento della costruzione dell’identità femminile.



Pari Opportunità e diritti umani

VIOLENZA. Possesso, gelosia e mancanza di autostima. La morte violenta di Anna Maria Tarantini, la collaboratrice del quotidiano 'Il tempo', assassinata da un quarantaduenne che ha perso la testa dopo il no di lei alle proprie avance, riaccende i riflettori sul drammatico problema del femminicidio, che, anche nel nostro Paese è di drammatica attualità. A commentare quest'ultima morte, ancora per un rifiuto, è lo psichiatra dell'università di Chieti Massimo Di Giannantonio, che spiega come "In soggetti vulnerabili, che non dispongono di un saldo equilibrio psichico, il rifiuto femminile mette in crisi il comportamento predatorio tipicamente maschile e può spingere a commettere azioni estreme.

Per ulteriori informazioni: www.deltanews.net

PARI OPPORTUNITA'. **La consigliera di parità di Avellino promuove un viaggio nei centri per l'impiego dell'Irpinia.** Al via **mercoledì 7 luglio**, il viaggio itinerante dell'Ufficio della Consigliera di Parità della Provincia di Avellino che, fino al 16 luglio toccherà tutti i centri per l'impiego dell'Irpinia. Il "Tour di promozione delle pari opportunità nel mondo del lavoro". L'intervento, indirizzato all'utenza dei Centri per l'Impiego, coinvolgerà direttamente anche i dipendenti dei Cpi, le istituzioni locali, le organizzazioni sindacali, le associazioni di categoria imprenditoriali e tutte le realtà associative femminili presenti sui territori.

Per maggiori informazioni: www.deltanews.net

PARI OPPORTUNITA'. **Un Woman per l'uguaglianza di genere nell'Onu.**

Venerdì 2 luglio è nata **UN WOMEN**, la nuova entità per l'uguaglianza di genere delle Nazioni Unite. L'Assemblea Generale delle Nazioni Unite ha approvato, il 30 giugno scorso, una risoluzione che prevede la nascita di un'agenzia, la quale, sotto la guida di un nuovo Sottosegretario generale, riunisca quattro associazioni preesistenti: l'UNIFEM (Fondo di Sviluppo Onu per le donne); il DAW (Divisione per il Progresso delle Donne); l'INSTRAW (Istituto per la Ricerca Internazionale e la Formazione finalizzata al progresso femminile); e l'OSAGI (Ufficio del Consigliere Speciale per il Segretario Generale dell'ONU sulle questioni di genere e sul progresso femminile).

Per maggiori informazioni: www.deltanews.net

DIRITTI UMANI. **Salviamo la vita dell'iraniana Sakineh Mohammadi Ashtiani.**

Un appello da Mina Ahadi, a capo del comitato internazionale contro la lapidazione e la pena di morte (ricordiamo in Iran la stragrande maggioranza dei condannati alla lapidazione sono donne), lanciato ieri in tarda serata e ripreso dalla Cnn, per scongiurare la morte di **Sakineh Mohammadi Ashtiani**, la donna iraniana, madre di due bambini, condannata alla lapidazione nel 2006 per adulterio. La donna, ora 42enne, è originaria della città di Tabriz e nel 2006 è stata condannata per adulterio sulla base di una confessione ottenuta dopo aver subito 99 frustate, come denuncia il suo avvocato difensore Mohammad Mostafei.

Per maggiori informazioni: www.deltanews.net



Lavoro ed imprenditoria femminile

Eco-innovazione: invito a presentare progetti La Commissione europea ha lanciato un appello a

presentare progetti in materia di eco-innovazione per 35 milioni di euro da finanziare nell'ambito del programma per la competitività e l'innovazione (CIP). I settori coinvolti riguardano: riciclaggio dei materiali, prodotti sostenibili per la costruzione, prodotti alimentari e bevande e attività economiche ecologiche. Sono particolarmente ben accolte le domande delle piccole imprese che trattano prodotti o servizi ecologici che hanno bisogno di essere sostenuti per penetrare sui mercati. L'invito è rivolto in particolare alle PMI che hanno sviluppato un prodotto, un processo o un servizio ecologico, tecnicamente collaudato ma che stenta ancora a collocarsi sul mercato. L'appello propone un cofinanziamento diretto, con sovvenzioni che coprono fino al 50% del costo totale del progetto. Per ulteriori informazioni: www.europaregioni.it. **Il termine per la presentazione delle domande è il 09/09/2010.**

Start Cup Umbria-Marche 2010

Il Premio per l'Innovazione Start Cup è una competizione tra idee imprenditoriali generate dalla ricerca universitaria ed offre a tutti i partecipanti occasioni di formazione, opportunità di contatti professionali ed incontri di divulgazione della cultura d'impresa. **Il primo premio minimo è di 7.000 Euro**, il secondo premio minimo è di 5.000 Euro e il terzo premio minimo è di 3.000 Euro. Coloro che sono interessati (iscrizioni entro il 15 settembre) possono chiedere ulteriori informazioni a: Università di Camerino, ilo@unicam.it, tel 0737/402246, Università di Macerata, startcup@unimc.it, Università di Perugia, ilo@unipg.it, tel 075/5852382-2099.

Scadenza iscrizioni: 15/09/2010

Agevolazioni finanziarie per la creazione di nuovi posti di lavoro - PROROGA TERMINI

La Provincia di Macerata comunica che con Determinazione Dirigenziale n. 181 del 30.06.2010 è stato prorogato il termine ultimo di scadenza per la presentazione di domande a valere sull'Avviso Pubblico "**Agevolazioni Finanziarie per la creazione di nuovi posti di lavoro**". Sarà possibile continuare ad inoltrare domande di adesione fino alla data del **31.12.2010**. Per ulteriori informazioni: <http://lavoro.provincia.mc.it>

Contributi interessi 2010 della Camera di Commercio di Pesaro e Urbino È uscito il bando della Camera di Commercio di Pesaro e Urbino per l'assegnazione di contributi a sostegno di programmi di investimento mediante l'abbattimento degli interessi maturati sui finanziamenti accesi dalle imprese nella provincia di Pesaro e Urbino con l'intervento degli organismi di garanzia collettiva fidi. Possono presentare domanda di contributo le imprese iscritte al Registro Imprese della Camera di Commercio di Pesaro e Urbino che intendono realizzare dal 01/01/2010 al 31/01/2011 i programmi di investimento mediante l'accensione di un prestito assistito da un organismo di garanzia collettiva fidi. Il bando si trova su: www.ps.camcom.it alla voce *Novità*.

Si può presentare la domanda di ammissione al contributo fino al 31/12/2010

L'impresa al ritmo di donna. Comitato Impresa Donna-CNA. Mercoledì 14 Luglio 2010, ore 17.30, presso la sala convegni Hotel San Claudio, località San Claudio di Corridonia, si terrà il Convegno: "Impresa Donna e sviluppo del territorio". Per info: Federica Carosi, tel. 0733261309 – cell.334 9560734 – e.mail: fcarosi@mc.cna.it



Sul sito dello Sportello Informadonna è possibile scaricare l'elenco dei [concorsi](#).



Sul sito dello Sportello Informadonna è possibile consultare la normativa per [l'imprenditoria femminile](#).



Formazione

Corso FSE “Lingua estera (Inglese)” organizzato dall’Istituto d’Istruzione Superiore “F. Filelfo” di Tolentino in collaborazione con la Bit S.r.l. e finanziato dalla Provincia di Macerata. *Obiettivi del corso:* aggiornare i lavoratori e renderli in grado di comunicare e negoziare fluentemente in lingua inglese. Gli allievi acquisiranno competenze grammaticali e lessicali di livello avanzato con particolare attenzione alla lingua commerciale. *Requisiti di accesso:* il corso è rivolto a imprenditori, lavoratori dipendenti, collaboratori che dovranno lavorare in unità produttive ubicate all’interno della provincia di Macerata sottoposte al regime di aiuti di stato *Regolamento CE 1998/2006 del 15 dicembre 2006 “de minimis”*. *Dati corso:* durata totale 100 ore con sede a Tolentino. **Scadenza domande: 9/09/2010.** Per ulteriori informazioni: www.formazionemarche.org

Corso FSE “Management dell’ Innovazione” organizzato dalla Bit srl finanziato dalla Provincia di Macerata. *Obiettivi del corso:* formare tecnici amministratori che siano in grado di progettare, sviluppare, mettere a punto e gestire il funzionamento e la sicurezza di una rete informatica aziendale basata sul sistema operativo MS Windows Server 2008. *Dati corso:* durata totale 300 ore (di cui 90 di stage) con sede a Tolentino. Destinatari: **Scadenza domande: 14/09/2010.** Maggiori informazioni e i moduli da scaricare sono disponibili al sito www.formazionemarche.org

Borse di studio Pio Sodalizio dei Piceni Il Pio Sodalizio dei Piceni rende noto che è aperto, fino al **20 settembre 2010**, un concorso per titoli per l’ammissione alle Borse di Studio seguenti:

- A) BORSE DI STUDIO PER L’ AMMISSIONE A CORSI UNIVERSITARI, CONSERVATORI E ACCADEMIE
- B) BORSE SPECIALI PER CORSI O STUDI DI PERFEZIONAMENTO
- C) BORSE SPECIALI PER ATTIVITA’ DI RICERCA

Sono 13 borse di studio per studenti marchigiani, residenti nelle marche, che intendano frequentare dal 1° anno corsi di studio presso Università, Conservatori, Accademie in Roma, di cui: Prov. Ancona n. 3 borse, Prov. Ascoli n. 2 borse, *Prov. Macerata n. 6 borse*, Prov. Pesaro-Urbino n. 2 borse

Per ulteriori informazioni: <http://www.piosodaliziodeipiceni.it/>



Sul sito dello Sportello Informadonna è possibile scaricare la normativa sulle pari opportunità.



Tempi di conciliazione vita/lavoro

P.O.R. - OB. 2 F.S.E. 2007-2013, ASSE II Occupabilità, Obiettivo Specifico "F" - Avviso della Provincia di Macerata per l'erogazione di Voucher di servizio per la conciliazione. L'obiettivo prioritario dell'intervento attivato è quello di offrire un incentivo economico allo scopo di favorire e facilitare la conciliazione tra vita familiare e vita lavorativa. Per ulteriori informazioni:
Ufficio: Formazione Continua e Vouchers, Formativi, Aziendali, di Conciliazione

Nominativo di riferimento: Lorena Polidori

Telefono referente: 0733/248321

E-mail referente: lorena.polidori@provincia.mc.it

Data ed ora di scadenza: 14/08/2010 ore 23:00

Per scaricare il bando: <http://lavoro.provincia.mc.it/>



Cultura e Tempo Libero

Raccontami un racconto

Laboratorio di scrittura con il giornalista e scrittore Anselmo Roveda

Un laboratorio residenziale di scrittura in un contesto naturale e tranquillo, con giochi ed esercizi di scrittura, individuali e collettivi; per esprimersi, giocare e costruire un racconto. **16/17/18 Luglio 2010**
Per ulteriori info: Laura Corrado. Tel. 3493686417

Sport: sviluppo psicologico e virtù umane La Praxis organizza una serie di incontri presso l' A.D. Club Vela di Portocivitanova, Via Molo Nord, n. 51 nei giorni: **20, 21, 27, 28 Luglio** a Civitanova Marche. Per ulteriori info: <http://www.associazionepraxis.it/>

Macerata Estate 2010

Calendario eventi mese Luglio

Dal 25 giugno al 6 agosto

Università degli Studi di Macerata
organizza

L'OMBRA DI TAGETE Mostra di sculture e dipinti di Francesco Roviello

Corte del giardino di palazzo Ugolini - Corso Cavour

Dal 3 luglio al 14 luglio

Vuoti - Mostra di scultura
di Gianfranco Romagnoli

Galleria Antichi forni

orario: 10,30/12 - 17,30/20

Inaugurazione 3 luglio ore 18

Studenti Itas di Macerata.
dalle ore 21 alle 24

Dal 12 al 17 luglio

Ars in fabula
corsi settimanali di illustrazione
Maurizio Quarello *corso di perfezionamento*
Accademia di Belle Arti di Macerata via Berardi

12 luglio

Libriamoci: Poeti nel parco
Giardini Diaz ore 21,30

12 luglio

Ars in fabula
Incontro con gli autori
Maurizio Quarello
Accademia di Belle Arti di Macerata Aula Magna Svoboda via Berardi
ore 9.00 (aperti al pubblico)

13 e 14 luglio

Festival terra dei teatri
"Di una specie cattiva"
Foro Boario Villa Potenza, ore 22

14 luglio

Ars in fabula
seminari di Editoria
Beatrice Masini (Rizzoli)
CASB - Polo bibliotecario centrale piazza Oberdan
ore 21,30 (aperti al pubblico)

14 luglio

Secondo torneo amatoriale di burraco
Open a coppie
Consalvi

Dal 15 luglio al 15 agosto

CINEMANIA ESTATE 2010
Cortile scuola Mestica ore 22
Chiusura settimanale i lunedì e martedì

15 e 16 luglio

Spettacoli musicali
(Inside the man e Brunori sas)
Rione Vergini ore 21,30

15 luglio

Festival itinerante "Non a Voce
Sola"- Dialoghi al femminile
Rassegna di poesia, filosofia, narrativa, musica ed arti

Auditorium S.Paolo:

Luisa Muraro Ore 19

Palazzo Conventati:

Cinzia Pennesi ore 21,15

Mariolina Venezia e Lucia Tancredi ore 21,40

Dal 16 luglio al 23 luglio

"Upim 1942-2003"

Mostra fotografica Guido Picchio

Galleria Antichi forni

16 luglio

Rassegna teatrale

"Dialecto per diletto"

"Con tutto il bene che ti voglio" di Luciano Lunghi

Anfiteatro centro commerciale Val di Chienti ore 21

Macerata e dintorni

23^Rassegna teatrale

Tutto cuscì 'mbruisamende di Giandomenico Lisi

Park Sì ore 21,30

Convegno

Macerata città della cultura, dallo sviluppo alla realtà

Sala Consiglio Camera di Commercio dalle ore 16

17 luglio

Viva Festival

Stokka & Madbuddy + Neurogarage & Banana Spliff + Raptus + "Art In Progress" Showcase

Giardino CSA Sisma - Via V. Alfieri 8 ore 20

18 luglio

Albano in concerto

Piediripa - Centro ingrosso Mercurio ore 21,30

19 luglio

Ars in fabula

Incontro con gli autori

Carll Cneut, Alessandro Sanna, Gek Tessaro

Accademia di Belle Arti di Macerata Aula Magna Svoboda via Berardi

ore 9.00 (aperti al pubblico)

Dal 19 al 24 luglio

Ars in fabula

corsi settimanali di illustrazione

Gek Tessaro *corso libero*

Carll Cneut *corso di perfezionamento*

Alessandro Sanna *corso di perfezionamento*

Accademia di Belle Arti di Macerata via Berardi

22 luglio

IN/OPERA 2010

Laboratorio sull'Amicizia sulle orme
di Padre Matteo Ricci - esposizione di opere d'arte

Università, piazza Libertà, ore 18:
presentazione evento e premiazione

Palazzo Buonaccorsi ore 19:

Inaugurazione mostra

22 luglio

Ars in fabul

seminari di Editoria

Alessandro Cavaliere (Università di Alicante)

CASB - Polo bibliotecario centrale piazza Oberdan

ore 21,30 (aperti al pubblico)

23 luglio

Memorial Ugo Buratti

Torneo di calcio a 5

Consalvi

Macerata e dintorni

23^Rassegna teatrale

Quattro calde risate di Paolo Torrìsi

Prk Sì ore 21,30

Rassegna teatrale

"Dialecto per diletto"

"Classe de fero" di Aldo Nicolaj

Anfiteatro centro commerciale Val di Chienti ore 21

Dal 24 luglio al 15 agosto

Aperitivi culturali di Sferisterio Opera Festival

Galleria Antichi Forni ore 12

24 luglio

Estate a Villa Cozza

Commedia dialettale

"Lu ruffià" di Cesare Angeletti

Parco Villa Cozza ore 21,30

24 luglio

Concerto della scuola di musica Lino Liviabella

Duo sax - pianoforte

Cortile municipale ore 21

25 luglio

Estate a Villa Cozza

L'angolo giusto

serata di poesia, musica e cabaret

Parco Villa Cozza ore 21

Burraco sotto le stelle"

Finale Tour provinciale del Torneo di Burraco

Piazza Vittorio Veneto dalle 21

26 luglio

Ars in fabula

Incontro con gli autori

Dusan Kallay, Kamila Stanclova, Javier Zabala, Luigi Raffaelli

Accademia di Belle Arti di Macerata Aula Magna Svoboda via Berardi

Ore 9.00 (aperti al pubblico)

Dal 26 al 31 luglio

Ars in fabula

corsi settimanali di illustrazione

Luigi Raffaelli *corso libero*

Javier Zabala *corso di perfezionamento*

Dusan Kallay, Kamila Stanclova, Ginevra Viscardi *corso speciale*

Accademia di Belle Arti di Macerata via Berardi

27 luglio

Musicando Jazz 2010 VIII Edizione

Mattia Cigalini Quartet

Piazza Cesare Battisti, ore 21,30

27 luglio

Ars in fabula

seminari di Editoria

Ginevra Viscardi (Edizioni Arka)

CASB - Polo bibliotecario centrale piazza Oberdan

ore 21,30 (aperti al pubblico)

Dal 29 luglio al 10 agosto

46^a Stagione Lirica 2010A maggior gloria di Dio

Arena Sferisterio e Teatro Lauro Rossi

www.sferisterio.it

29 luglio

46^a Stagione Lirica 2010

Conferenza inaugurale con Massimo Cacciari

Auditorium San Paolo ore 18

29 luglio

46^a Stagione Lirica 2010

www.sferisterio.it

30 luglio

Macerata e dintorni

23^a Rassegna teatrale

Lo Petrojo di Dante Cecchi

Park Si ore 21,30

30 luglio

Rassegna teatrale

"Dialecto per diletto"

Anfiteatro centro commerciale Val di Chienti ore 21

31 luglio

Commedia dialettale "Cose che capita"

Piazzale chiesa Consalvi ore 21,30

INFORMAZIONI

Servizio Cultura

Tel. 0733-256386 - 383 - 259 (ore 9-14)

e-mail cultura@comune.macerata.it

Proposta di lettura.

L' arte di dimenticare

di Anita Nair

Guanda Editore



Jak è uno studioso di cicloni che porta i capelli a spazzola, vestiti comodi e un orecchino di diamante; Mira una perfetta padrona di casa che scrive galatei per mogli di manager e vive in una vecchia casa lilla piena di ricordi. Due esistenze apparentemente definite e destinate a sfiorarsi senza conseguenze, se eventi imprevedibili non mescolassero le carte scuotendo dalle fondamenta le certezze di lei, fino a sospingerla nel quotidiano di lui, assai più ricco e sfaccettato di quanto ci si potrebbe attendere. Da un giorno all'altro Mira si ritrova senza punti di riferimento: il marito se n'è andato, i conti non tornano, e tutto, improvvisamente, dipende da lei: i figli, la madre e la nonna arroccate nelle loro abitudini, la casa amatissima e ingombrante. È l'inizio traumatico di una nuova vita, che la obbliga a riconsiderare il proprio ruolo e il proprio passato, a riscoprire in sé risorse e ambizioni sepolte. Anche la vita di Jak deve ripartire: rientrato in India dagli Stati Uniti, assiste disperato la figlia diciannovenne, vittima di un terribile incidente, e non riesce a darsi pace, tra il bisogno di appurare la verità su quanto le è accaduto e il senso di colpa per non averla saputa proteggere. Il cuore della storia è l'incontro sommesso eppur decisivo tra Mira e Jak, in un paese in cui convivono con qualche stridore il peso delle tradizioni e la complessità del presente, e insieme la loro capacità di "accettare l'inevitabile" e guadagnarsi nuove prospettive...

I teatri delle Marche:

Teatro delle Muse - Ancona - www.teatrodellemuse.org

Teatro Rossini - Pesaro - www.enteconcerti.it

Teatro Pergolesi - Jesi - www.teatropergolesi.org

Teatro Dell' Aquila - Fermo - <http://teatro.fermo.net>

Teatro Lauro Rossi - Macerata - www.tuttiteatri-mc.net

Teatro Ventidio Basso - Ascoli - www.teatroventidiobasso.it





Tema di approfondimento

Si è scelto di approfondire in maniera tecnica la tematica dei **disturbi alimentari (DCA)**, in quanto tema fortemente attuale e complesso. Le statistiche ci dicono che almeno il 3% della popolazione soffre di anoressia o bulimia nervosa, oltre 200 mila donne nel nostro Paese sono colpite da questo genere di disturbi. Si tratta, dunque, di una “emergenza” che, oltre ad essere affrontata dal Parlamento, va prima di tutto riconosciuta nelle nostre case o tra le persone che frequentiamo.

I disturbi del comportamento alimentare (DCA) e il fallimento della costruzione dell'identità femminile



I disturbi del comportamento alimentare sono caratterizzati da grossolane alterazioni del comportamento alimentare, quasi sempre accompagnate da una alterata percezione della forma e del peso del proprio corpo ed una contemporanea ed indebita influenza dell'immagine corporea distorta sul livello dell'autostima.

www.pariopportunita.gov.it

La scelta di definire “*Disturbi del Comportamento Alimentare*” questi quadri sintomatici intende mettere l'accento sul comportamento come canale privilegiato d'espressione della sofferenza psichica, il prevalere dell'azione sull'elaborazione psichica segnala un blocco sulle capacità riflessive e di mentalizzazione.

Essi comprendono un insieme di condizioni cliniche molto varie che vanno da forme conclamate molto gravi, addirittura a rischio di morte improvvisa, a forme più sfumate; ma tutte le forme originano da un malessere psicologico che si manifesta a livello fisico. Queste sindromi hanno nel cibo e nel comportamento alimentare il loro campo di espressione e visibilità ma la patologia indica una serie di altre dinamiche che affondano le loro radici nella vita quotidiana e nella vita di relazione della persona sia a livello familiare che extrafamiliare.

Il sintomo alimentare compare tardivamente rispetto alla sofferenza psicologica. Il più delle volte (non sempre) chi ne è colpito ha avuto un passato di successi scolastici ed è stato in grado di svolgere con profitto anche attività extrascolastiche, come praticare sport, suonare uno strumento musicale o aiutare i genitori nella gestione familiare.

I disturbi consistono nel cambiamento del rapporto col cibo e vengono distinti in: **anoressia nervosa, bulimia nervosa e disturbi del comportamento alimentare non altrimenti specificati**; l'obesità non è inclusa nei disturbi del comportamento alimentare perché non ne è stata accertata l'associazione costante con una sindrome psicologica o comportamentale.

ANORESSIA NERVOSA

La caratteristica tipica dell'anoressia nervosa è la severa perdita di peso che può determinare gravi rischi per la salute e a volte la morte. Complicanze mediche usuali dell'anoressia riguardano le ossa (osteoporosi) e il metabolismo (malfunzionamento della tiroide e ipoglicemia)

Il termine letteralmente significa “*mancanza nervosa di appetito*” ma si tratta di una definizione impropria perché le persone che soffrono di questo disturbo, pur rifiutando il cibo, hanno sempre una intensa fame. La perdita di peso è dovuta alla dieta ferrea e fortemente ipocalorica, conseguenza della paura di ingrassare e di perdere il controllo dell'alimentazione.

La persona anoressica comincia con il saltare i pasti, ridurre le porzioni, evitare tutti i cibi ritenuti grassi, con una attenzione ossessiva al contenuto calorico e alla bilancia. E' sempre presente anche una intensa attività fisica che è sia una strategia per consumare calorie, sia una modalità fisica dell'organismo per produrre endorfine in assenza di una alimentazione equilibrata e normocalorica.

Ciò che sul piano diagnostico caratterizza l'anoressia nervosa è una ricerca della magrezza correlata ad una opprimente paura di ingrassare. Per porre diagnosi viene spesso usato il criterio di una riduzione del peso corporeo al di sotto dell'85% del normale valore minimo rispetto ad età ed altezza. Nelle donne l'amenorrea (assenza di ciclo mestruale) è un sintomo molto spesso presente.

In tutti i pazienti, prevalentemente di sesso femminile (90/95%) dei casi con esordio in adolescenza (12/25 anni) è presente la *dismorfofobia*: il sentirsi grassi rappresenta una insostenibile minaccia all'autostima e la conseguenza è la limitazione ferrea della quantità di cibo assunta. Il rifiuto del cibo è finalizzato al controllo del corpo e delle sue funzioni con una dispercezione di stimoli fisici quali la fame, il freddo e la stanchezza.

La frenetica attività, che contrasta con lo stato di emaciazione fisica, conferma l'attacco al corpo e la negazione dei suoi bisogni. Questi comportamenti denotano un tentativo di eliminare dal corpo pubere ogni traccia femminile, viene particolarmente rifiutato qualsiasi simbolo materno e ciò si esprime fisicamente con la scomparsa del mestruo, che talvolta precede uno stato di denutrizione che la giustifica e si prolunga spesso oltre la ripresa degli indici fisiologici adeguati a consentirne la ripresa.

Nell'anoressia l'alterazione della condotta alimentare è volontaria ed egosintonica, e la progressiva limitazione degli interessi alle quantità e ai modi dell'alimentazione contribuisce alla costruzione di rapporti perversi, tesi a coinvolgere l'altro (di solito la madre) nel controllo dell'alimentazione.

A livello cognitivo questi pazienti presentano iperattività intellettuale, rigidità mentale, ridotta spontaneità nei rapporti interpersonali e senso di inadeguatezza.

BULIMIA NERVOSA

La bulimia nervosa letteralmente significa “*fame da buie*” ed è caratterizzata da grandi abbuffate seguite da episodi di vomito autoindotto e forti sensi di colpa. Le complicanze mediche della bulimia sono dentistiche (erosione dello smalto dei denti per il vomito frequente con aumento di carie, scheggiamenti e cadute dei denti) gastro-intestinali (ulcere allo stomaco e all'esofago) e polmonari (pneumotorace).

La bulimia è una forma subdola di disturbo del comportamento alimentare perché è difficilmente riconoscibile all'occhio esterno rispetto all'anoressia nervosa, ma da ricerche scientifiche si evince che il numero delle pazienti che ne soffrono è decisamente più alto.

Nella bulimia nervosa i tentativi di perdita di peso sono interrotti frequentemente da episodi di abbuffate e vomito e ciò spiega perché il peso rimanga generalmente nella norma o lievemente al di sotto o al di sopra del normopeso. Nella maggior parte dei casi le abbuffate sono seguite da altri comportamenti eliminatori come l'uso di lassativi o di diuretici.

Le pazienti con bulimia hanno una alterazione della percezione della fame e della sazietà. L'orgia bulimica, ingestione del cibo vorace e compulsivo, viene condotta per lo più in solitudine, generalmente prosegue finché il soggetto si sente così pieno da star male, ed è a questo punto che subentrano abitualmente le condotte di eliminazione. Un aspetto che accompagna le crisi bulimiche è la sensazione di perdere il controllo di sé, cioè di estraneamento; dopo la crisi subentrano senso di colpa e autosvalutazione.

Anche la bulimia è prevalentemente di sesso femminile ma con un esordio meno precoce rispetto all'anoressia: tarda adolescenza o prima età adulta.

Le ragazze bulimiche presentano in genere immagini di sé scisse, grande instabilità emotiva e relazionale, incapacità di tollerare gli impulsi e di tollerare sentimenti di solitudine, di noia e di vuoto.

Le ragazze bulimiche, di solito, mantengono una maggiore identificazione femminile delle anoressiche, ma un'analoga svalutazione della femminilità che si rivela nelle relazioni sessuali promiscue ed impulsive che replicano il modello delle orge alimentari.

Sia le anoressiche che le bulimiche stentano a definire i confini della propria identità e oscillano tra un'autoaffermazione grandiosa e un adeguamento compiacente alle regole familiari e sociali. Tra i due disturbi c'è una radice comune più significativa delle pur vistose differenze di superficie: se il controllo ascetico e idealizzante dell'anoressica cede nella bulimica alla pressione dell'impulso e della coazione a ripetere si potrebbe sostenere che ogni bulimica aspiri al controllo anoressico, così come ogni anoressica teme il crollo bulimico. Per questo anoressia e bulimia non possono essere considerate due diverse patologie, ma poli opposti di un moto oscillatorio fra la permeabilità di un corpo e di una mente privi di confini, che nel rituale dell'abbuffata/vomito annulla i limiti tra interno ed esterno e l'impenetrabile corazza ascetico narcisistica che vieta l'accesso nell'illusorio tentativo di instaurare un funzionamento autarchico.

DISTURBI DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE NON ALTRIMENTI SPECIFICATI (DANAS)

Sono una patologia variegata che non sempre trova d'accordo tutti gli studiosi, in tutti i DANAS sono comunque presenti il controllo continuo del peso, delle forme corporee, del cibo e dell'atto del mangiare; citeremo due patologie: il **BED** e l' **ortoressia**.

IL BED

Il BED è l'acronimo inglese per il "disturbo da alimentazione incontrollata" ed è caratterizzato da significativi problemi di abbuffate (almeno due giorni alla settimana per due mesi) cioè assunzione di una elevata quantità di cibo associata a un senso di perdita di controllo sull'atto del mangiare. Le abbuffate sono indipendenti dallo stimolo della fame, quasi sempre avvengono in solitudine e non si è gratificati ma si vivono forti sensi di colpa. Non esistono meccanismi di compensazione (vomito, lassativi, diuretici, esercizio fisico compulsivo) e il soggetto è in netto sovrappeso. Colpisce il 30% dei soggetti obesi ma è essenzialmente un'eccessiva assunzione di cibo su base emotiva.

L'ORTORESSIA

E' l'ossessione del mangiar sano "scoperta" da un medico che ne ha sofferto il quale mangiava in un silenzio assoluto solo verdure colte al massimo quindici minuti prima poiché il trasgredire queste regole poteva portare all'avvelenamento. L'ortoressia è una ricerca spasmodica del cibo giusto, genuino e naturale che conduce a considerevoli restrizioni alimentari. Chi ne soffre ha rapporti sociali rari e spesso difficili perché ci

si sente superiori agli altri che mangiano di tutto. Se l'ortoressico mangia "normale" questo lo fa sentire estremamente colpevole e gli provoca violenti mal di testa, nausea e vomito.

I DANAS non sono altamente specifici del sesso femminile, non si hanno chiari indici sulla loro frequenza e pericolosità come la anoressia/bulimia e sia il dibattito scientifico che i percorsi di cura sono meno chiari.

BREVE LETTURA ANALITICA DELL'ANORESSIA E DELLA BULIMIA

Spesso nei disturbi del comportamento alimentare viene chiamata in causa la prima fonte di nutrimento che la ragazza anoressica o bulimica ha conosciuto: la madre.

Molte teorie riferiscono di una forte intrusività materna nelle diverse fasi di crescita della futura anoressica/bulimica in famiglie con confini poco chiari e un forte controllo reciproco tra i membri.

La madre spesso ha ecceduto nelle cure, ha imposto le proprie sensazioni, ha provveduto con sollecitudine a quelli che secondo lei erano i bisogni della bambina ma senza ascoltarne il reale bisogno. Così la figlia non ha sviluppato il concetto del suo sé e della sua autonomia e si vive come un'estensione materna non padrona del suo corpo.

In questo modo la figlia veste il ruolo di "brava bambina compiacente" fino all'adolescenza quando il bisogno di indipendenza e individualizzazione accompagnati da un forte senso di inefficacia personale le richiedono di rifiutare il cibo come simbolo della precedente dipendenza materna.

Rifiutare il cibo diventa quindi sia un tentativo disperato di essere unici e speciali sia un attacco al "*Falso sé*" promosso dalle aspettative genitoriali, esso è anche una richiesta di aiuto per una affermazione di un nascente "*Vero sé*" che va difeso dall'intromissione materna. Similmente i sintomi bulimici quali l'abbuffata e il vomito appaiono come rappresentazioni dei tentativi dei movimenti di fusione e difficile separazione dalla figura materna.

Sicuramente la nascita della soggettività femminile ha nell'anoressia e nella bulimia un momento di forte *impasse* in cui l'ostacolo principale è la mancanza di sostegno nella relazione con la madre.

Non si tratta di attribuire alla figura materna la colpa del disturbo alimentare ma di riflettere sulla ferita dell'identità femminile condivisa da madre e figlia e sulle strategie affettive e relazionali con cui due diverse generazioni di donne tentano di curare tale ferita, utilizzando gli strumenti che la cultura familiare e sociale in cui sono cresciute mette loro a disposizione.

Ogni madre ha il compito di trasmettere alla figlia la propria rappresentazione della femminilità, che a sua volta le è stata trasmessa da sua madre attraverso riferimenti simbolici che collocano la bambina in una successione di generazione di donne.

La costruzione dell'identità femminile è un processo di riorganizzazione e di rielaborazione che integra nella rappresentazione di sé la posizione di soggetto femminile, si tratta di un percorso di appropriazione del corpo sessuato.

Comportamenti sociali diffusi quali diete, fitness, chirurgia estetica possono essere considerati segni premorbosi della stessa cultura del corpo e dell'immagine di cui le patologie alimentari sono espressioni sintomatiche.

In un contesto sociale che non favorisce l'integrazione e non fornisce strumenti di elaborazione culturale e di valorizzazione delle competenze materne, le adolescenti che, come i loro coetanei, considerano l'autonomia e la realizzazione di sé valori irrinunciabili, temono, con l'esordio puberale, di essere costrette ad adottare una identità femminile più passiva e dipendente di quanto siano disposte a tollerare.

La cancellazione dal corpo di ogni connotazione materna rivela il fallimento di essere insieme donna, madre e persona integrando nella propria identità ruoli e sistemi di valore che la famiglia e il sociale presentano come inesorabilmente scissi e inconciliabili.

Una recente ricerca riportata da Elena Riva, indica come la difficoltà dell'adolescente femmina a organizzare la complessità dei ruoli affettivi in un progetto identitario in grado di fondare la propria unicità su integrazioni creative tragga origine da un vuoto nella rappresentazione della soggettività femminile trasmessa di madre in figlia attraverso una trama transgenerazionale sempre uguale, anche quando le sue narrazioni, ispirate dai cambiamenti sociali del ruolo femminile sembrano fenomenologicamente molto diverse.

Le madri delle adolescenti con disturbi del comportamento alimentare non possono sostenere nelle figlie l'acquisizione di una femminilità che loro stesse rifiutano e che le loro madri hanno rifiutato in loro.

Da un lato la figlia adolescente nega ogni somiglianza fra sé e la madre dall'altro lato è la madre stessa a ribadire ciò che da sempre le chiede: di provare ad essere diversa da lei; il focus del disturbo alimentare è quindi la mancata valorizzazione della femminilità.

La scelta anoressica/bulimica è una modalità fallimentare del costruire la propria identità in epoca post-moderna, quando viene richiesto di integrare ruoli affettivi e sociali più articolati e meno definiti che in passato in un insieme organizzato di cui complessità e flessibilità sono i cardini; tutti i disturbi del comportamento alimentare denunciano quanto sia difficile essere insieme *donna, madre e persona* ma i percorsi di cura che esistono in ogni territorio ci ricordano anche che è possibile per ogni donna trovare la propria sintesi identitaria unica e personale delle spinte individuali familiari e sociali.

A cura della Dott.ssa Milena Foglia, Psicologa e psicoterapeuta

BIBLIOGRAFIA di riferimento

Le notizie riportate sono state tratte da:

ELENA RIVA, *“Adolescenza e Anoressia. Corpo, genere, soggetto”*, Raffaello Cortina Editore, Milano, 2009

GLORIA MARROCCHI *“Una Forma di Ipocondria Mascherata: l'Ortoressia”*, Tesi di Laurea specialistica in psicologia clinica, Università di Urbino A.A. 2007/2008

EMILIA DE FILIPPO, ELVIRA REALE, VITTORIA SARDELLA *“Il malessere delle ragazze: anoressia, bulimia e altro”* in *“La mente, il cuore, le braccia: guida alla salute delle donne”* a cura del gruppo di lavoro coordinato da Elvira Reale, Presidenza del Consiglio dei Ministri, 2003.

“STOP AI DISTURBI ALIMENTARI”, opuscolo redatto dall'associazione *“DonnaDonna Onlus”* in collaborazione con il Comune di Roma, U.O. Pari Opportunità, Giugno 2010.

“Adolescenza e cibo”, Quaderni dell’ ASUR Zona Territoriale n. 7, ANCONA, Giugno 2005.

Maggiori informazioni ed approfondimenti li potete trovare su www.comune.macerata.it, alla sezione **informaDonna** oppure inviando una e-mail all’indirizzo informadonna@comune.macerata.it oppure recandovi allo sportello **informaDonna** nell’orario di apertura. E’ possibile inoltre usufruire dei servizi di **prima informazione legale e consulenza psicologica** gratuiti grazie alla collaborazione con il Comitato pari Opportunità dell’ Ordine Forense di Macerata e all’ Anmil.

Contatti:

Via Pannelli, 30/32

Tel. 0733/256379 - Fax 0733/256438

informadonna@comune.macerata.it

Orario di apertura

Martedì: 09,00 - 13,00

Mercoledì: 09,00 - 13,00

Giovedì: 09,00 - 13,00

Venerdì: 14,30 - 18,30