

Il sogno, l'immagine corporea e il timore di ingrassare

LUCA LAVAGNINO, SARA SICCARDI, BARBARA NICOTRA, ENRICA MARZOLA,
CRISTINA GIOVANNONE, PAOLO LEOMBRUNI

Summary – THE DREAM, THE BODY IMAGE, AND FEAR OF PUTTING ON WEIGHT. Body image and fear of putting on weight are important aspects of Anorexia Nervosa and Bulimia Nervosa. Dreams could be useful in these patients to detect unconscious contents. In this article some instruments to assess fear becoming fatter are discussed.

Keywords: DREAM, BODY IMAGE, FEAR OF PUTTING ON WEIGHT

L'immagine corporea e la paura di ingrassare rivestono un ruolo importante nel funzionamento psicologico delle pazienti affette da disturbi alimentari, in special modo anoressia e bulimia. In tali disturbi è patognomica l'eccessiva importanza data all'aspetto corporeo nel condizionare l'autostima del soggetto. Nell'anoressia la paura di ingrassare o di acquistare peso anche a dispetto di una oggettiva magrezza patologica è uno dei criteri del DSM-IV-TR che permette di fare diagnosi di Anoressia Nervosa. Oltre a tale criterio sono presenti il rifiuto di mantenere il peso corporeo al di sopra o al livello del peso minimo normale per l'età e la statura; l'alterazione del modo in cui il soggetto vive il peso o la forma del corpo; l'eccessiva influenza del peso o della forma del corpo sull'autostima o il rifiuto di ammettere la gravità dell'attuale condizione di basso peso corporeo; nelle donne dopo il menarca, l'amenorrea, cioè, l'assenza di almeno tre cicli mestruali consecutivi. Purtroppo, queste convinzioni ostacolano alla radice la motivazione a guarire e anche solo i progressi clinici, mettendo molto spesso in difficoltà la rete dei curanti. Per questo motivo tali contenuti di pensiero vanno affrontati all'interno di un lavoro terapeutico, sia utilizzando strumenti psicofarmacologici sia psicoterapeutici.

Il sogno, come modalità che permette di esplorare non solamente tematiche consapevoli, ma anche suggerire o tratteggiare contenuti dell'inconscio di questi sog-

getti, può essere di ausilio al percorso terapeutico che si effettua con tali soggetti. I soggetti con disturbo alimentare riferiscono di aver provato durante il sogno la sensazione di essere incapaci di prendersi cura di sé, di odio verso di sé oltre a vissuti di inadeguatezza e di rabbia, ed inoltre è stato evidenziato come la presenza di un disturbo alimentare sia significativamente correlato con sogni che hanno come contenuto la sensazione di essere guardato, giudicato o controllato [1]. I contenuti dei sogni dei soggetti con diagnosi di Anoressia Nervosa sono spesso meno piacevoli rispetto a quelli della popolazione generale e tali soggetti hanno più difficoltà dei controlli sani a ricordare i sogni. Riferiscono di aver sognato a colori meno frequentemente e riportano anche di essersi visti più giovani. Il contenuto onirico di tali soggetti evidenzia, tuttavia la persistenza di una dispercezione corporea (per esempio è frequente la percezione di aver la pancia sgradevolmente gonfia e prominente), ed inoltre i soggetti riferiscono la presenza di spiacevoli sentimenti riguardo al cibo e alla fame [2].

Kroth e collaboratori [3] in uno studio condotto su 27 donne con età compresa tra i 23 e i 50 anni hanno dimostrato che ci sono correlazioni statisticamente significative tra il punteggio ottenuto alla *Goldfarb Fear of Fat Scale*, che misura la paura di ingrassare del soggetto, ed il contenuto dei sogni. Le donne con un punteggio maggiore nella *Fear of Fat Scale*, e quindi con una maggiore polarizzazione del pensiero riguardo alle tematiche alimentari ed al peso corporeo, fanno sogni a sfondo sessuale meno frequentemente delle donne appartenenti alla popolazione generale. Queste donne tendono inoltre ad avere più frequentemente incubi ricorrenti e riferiscono più spesso di aver sognato di sognare.

Infatti sentirsi osservatori durante il processo onirico sembra suggerire una qualche forma di dissociazione, un tentativo di distanziare se stesso da un conflitto in atto. Allo stesso modo la correlazione inversa tra punteggio ottenuto alla *Goldfarb Fear of Fat Scale* e contenuto sessuale dei sogni sembra essere dovuto ad un processo dissociativo per tenersi a distanza da contenuti generatori di ansia. In quasi tutti i disturbi alimentari c'è una forma di "autosabotaggio", con frustrazioni e negazioni degli stimoli naturali sia alimentari sia sessuali, con una complessiva riduzione della qualità di vita.

La diffusa preoccupazione delle adolescenti per la forma fisica e il controllo dell'appetito potrebbe essere strettamente connessa ad un tentativo di autoregolazione dei desideri sessuali. Infatti, benché non sia sempre il problema centrale, spesso la sessualità ha un ruolo importante nello sviluppo dell'Anoressia Nervosa.

La Paura della Maturità (sottoscala dell'EDI-2, test di valutazione dei sintomi comunemente associati a condizioni di Anoressia e Bulimia Nervosa) che valuta il desiderio di rifugiarsi nella sicurezza dell'infanzia, risulta infatti spesso una

dimensione problematica in queste pazienti. Alcune adolescenti vulnerabili manifestano tramite l'Anoressia Nervosa un sintomo che costituisce una strategia radicale di rinuncia e di ritiro rispetto alle implicazioni della sessualità e dell'età adulta.

Bibliografia

1. BRINK, S. G., ALLAN, J. A. (1992), Dreams of Anorexic and Bulimic women. A Research Study, *Journal of Analytical Psychology*, 37: 275-297.
2. FRAYN, D. H. (1991), The Incidence and Significance of Perceptual Qualities in the Reported Dreams of Patients With Anorexia Nervosa, *Canadian Journal Psychiatry*, 36: 517-520.
3. KROTH, J., YONEDA, D., HAMMOND, A. (1998), Fear of Fat and the Dream Process: a Correlational Investigation. *Psychol. Rep*, 83: 1197-1198.

Lavagnino Luca
Via Cherasco, 11
I-10126, Torino
E-mail: luca.lavagnino@unito.it