

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA

Dipartimento di Filosofia, Sociologia, Pedagogia e Psicologia Applicata

CORSO DI LAUREA IN
SCIENZE SOCIOLOGICHE

**LE CONTRADDIZIONI DELLO SPECCHIO.
CORPOREITÀ, SISTEMA MEDIATICO E DISTURBI DEL
COMPORTAMENTO ALIMENTARE IN OCCIDENTE.**

Relatore:

Prof. Claudio Riva

Laureanda: Giada Milani

Matricola: 1201092

Anno Accademico: 2021/2022

*Recitando un rosario
di ambizioni meschine
di millenarie paure
di inesauribili astuzie.
Coltivando tranquilla
l'orribile varietà
delle proprie superbie
la maggioranza sta
come una malattia
come una sfortuna
come un'anestesia
come un'abitudine.*

*Per chi viaggia in direzione ostinata e contraria
col suo marchio speciale di speciale disperazione
E tra il vomito dei respinti muove gli ultimi passi
per consegnare alla morte una goccia di splendore
di umanità
di verità.*

Fabrizio de André, *Smisurata preghiera.*

Indice

<i>Introduzione</i>	7
---------------------------	---

Capitolo 1.

La dimensione corporea e alimentare nella società Occidentale	11
--	-----------

1.1. Immagine corporea, schema corporeo e percezione: le differenze	12
1.2. Antropopoiesi societaria: tra costruzione sociale dell'identità ed apparenza	15
1.3. La sindrome culturale e i disturbi etnici	19
1.4. Significati ed usi del cibo: la cucina nazionale e le scelte alimentari	22

Capitolo 2.

Rispettare gli standard corporei: il ruolo dell'approvazione e le sanzioni sociali	29
---	-----------

2.1. L'evoluzione del concetto di bellezza	30
2.2. Aspetto fisico e prime impressioni: i messaggi del corpo	34
2.3. Il processo d'interiorizzazione: dallo sguardo oggettivante all'auto-oggettivazione	37
2.4. La stigmatizzazione della carne: tra grassofobia e thin privilege.....	40

Capitolo 3.

DCA: i Disturbi del Comportamento Alimentare	45
---	-----------

3.1. L'avvento dei disturbi alimentari	46
3.2. La forma dei DCA: incidenza e profili.....	50
3.3. L'ossessione per l'alimentazione sana: ortoressia e diet culture.....	54
3.4. Al di là del cibo: dallo sport alla body modification	57

Capitolo 4.

Il racconto mediatico del corpo e dei disturbi alimentari	61
4.1. Il ruolo dei media nella percezione corporea: confronto ed insoddisfazione	62
4.2. Le retoriche e le narrazioni medialiali del corpo femminile: il genere del cibo	67
4.3. I media come strumenti funzionali e disfunzionali ai DCA: la doppia presenza	70
4.4. La drammatizzazione della magrezza e il panico morale dell'obesità	74

Capitolo 5.

La declinazione pornografica dell'industria alimentare	79
5.1. Le contraddizioni dell'epoca moderna	80
5.2. Foodie culture, food porn e ED porn	85
5.3. Lifestyle e makeover television, le retoriche: tra politica ed individualizzazione	90
5.4. Il peso del peso: fat shaming	96

<i>Conclusioni</i>	105
---------------------------------	------------

<i>Bibliografia</i>	107
----------------------------------	------------

<i>Sitografia</i>	115
--------------------------------	------------

Introduzione

La presente tesi si pone l'obiettivo di seguire il *fil rouge* che lega, entro il contesto Occidentale, le importanti sfere della corporeità, dell'alimentare e della comunicazione mediale, inserendole all'interno di una relazione di tipo circolare: fortemente interconnesse, queste ultime s'influenzano vicendevolmente costruendo un rapporto multidirezionale e pervasivo che, a sua volta, si costruisce all'interno delle differenti cornici sociali e pubbliche spaziando dal territorio politico a quello privato, dall'intorno familiare a quello amicale, dall'ambito sanitario a quello dell'istruzione, entrando così a far parte del sistema identitario e culturale di un popolo. Allo stesso modo, le possibili disfunzioni di questi sistemi risultano avere un impatto considerevole entro il medesimo contesto di riferimento, in quanto altrettanto fondamentale il ruolo da essi occupato: questo lavoro vuole, quindi, evidenziare i diversi meccanismi profondamente mimetizzati con l'ambiente sociale quotidiano.

Una posizione di spicco è occupata dai corpi: ergendosi su di uno scheletro fatto tanto di ossa e carne quanto di simboli e messaggi, essi non limitano il loro *Essere* alla componente puramente fisica e tangibile di sé, bensì divengono i *dispositivi* principali – non gli unici, ma *essenziali* - tramite cui costruire ed esprimere il proprio progetto identitario, così come tradurre ed elaborare quello altrui, manifestando così una continua costruzione lungo la biografia individuale e globale.

Il variopinto ventaglio di significati attribuiti *da* e *all'*Essenza corporea trova estensione anche all'interno dell'ambito alimentare che, ugualmente ricco di significati, diviene espressione di un individuo, di una comunità, di un popolo e di una cultura, riflettendo nelle diverse pratiche connesse al cibo sia una precisa struttura sociale che delle specifiche funzioni d'*incorporazione*.

Per questi motivi, il cibo esprime anche le contraddizioni e i disagi propri di un determinato momento storico sfumando i suoi confini all'interno delle condotte

dei singoli e seguendo i successivi mutamenti complessivi e sistemici, in questo contesto disfunzionali, dell'apparato comunitario: i disturbi del comportamento alimentare, gli irraggiungibili standard corporei, i canoni estetici irrealistici, lo stigma e l'esclusione verso specifiche forme del Self divengono così estrinsecazioni esemplificative di determinate problematiche strutturali.

Tali retoriche possono trovare diffusione e sostegno entro gli orizzonti mediatici: i mass media occupano una posizione saliente all'interno dell'epoca contemporanea con la costruzione di un'industria culturale in grado d'informare e d'intrattenere un pubblico molto vasto, capace di unire e di avvicinare collettività molto distanti tra di loro.

Tra i molteplici messaggi veicolati in maniere più o meno esplicite compaiono anche le medesime narrazioni, il *dato per scontato* e i modelli di perfezione presenti all'interno della realtà tangibile in quanto, questi due universi – quello mediatico e del reale, l'online e l'offline –, diventano l'uno lo specchio dell'altro. In ambedue, questa declinazione di profondi significati che descrivono corpo e cibo contribuiscono alla costruzione del confronto sociale, del sentimento d'inadeguatezza e del senso d'insoddisfazione che si trovano alla base di un disturbo alimentare.

Tuttavia, gli stessi messaggi mediatici risultano non essere puramente condizionanti ed unicamente dannosi per gli individui: grazie alle loro potenzialità essi sono in grado di offrire numerosi spazi di ascolto e di supporto, possono contribuire a diffondere la consapevolezza e l'informazione necessarie ed indispensabili a contrastare tali problematiche.

Entrando ora nella struttura del lavoro realizzato, il primo capitolo si concentrerà sui significati principali attribuiti al corpo e al cibo specificandone i rapporti con l'*immagine corporea* e i processi identitari; mediante il concetto di *disturbo etnico* introdurrà, inoltre, le psicopatologie legate a questi orizzonti.

Il secondo capitolo esplorerà i principali concetti e modelli di *bellezza* storicamente proposti e, successivamente, prenderà in considerazione le risposte

dei self e degli alter in seguito alle *deviazioni* dai canoni fisici socialmente standardizzati, inquadrando l'*oggettivazione* ad essi collegata.

I *disturbi del comportamento alimentare* saranno, invece, presentati nel corso del terzo capitolo, il quale seguirà le principali evoluzioni storico-sociali di queste problematiche sino ai giorni d'oggi, osservando, in seguito, la loro complessa *eziopatogenesi* e alcune delle forme meno conosciute – alle volte normalizzate – di tali patologie.

Il quarto capitolo introdurrà il mondo dei *mass media* per avvicinarlo alle concettualizzazioni precedentemente indagate: retoriche, dinamiche di genere, funzioni e disfunzioni del mondo della comunicazione verranno poste in relazione al quadro dipinto dai DCA.

Infine, nel corso del quinto capitolo, verrà approfondita la categoria dell'alimentare mediaticamente offerta prendendo in considerazione le narrazioni dei principali *format televisivi*, il fenomeno del *food porn* e la specifica *cultura* alla sua origine, in un mix di spinte ascetiche e consumismo, tradizionalità ed innovazione, istituzionalizzazione e medicalizzazione, individualizzazione e politicizzazione, accettazione ed esclusione di corpi, di nutrimento, di singoli, di aggregati, di società e di culture.

Capitolo 1.

La dimensione corporea ed alimentare nella società occidentale

*Il vostro corpo non è altro che il vostro pensiero:
una forma del vostro pensiero, visibile, concreta.
Spezzate le catene che imprigionano il pensiero,
e anche il vostro corpo sarà libero.*

Richard Bach, *Il gabbiano Jonathan Livingstone*.

Lo scopo di questo capitolo è quello di esplorare la corporeità e la sfera simbolica dell'alimentazione, contestualizzando queste dimensioni all'interno della società occidentale.

Il corpo umano, paragonabile ad un *ente*, è ciò che rende possibile esperire, costruire ed interpretare il Mondo, risultando come il punto zero da cui gli individui possono iniziare a tessere le trame del proprio progetto identitario: secondo la filosofia aristotelica il corpo è proprio ciò che consente al genere umano di fare esperienza dell'universo in quanto, a differenza degli animali, esso detiene l'intelletto – il *nous*, in perenne potenza – e la sensibilità, ossia le caratteristiche che permettono agli individui di svilupparsi e di interpretare il mondo intelligibile e quello sensibile. Integrando la concezione husserliana, il corpo è quindi paragonabile ad un'esperienza vivente che è organo e, allo stesso tempo, oggetto (Erbuto, 2014) specifico della cultura in cui nasce e cresce.

In ogni società, conseguentemente, gli individui costruiscono sé stessi e l'intorno sociale attingendo da una combinazione eterogenea di elementi: da quest'intreccio deriva il successivo processo di *antropopoiesi*, fondatosi proprio sulla mutabilità e sulle differenze del contesto considerato.

Con questa premessa, esploreremo inizialmente il concetto di schema corporeo, immagine corporea e percezione corporea nelle loro diverse dimensioni al fine di delineare, successivamente, alcuni dei significati e dei simboli attribuiti al cibo, ossia un dispositivo identitario che risulta essere funzionale sia alla biografia degli esseri umani come individui ed attori sociali, che alle psicopatologie caratterizzanti la società moderna.

1.1. Immagine corporea, schema corporeo e percezione: le differenze

Il tema della dimensione corporea, tra immagine, schema e percezione dei corpi, delinea un panorama molto complesso che la scienza si è posta d'indagare mediante diverse lenti.

In particolare, il concetto di *schema corporeo* è da ricondurre al campo delle scienze neurologiche che, a cavallo tra Ottocento e Novecento, vogliono comprendere alcuni disturbi neurologici legati, principalmente, alla *sindrome dell'arto fantasma*: patologia osservata soprattutto nei soldati che avevano subito un'amputazione, alcuni di questi soggetti accusavano sensazioni fisiche provenienti proprio dalla parte del corpo non più presente (Lalli, 1997). Gli studiosi elaborano quindi la nozione di schema corporeo, che viene descritto come una rappresentazione mentale *automatica* generatasi dal modo in cui, fisicamente, l'individuo si posiziona nello spazio ed interagisce con gli oggetti/soggetti coesistenti: in sostanza, è il risultato di impulsi sensoriali e motori dai quali si origina una rappresentazione – in parte inconscia - del proprio corpo (Brugger et al., 2000), permettendo quindi di situare lo stesso all'interno dell'ambiente.

Partendo proprio dall'importanza degli stimoli sensoriali, in particolare da quelli visivi, da qui si svilupperà una definizione più complessa dello schema corporeo, che porterà alla formulazione del concetto di *immagine corporea*: un costrutto mentale tridimensionale descrivibile come l' "incontro tra gli input percettivi, il contesto socio-culturale e l'elaborazione psicologica" (Bruno, 2001, p. 713), ovvero un concetto che, alla presenza degli stimoli sensoriali considerati

nella precedente formulazione di schema corporeo, somma le particolarità delle *circostanze sociali* e le *componenti psicologiche individuali*.

In seguito a queste teorie possiamo quindi sostenere che l'immagine corporea, oltre alla consapevolezza meccanica dello spazio occupato, vede la partecipazione delle emozioni e dei trascorsi personali assieme ai processi di elaborazione degli stessi e al contesto di riferimento, convergendo tutte queste prime percezioni *esterne* in una rappresentazione del self fundamentalmente consapevole e cosciente; sebbene questa rappresentazione tenda a stabilizzarsi dopo l'adolescenza (Lalli, 1997), essa può sempre mutare nel corso del tempo in quanto, altrettanto mutevoli ed eterogenei, possono essere i vissuti che caratterizzano e distinguono le biografie umane.

Inoltre, l'immagine che gli individui creano di loro stessi può essere definita anche come “il frutto di un riflesso di Sé attraverso agli altri” (Lalli, 1997, p. 11) consentendo così, in sostanza, di elaborare la propria posizione sia sulla base di quella altrui, sia sulla base delle aspettative presenti (Dalla Ragione, Mencarelli, 2012), determinando così i confini del self – dell'*io* e del *noi* – e quelli dell'*alter* – del *tu* e del *loro* –. Quest'ultimo passaggio è reso possibile dalla *percezione corporea* che, più precisamente, vogliamo definire come “la percezione del nostro corpo vivente e finito (cioè con dei confini ben definiti) vissuto come integro e vitale” (Lalli, 1997, p. 9).

Oltre all'immagine corporea nata dalle esperienze esterne, esiste però anche un'immagine corporea *interna e idealizzata* che Lalli (1997, p. 11) spiega dipendere dai “valori sociali e culturali”, ovvero risulta essere legata ai modelli e agli stereotipi della società di riferimento.

L'immagine corporea idealizzata, rispetto alla percezione e all'immagine esterna corporea, risulta essere per l'individuo meno determinante ed importante per l'identità a patto che, queste ultime due, siano coerenti e solide. Se esse, al contrario, si sviluppano in modo incoerente, disfunzionale o negativo, allora il costrutto verso cui l'individuo orienterà la propria identità sarà proprio quello idealizzato (Lalli, 1997). Nel caso in cui non si riesca a adeguare le due immagini

– quella idealizzata e quella esterna percepita - il vissuto sperimentato porta ad un sentimento d’insoddisfazione. Quest’ultimo risulta essere presente in forma “endemica tra le giovani donne della cultura occidentale” (Nerini, Stefanile, Mercurio, 2009, p. 3) e può evolvere in vere e proprie patologie mentali quali dismorfofobia, dispercezione, disturbi alimentari o depressione (Lalli, 1997): la difficoltà nel far combaciare immagine e percezione sembra quindi essere caratteristica dell’epoca moderna.

Tuttavia, come sottolineano Nerini et al. (2009) sarebbe errato collegare ogni forma d’insoddisfazione corporea ad elaborazioni errate della propria immagine: il malcontento può rivelarsi funzionale e necessario a un miglioramento della salute, o ancora può essere il riflesso obiettivo di una condizione reale.

In ogni caso, indagare i modelli e le retoriche utilizzati *dalla e nella* società risulta essere fondamentale: sono numerosi gli studi che sottolineano l’influenza che il contesto socioculturale di riferimento esercita sull’insoddisfazione corporea, mostrando un collegamento tra la crescente manifestazione della stessa con l’altrettanto crescente offerta mediatica di modelli corporei di magrezza e di muscolosità (Nerini et al. 2009).

In quest’orizzonte teorico i mass media, il gruppo dei pari e l’intorno familiare possono diffondere e rafforzare gli ideali e le aspettative irreali circa la bellezza: sostengono il processo d’interiorizzazione degli stessi e il confronto sociale, naturalizzano e normalizzano quei codici estetici che Giuliani et al. (2018) ricordano essere presenti all’interno del nostro sistema storico e societario da molto tempo, in quanto ritualizzati da un insieme di pratiche sociali ed individuali profondamente collegate ad una serie di miti ed astrazioni che fanno della bellezza un fattore ed una specificità nazionale, per cui risulta necessario contestualizzare e studiare quest’ultima considerando sempre l’excursus storico-sociale che la comprende.

Infine, un’altra variabile d’importante significato per la stabilità dell’immagine corporea risulta essere l’autostima, la quale si trova all’interno di un rapporto di reciproca influenza con l’insoddisfazione corporea, la percezione di

sé e l'autovalutazione. Nerini et al. (2009) riportano vari studi a sostegno di questa relazione, attribuendo all'autostima il ruolo significativo di moderatore: trovando posizionamento tra l'individuo e i messaggi diffusi, essa funziona come un filtro, permettendo di rielaborare e di fronteggiare l'insieme di quelle pressioni ed aspettative indirizzate verso la complessa dimensione corporea che, come spiega Stagi (2002), corrisponde ad uno degli strumenti più importanti da cui attingere al fine di costruire la propria identità e di comunicare una precisa posizione.

Per concludere, vogliamo porre in relazione la percezione di un'immagine corporea inadeguata con la sfera dell'alimentazione e, in particolar modo, con i disturbi ad essa legati: è all'interno di questo panorama che l'individuo, a fronte di variabili sia psicologiche che ambientali, può arrivare a considerare la cura della dieta alimentare come una strategia funzionale al raggiungimento di un self stabile e coerente, arrivando però a sviluppare comportamenti potenzialmente ossessivi per rimodellare un'immagine di sé che non sarà mai raggiungibile, in quanto soggetta alla legislazione di una percezione distorta (Gatti, Confalonieri, Ionio, 2011).

1.2. Antropopoiesi societaria: tra costruzione sociale dell'identità ed apparenza

In seguito a queste riflessioni, risulta utile soffermarsi sui modi in cui gli individui e la società giungono a costruire, interiorizzare e diffondere precisi canoni di bellezza.

Giuliani et al. (2018) sottolineano che ciò che è bello per gli individui, ciò che viene considerato esteticamente accettabile nella società, viene vissuto sia come un fatto sociale oggettivo che, allo stesso tempo, soggettivo. La bellezza, quindi, risulta essere *oggettiva* in quanto “espressione di uno sguardo privilegiato”, ma *soggettiva* in quanto collegata alla “specificità di posizione che il soggetto, assoggettato ai codici di bellezza, occupa” (Giuliani et al. 2018, p. 433).

Innanzitutto, vogliamo contestualizzare la prospettiva considerata mediante l'introduzione del concetto di antropopoiesi: traducibile come *fabbricazione dell'essere umano*, Remotti (2013) lo descrive come un insieme di processi di auto-costruzione tramite cui gli individui forgiavano e diffondono il patrimonio culturale specifico della società nella quale si inseriscono. Producendo -s- oggetti, si produce e si diffonde anche la cultura.

Difatti, partendo dall'idea che l'uomo nasce incompleto e manchevole, la cultura viene utilizzata proprio come uno strumento funzionale a colmare quella mancanza, divenendo un utensile necessario a diversificare le varie comunità e a delineare i confini identitari degli individui, siano essi intesi come singoli che come elementi di una medesima società.

Sempre Remotti (2013) staglia quattro dimensioni principali all'interno delle quali gli individui intervengono al fine di produrre, e adoperare, una cultura che possa dar loro forma. Questi livelli corrispondono al piano intellettuale, al piano emotivo, al piano etico e al piano estetico. Il primo direziona preferenze e comportamenti; il secondo guida le emozioni; il terzo identifica norme e valori; il quarto ed ultimo, quello su cui vogliamo focalizzarci, forma invece le predisposizioni estetiche.

Tutti questi livelli s'intersecano e si riflettono nella produzione di *forme*, siano esse fisiche, mentali o materiali, che Tramontana (2014) paragona a delle *protesi* tramite cui l'individuo (il quale, per la concezione antropopoietica e il paradigma costruttivista, ricordiamo essere incompleto e in continua costruzione) riesce a definire e ridefinire sé stesso in un continuum duttile; le forme prodotte, a loro volta, generano dei *feedback*, dei segnali, che suggeriscono successive pratiche e simboli, norme e valori, trasmettendo assieme ad esse le conseguenti simbologie e modi tramite cui fare cultura (Tramontana, 2014).

Proponendo un ulteriore collegamento, il concetto appena esplorato può essere ricondotto alla nozione di *embodiment* – o *incorporazione* –. L'*embodiment* corrisponde al processo plastico e circolare che vede protagoniste le pratiche del sé: all'interno di esso gli individui diventano sia l'oggetto che il soggetto di questa

evoluzione, modellano e vengono modellati dall'intorno sociale, producendo così una cultura *viva* e, in quanto tale, capace di produrre a sua volta significati.

Le pratiche del sé, descritte da Stagi (2016, p. 95) come delle “risposte individuali agli imperativi esterni”, si esprimono sui corpi plasmandoli con modalità culturalmente specifiche che, all'interno delle cornici di riferimento, possono essere decodificate ed interpretate dagli individui, trasformandosi quindi in indicatori identitari ed orientando, conseguentemente, l'interpretazione di sé stessi e degli altri.

Alcune autrici (Ferrero Camoletto, 2015; Stagi, 2002) parlano dei significati delle pratiche primitive di controllo corporeo - quali mutilazioni, tatuaggi, piercing o interventi estetici di vario genere - e delineano la grande carica simbolica posseduta del corpo, spiegando come lo stesso, da secoli, sia utilizzato come un mezzo tramite cui rappresentare status, ruoli e posizioni sociali: la regolazione del fisico risulta fondarsi su basi estremamente antiche. Inoltre, Ferrero Camoletto (2014) suggerisce che, analizzando il corso della storia, è possibile notare come nei momenti di maggior crisi di una comunità vi sia un aumento della richiesta di controllo corporeo: quest'ultimo diventa l'incarnazione del controllo sociale e proietta nel fisico i rischi, o le preoccupazioni, della società; durante queste situazioni d'incertezza, avere dei confini (siano essi fisici o ideologici) solidi diventa fondamentale e, il controllo, diventa uno dei modi tramite cui rimarcarli.

Per questo motivo, mostrare un'apparenza coerente alla forma mentis della comunità nella quale si è inseriti accresce e rafforza l'identificazione *del* soggetto e *verso* il soggetto, comunica appartenenza e trasmette la presenza di quei valori ed attributi che, la società in questione, ricerca e propone d'insegnare ai propri cittadini al fine di costruire l'idea di un sé che è perfettamente gestito, stabile e coerente: il risultato di un processo di embodiment corretto.

All'interno di questo panorama, le pratiche alimentari diventano degli strumenti molto importanti per la comunicazione e la lettura del self, in quanto ciò che si ingerisce trova chiara espressione su ognuno dei quattro livelli antropopietici appena affrontati. L'individuo in questo senso incorporato può

sperimentarne gli effetti, siano essi negativi o positivi, sull'immagine e sulla percezione di sé stesso. Il cibo, a seguito di queste considerazioni, esprime un Essere che è morale, sociale, spirituale e fisico.

L'ideale occidentale delle forme suggerisce quindi la costruzione dei corpi come magri, in quanto ciò attribuisce all'attore sociale la presenza di controllo, determinazione, disciplina, coerenza ed affidabilità (Stagi, 2016): comunica la costruzione di un individuo ben gestito e il rispetto di un patto sociale che disegna i contorni del bravo cittadino.

Infatti, andando oltre il puro lato estetico, Stagi (2002) spiega che il corpo può venire in questo senso considerato come un mezzo di accettazione sociale: dal momento in cui il lavoro su di esso è parte della costruzione del self identitario, il corpo può essere "vissuto indirettamente come veicolo di ascesa sociale" (Stagi 2002, p. 60); in sostanza, all'interno del mercato le pratiche alimentari operate differenziano e creano soggettività ma, sempre per la caratteristica di riuscire ad iscriversi sul fisico plasmandolo, esse risultano in un linguaggio non verbale e difficilmente occultabile in grado di comunicare gusti, status ed orientamenti specifici. Per questo, possiamo considerare il corpo come un *patrimonio* che si politicizza e si stratifica, posizionandolo all'interno di una dimensione caratterizzata da una duplicità: esso è *ereditario* per quanto riguarda i tratti estetici e il corredo culturale ed economico di partenza, ma risulta essere anche *acquisito* in quanto influenzabile e mutabile sulla base delle scelte economico-culturali operate e/o suggerite; conseguentemente, l'essere snello o grasso non è solamente il risultato di un corredo genetico, bensì è una produzione di tipo sociale (Stagi, 2002) la quale, ricollegandoci a quanto trattato in precedenza, è in grado di generare diversi feedback che, rimbalzando tra i vari self, offrono un sentiero comunicativo di un determinato tipo.

Il fisico come *corpo sociale plastico*, quindi, detiene la capacità di tradurre le sue azioni in forme ed immagini equiparabili a dispositivi identitari, a dei simboli, tramite cui costruire la propria personale biografia di esseri umani e di esseri sociali (Tramontana, 2014).

1.3. La sindrome culturale e i disturbi etnici

Dopo aver esplorato la corporeità dal punto di vista individuale e collettivo, vogliamo ora introdurre una nuova dimensione per concentrarci attorno ai disagi che il corpo può arrivare ad esperire e, conseguentemente, ad esprimere.

Come affermato finora, la cultura/società di riferimento e gli individui sono in grado di influenzarsi reciprocamente quindi, le identità degli stessi, rispecchiano i paradigmi e le pressioni che dominano il flusso sociale, generando in risposta atteggiamenti sia funzionali che disfunzionali. Focalizzandoci ora sugli aspetti prettamente disfunzionali, la domanda che ci poniamo è se anche le psicopatologie che mostrano avere maggior incidenza all'interno di una cornice culturale siano soggette alla medesima influenza.

Secondo Devereux (1978), ogni individuo sviluppa un *inconscio etnico*, appreso mediante la socializzazione e direttamente collegato alla cultura di appartenenza, il quale risulta trovarsi in condivisione alla maggior parte dei membri di una medesima comunità. Esso si compone di tutti quei costrutti, pulsioni e meccanismi di risposta che la società suggerisce di evitare/normare in quanto non conformi alle esigenze da essa comunicate ma che, tuttavia, permangono comunque a livello inconscio. In ogni caso, all'interno della stessa società vengono offerti ed incentivati mezzi utili alla gestione/rimozione del conflitto, per cui i dispositivi di difesa adottati risultano essere *standardizzati* e *distribuiti* su larga scala (Devereux, 1978), quindi socialmente normati.

Nonostante ciò, gli strumenti difensivi non hanno sempre successo, per cui le varie forme di disagio trovano espressione in quelli che sempre Devereux, già nel 1955 (Stagi, 2002), circoscrive con il termine di *disturbi etnici*: come nel caso delle risposte difensive, anche le risposte e le espressioni disfunzionali del conflitto irrisolto vengono guidate dalla società, assumendo in questo senso un carattere etnico. In seguito a ciò, i sintomi degli stessi, la loro evoluzione, la diagnosi e le pratiche d'intervento risultano essere ugualmente standardizzati e suggeriti, tratteggiando le forme di una malattia che diventa la diretta espressione delle

paure, delle problematiche e delle contraddizioni di una specifica realtà sociale (Gordon 2004, Stagi 2002).

Conseguentemente, ricollegandoci al quesito iniziale, è per questo motivo che un disturbo psichico può trovare la sua genesi all'interno di una collettività piuttosto che in un'altra: risulta essere indissolubilmente legato alle necessità, retoriche, prescrizioni, convenzioni e pregiudizi di quella determinata cornice, presentando un decorso relativamente comune e coerente.

Gordon (2004) riprende il discorso di disturbo etnico e, volgendo lo sguardo alle società occidentali, ripropone dei criteri utili a definire una problematica psicologica come disturbo etnico. Per essere considerato tale il disagio in questione deve:

- a) manifestarsi con una certa frequenza
- b) costruire le sue espressioni acute individuali attorno a tensioni e conflitti comunemente diffusi
- c) presentare una sintomatologia comprendente l'estremizzazione di atteggiamenti che, in situazioni normali, sono considerati positivi e per questo incentivati
- d) corrispondere ad un modello di condotta deviante che permette quindi di comportarsi in maniera negativa non uscendo, per questo motivo, dai limiti del socialmente accettabile
- e) causare risposte sociali ambivalenti: da un lato provoca rispetto, dall'altro sanzioni e tentativi di controllo

Sulla base di queste caratteristiche Gordon (2004) propone un ulteriore collegamento: attribuisce ai disturbi del comportamento alimentare le proprietà di un disturbo etnico in quanto, ponendolo in relazione al modello appena presentato, sembra infatti ricalcare tutti i criteri.

Innanzitutto, i DCA vedono una espansione piuttosto recente: sempre Gordon identifica una diffusione importante dell'anoressia e della bulimia a partire

dalla seconda metà del Novecento in poi. Queste ultime, acquisendo nel corso degli anni uno spazio crescente all'interno della società occidentale, sono diventate sempre più gli oggetti di studio di numerose ricerche volte a indagare il fenomeno in aumento; diverse sono anche le associazioni nate con lo scopo d'offrire supporto o diffondere consapevolezza. In generale, la popolazione si è trovata esposta ad un crescendo mediatico di rubriche, programmi e retoriche che si proponevano d'informare il pubblico riguardo una condizione descritta come la *malattia di un secolo*, impiegando linguaggi e modelli d'elaborazione culturalmente mediati e collegabili al concetto di disturbo etnico.

In sostanza, nel corso della storia moderna, i disturbi alimentari hanno rivelato una presenza e riscosso un'attenzione esponenziali: da condizioni sporadiche, o comunque poco indagate e conosciute, essi sono diventati una problematica sempre più diffusa: per questi motivi, è stata quasi *normalizzata* all'interno del contesto globalizzato.

Ritornando a percorrere la linea temporale sino ad arrivare ai giorni d'oggi possiamo affermare che, sebbene le statistiche e gli studi in merito denunciino una complessità nell'analizzare l'incidenza dei disturbi alimentari, la presenza del fenomeno continua a mostrare una presenza alquanto rilevante: vari autori (Riva 2012, Stagi 2002) riportano che, queste patologie rare nei paesi in via di sviluppo ma molto diffuse nelle società occidentali, si manifestano prevalentemente nei soggetti adolescenti di sesso femminile e interessano complessivamente il 5% delle giovani donne: una percentuale piuttosto importante, che soddisfa il primo criterio del modello di Gordon risulta quindi essere soddisfatto.

Considerando ora i successivi parametri tematizzati, possiamo notare come le caratteristiche di un disturbo alimentare rispecchino esaurientemente anche i requisiti dei criteri rimanenti: i DCA esprimono in maniera patologica le contraddizioni e le pressioni di una società contemporanea che si muove tra edonismo ed autocontrollo, tra ambizione e pratiche di cura, tra ribellione e coesione all'interno di una cultura che, in condizioni di normalità, propone un modello ideale di bellezza che corrisponde ad un corpo magro e ne incentiva il

raggiungimento con la proposta della filosofia della diet culture e con la promozione di un'alimentazione e di uno stile di vita funzionali alla magrezza (Gordon 2004, Stagi 2016).

Infine, i disturbi alimentari sono raccontati mediante retoriche che, da un lato, romanticizzano e drammatizzano la problematica facilitando l'immedesimazione con i soggetti malati ma che, dall'altro lato, utilizzano attributi negativi e discorsi stigmatizzanti utili ad imbastire una dimensione di rischio e di pericolo, causando risposte sociali anche negative (Riva 2012, Stagi 2016).

All'interno di questo ampio panorama, al centro vi troviamo sempre l'essere umano rappresentato dall'ente principale tramite cui si definisce, ovvero il corpo: esso diventa il punto verso cui converge il fuoco incrociato dei conflitti e delle strategie di potere, trasformandosi quindi in un *campo di battaglia* entro cui si leggono le guerre e la storia passata, all'interno del quale si basano gli scontri presenti e si costruiscono anche quelli futuri, in quanto è proprio sulla sua carne - fisica e mentale - che si inscrivono le sorti degli individui (Tramontana, 2014).

1.4. Significati ed usi del cibo: la cucina nazionale e le scelte alimentari

Partendo dal precedente presupposto secondo cui il corpo è uno dei riferimenti fondamentali a cui guardare per la costruzione e la comunicazione del self identitario, uno degli strumenti principali tramite cui dar forma alla corporeità corrisponde esattamente all'alimentazione: come abbiamo specificato in precedenza, essa fa parte delle pratiche del sé.

Prima di questo, però, il cibo si posiziona all'interno del gruppo dei dispositivi indispensabili tramite cui gli esseri viventi garantiscono la propria sopravvivenza: è una *risorsa* da ancor prima che il genere umano arrivasse sulla terra ed iniziasse ad utilizzarlo come fonte di sostentamento. Da quando l'uomo è comparso, il cibo l'ha accompagnato lungo tutte le sue tappe evolutive entrando a far parte della sua storia e giungendo sino ai giorni d'oggi nelle accezioni con cui lo conosciamo: durante questo lungo cammino condiviso, che vogliamo definire

quasi *simbiotico*, esso ha vissuto processi di cambiamento ed evoluzioni, ha soddisfatto aspettative e richieste e si è reso malleabile per quel grande ventaglio di significati e di simbologie che gli individui hanno cucito, divenendo a tutti gli effetti *cultura*.

Il cibo, proprio perché è da sempre presente all'interno della memoria umana, viene associato al concetto di *naturalità* ma, come spiega Montanari (2006), il collegamento in questione risulta essere piuttosto dubbio e sostanzialmente inadatto: i significati e i simboli sopracitati, i valori e i messaggi dello stesso, non vengono elaborati sulla base dell'idea di *Natura*, al contrario essi sono “esito e rappresentazione di processi culturali che prevedono l'addomesticamento, la trasformazione e la reinterpretazione della Natura” (Montanari, 2006, p.3) in quanto l'essere umano, a differenza degli altri animali, non consuma gli alimenti così come vengono offerti dall'ambiente naturale, non attinge unicamente da ciò che già esiste e non si nutre seguendo il solo scopo di rispondere al bisogno di sfamarsi, bensì produce, crea, conserva e costruisce, anche in modo scientifico - basti pensare alla cucina molecolare, al cibo disidratato, liofilizzato etc. -, la sua alimentazione, generando ed *ingerendo* cultura.

Alla stessa maniera, la maggior parte dei popoli del contesto occidentale *decide* cosa consumare sulla base di motivazioni economiche, dietetiche, nutrizionali, filosofiche, politiche o di gusto (Montanari, 2003), e riserva ai pasti dei momenti/orari ben precisi all'interno della giornata: si è creato così il concetto di colazione, pranzo, cena, spuntino, brunch, aperitivo, apericena... ed ogni cultura, ogni società, scandisce queste finestre temporali in maniera differente, categorizzando gli alimenti secondo regole variegata e determinando quale cibo cucinare, scongelare o riscaldare sulla base del momento del giorno a cui si riferisce, oppure guardando alla celebrazione religiosa, alla festa sociale, al rituale e alla cerimonia privata (come compleanni, matrimoni, ramadan, natale, capodanno, diwali e via discorrendo) intercorrenti. Tutte queste tradizioni ed eventi sociali corrispondono a specificità e simbologie che, all'interno di una

dimensione gargantuesca che ingloba ogni bandiera, si legano a quello stesso cibo, concorrendo alla formazione dell'eredità e dell'identità collettiva e singolare.

Richard (1967), analizzando e citando i lavori di Strauss, identifica la scoperta del fuoco come la tappa fondamentale che ha consentito all'uomo d'intervenire sull'ambiente, sancendo il processo di transizione della Natura in Cultura e società: con il fuoco è stato certamente possibile riscaldarsi, illuminare la notte, tenere lontane le minacce e comunicare ma, in particolare, esso ha permesso di trasformare i cibi da crudi – natura - a cotti - cultura e società -. Secondo l'antropologo è stata proprio la cottura che ha che ha rivestito gli individui della loro umanità rendendoli, per l'appunto, esseri umani (Barilla Center for Food & Nutrition, 2009). Infatti, oltre al manipolare in sé la natura creando e modificando gli elementi offerti, il fuoco ha offerto anche uno spazio di condivisione e di convivialità attorno al quale gli individui potevano riunirsi ed imparare gli uni dagli altri, incrementando inoltre il processo di creazione e di evoluzione culturale.

Da quel momento, il cibo diviene il “punto di partenza per straordinari sviluppi in ogni società” (BFCN 2009, p. 4): l'alimentazione si amplia, si diversifica e si costruisce sotto forma di tradizioni culinarie in grado di consolidare e creare culture, divenendo quindi un dispositivo tramite cui definirsi, differenziarsi, formare coesione e creare appartenenza.

Con l'evoluzione dell'alimentazione è stato anche possibile sviluppare una comunicazione linguistica sempre più efficace: i primi popoli antichi, che nascevano come piccoli aggregati per poi ampliarsi in società più grandi, assieme alla loro espansione vedevano aumentare anche la necessità di utilizzare un linguaggio sempre più ampio e complesso al fine di esprimere le necessità alimentari del gruppo, ad esempio dove trovare il cibo, come fare per cacciarlo o raccoglierlo, quanto prenderne per soddisfare il bisogno di nutrimento di ognuno e come spartirlo in relazione agli status e ai ruoli di ogni membro (BFCN, 2009).

Pensando ai giorni d'oggi, diverse società hanno mantenuto la dimensione conviviale del pasto come momento intimo in cui riunirsi, confrontarsi e

condividere, rivestendo il cibo di un significato simbolico e razionale che, ribadiamo, genera beni e consuetudini in grado di creare identità specifiche. A tal proposito, guardando ora ad orizzonti temporali e geografici a noi più vicini, vogliamo portare in esempio il concetto di *cucina nazionale*.

Come spiegheremo nel corso dei prossimi capitoli, con il secondo dopoguerra si assiste all'inizio di un periodo di fermento e cambiamento: il boom economico, la maggior mobilità sociale e la comunicazione di massa diffondono nuovi modelli orientativi e tecnologie, delineando una società dei consumi che vede mutare anche la propria dieta di pari passo allo sviluppo della moderna industria alimentare (BFCN, 2009).

Anche in questo contesto, l'alimentazione svolge l'importante ruolo d'aggregante e rafforzante identitario: riferendosi all'immediato periodo post-bellico italiano degli anni Cinquanta, Stagi (2016) parla dell'utilizzo mediatico del cibo come strumento utile ad irrobustire e compattare un'identità nazionale debole e frammentata. Difatti, con il medium televisivo vengono trasmessi programmi culinari fabbricati attorno all'idea di cibo buono e genuino, figlio di una tradizione e di un'identità italiana autentica e vigorosa: il riflesso di un Paese altrettanto vero e forte, di un'impronta ricca di valori e di un territorio da esaltare. In poche parole, ciò che si cercava di ottenere con la cucina nazionale era educare i cittadini all'idea di un'identità nazionale basata sulla "generazione di consenso e di riconoscimento di una cucina nazionale" (Stagi, 2016, p. 42); in quel periodo, vengono quindi poste le basi che porteranno i gusti e i consumi ad assumere l'odierno orientamento.

A tal proposito, allargando nuovamente il campo visivo, anche ciò che nelle varie società viene concepito come *mangiabile* e *non mangiabile*, ovvero la classificazione del *gusto* e del *disgusto*, risultano essere costruiti e guidati (BFCN, 2009; Stagi, 2016): in base al contesto di riferimento si viene socializzati a determinati alimenti per cui, quando per un popolo uno specifico prodotto è considerato edibile ed accettato come tale venendo classificato come *cibo*, per altri popoli il medesimo elemento può corrispondere all'*immangiabile* o ad un tabù, attingendo dalle prescrizioni della sfera politica, etica o religiosa. Un esempio

possono essere i Paesi di religione induista o islamica, i cui fedeli non consumano carne bovina o suina, o ancora alcuni popoli orientali nella cui tavola troviamo insetti o rettili: alimenti che nella società italiana, ad esempio, vengono tenuti fuori dal commercio sulla base di una legge ministeriale (Ministero della Salute, 2018) che considera questi ultimi rischiosi.¹

L'alimentazione diventa anche espressione di una posizione etico-salutistica (è il caso della dieta vegetariana, vegana, crudista etc. o della decisione di consumare cibo a km-0, biologico e sostenibile), di un orientamento politico, di una scelta propagandistica o per un fine identitario (figura 1.1.)²; in sostanza, guardare ciò che un individuo consuma nell'arco di una giornata permetterebbe già, potenzialmente, di individuare alcuni dei suoi tratti salienti circa la posizione occupata e i messaggi che desidera comunicare.



Figura 1.1 - esempio della politicizzazione del cibo e del suo utilizzo come strumento identitario e di differenziazione.

Fonte: lindipendenzanuova.com

¹ Il Ministero della Salute nel gennaio del 2018 ha rilasciato una nota ministeriale che esclude la vendita per scopi alimentari di insetti, chiarendo la sua posizione in merito al regolamento UE 2015/2283

² Sulla questione politica delle migrazioni, questo slogan della Lega Nord utilizza il cibo per contrapporre e demarcare le differenze tra Italia ed Africa e la conseguente necessità di tener separate le due culture: la polenta in rappresentanza dell'identità del *cittadino italiano* e il cous cous in rappresentanza del *migrante/straniero*

In conclusione, come ricorda Montanari (2006), il cibo porta con sé una dimensione comunicativa e simbolica che, fondando le proprie radici nella memoria e nella storia umana, viene utilizzata dall'individuo come una carta d'identità e come uno strumento d'espressione culturale e biografico, offrendo la possibilità d'incontrarsi e scontrarsi con l'alter, di unire e di separare.

Capitolo 2.

Rispettare gli standard corporei:

il ruolo dell'approvazione e le sanzioni sociali

*È la vita che si consacra all'estetica del corpo magro
sostenuta da un'ipertrofia della volontà
che afferma sé stessa
che si afferma come autodeterminata
che si fa da sé
che rifiuta l'Altro.*

Massimo Recalcati, *Patria senza padri. Psicopatologia della politica italiana.*

Con questo capitolo vorremmo esplorare le reazioni sociali che, all'interno della società occidentale moderna, vengono rivolte verso le fisicità caratterizzanti gli individui che la compongono. In particolar modo, vogliamo indagare il vissuto dei corpi grassi e il vissuto dei corpi magri al fine di portare in luce le prescrizioni, siano esse positive o negative, che gli attori sociali attuano ed esperiscono sulla base della corporeità mostrata dal self e dall'alter.

Nel corso del precedente capitolo abbiamo già sottolineato l'importanza del corpo che, in quanto ente plastico e malleabile, permette di fare esperienza del mondo ed accompagna la costruzione/comunicazione del proprio progetto identitario: in questo senso possiamo quindi paragonarlo ad una sorta di passaporto o documento identificativo che, oltre ad esprimere delle proprietà fisiche esterne immediatamente accessibili tramite i sensi, suggerisce la presenza o l'assenza di determinate caratteristiche attitudinali, capacità cognitive, assetti valoriali e morali che l'individuo grasso o magro, in quanto tale, porterebbe con sé. Conseguentemente, è proprio sulla base di queste percezioni che i soggetti sperimentano il Mondo e la socialità in maniere differenti.

A tal proposito, risulta importante comprendere gli standard fisici e i canoni estetici contemporanei al fine di poter contestualizzare i modelli di riferimento dai quali possono nascere pregiudizi, retoriche ed euristiche specifiche: seguiremo quindi i cambiamenti più salienti che il concetto di bellezza e fisicità hanno vissuto nel corso del tempo.

Successivamente, ci concentreremo sulle principali letture sociali adoperate per l'interpretazione dei corpi magri e dei corpi grassi, focalizzandoci inoltre sulle risposte individuali a tali pressioni e sulla quotidianità socialmente mediata di grassezza e magrezza.

2.1. L'evoluzione del concetto di bellezza

Che cos'è la *bellezza*? Come può essere spiegata, e come viene percepita? Sono queste le domande con cui intendiamo aprire la nostra riflessione sui significati della grassezza e della magrezza.

Innanzitutto, come sottolineano diversi autori (Amendola 2022, Eco 2018, Giuliani et al. 2018), la risposta non può essere assoluta ed unica, in quanto il concetto di bellezza risulta essere un'astrazione estremamente mutabile, profondamente legata al momento storico e al luogo geografico in cui viene elaborata. Da questo punto di vista, la bellezza può venire considerata come un costrutto profondamente situazionale e relazionale che muta assieme non solo al contesto di riferimento, ma anche assieme all'ambito tematico a cui si lega: bellezza fisica, bellezza artistica, bellezza naturale, bellezza interiore etc. All'interno di uno stesso momento storico, inoltre, possono coesistere diversi modelli di bellezza provenienti proprio da questi differenti campi tematici, o ancora essi possono ripresentarsi e rincorrersi ciclicamente lungo periodi di tempo molto dilatati e distanti tra di loro (Amendola, 2022). Per questi motivi, vista la complessa vastità del concetto, risulta impossibile selezionare un responso

univoco, oggettivo ed universalmente riconosciuto tramite cui definire, puntualmente, il Bello.

Tuttavia, lungo il proprio cammino, l'essere umano ha pensato e proposto diversi parametri (s)oggettivi con cui delineare una dimensione così singolare: ad esempio, come spiega Lottini (2019), per gli antichi Greci e Romani la bellezza esteriore corrisponde ad un corpo atletico ed armonioso verificabile proprio tramite la presenza di specifiche proporzioni corporee e analizzabile mediante diverse formule matematiche; in aggiunta, la presenza di questa bellezza esteriore è anche l'indice di un self interiore altrettanto bello: essa veniva collegata alla presenza di un individuo valoroso, giusto e fedele ai principi della propria patria.

Invece, con la caduta dell'Impero Romano e l'arrivo dei popoli barbari, la bellezza acquisisce caratteri più grezzi e meno simbolici, salvo poi riempirsi nuovamente di significati durante il Medioevo e il Rinascimento, mutando ancora durante il Romanticismo sotto forma di una concezione che, sempre Lotti, spiega essere più realistica, in quanto costruitasi attorno all'immagine dell'*artista maledetto*: cupo, imperfetto e tormentato tanto quanto i soggetti che venivano presi come muse. In sostanza, l'idea di bellezza che corre tra Ottocento e inizio Novecento segue la scia del Decadentismo e dell'Estetismo, celebrando l'irrazionalità ed esprimendo la volontà di distaccarsi dai canoni estetici, etici e sociali propriamente Classici (Lotti, 2009) per concentrarsi, quindi, sulla ricerca del *fascinoso* e del *sublime*, piuttosto che del bello.

Ma proseguendo lungo la linea temporale, è con il dandismo che la bellezza puramente esteriore diviene una caratteristica importante tanto quanto le dimensioni sopraindicate: la cura estetica e il bello diventano dei *valori* fini a sé stessi (Amendola, 2022).

A seguito di queste prime valutazioni, tra estetismo e romanticismo, possiamo quindi considerare la bellezza come una *tattica*, una *strategia*, che “va oltre la mera apparenza fisica per diventare espressione visiva dell'adesione a determinati principi e valori” (Giuliani et al., 2018, pp. 436).

Ma all'interno di questo campo ideologico, come si inserisce invece la magrezza? La risposta può essere ricercata guardando, principalmente, agli inizi del secolo scorso: come spiegano Savani e Vecchi (2008), è durante il passaggio tra Ottocento e Novecento che la società contemporanea occidentale muove le prime influenti associazioni tra bellezza fisica – femminile – e l'idea di corpo magro, normalizzando ciò che noi oggi conosciamo come il *mito della magrezza*.

Secondo alcuni autori (Riva, 2015; Serpe, 2017), fino al Novecento il modello corporeo femminile più diffuso era quello della donna *in carne* in quanto simbolo di fertilità, abbondanza e benessere socioeconomico; tuttavia, come abbiamo visto, con il passare delle decadi il paradigma muta velocemente e la normalità assume le forme della magrezza. Possiamo però individuare alcuni momenti storici, antecedenti l'epoca moderna, in cui il corpo magro fungeva già da bussola: Riva (2015) porta in esempio il Medioevo e parla di *santa anoressia*, contestualizzando quest'ultima all'interno dell'ambito religioso; infatti, durante quel periodo, il corpo magro era il segno di un Sé votato all'ascesi, l'autocontrollo fisico e quello morale venivano canalizzati nelle pratiche ascetiche di restrizione (anche in ambito alimentare) al fine di avvicinare l'individuo alla beatitudine post-mortem. Ma quando la magrezza del Medioevo è da ricollegare principalmente ad un *bisogno morale* religioso, non si può dire lo stesso delle fondamenta che reggono l'odierno ideale di magrezza: quest'ultimo si erge sulle contraddizioni di un bisogno dualistico di consumo che unisce corpo e spirito, incentivando i dispositivi di dimagrimento e il mantenimento di un corpo giovane (Riva, 2015).

Compiendo ora un salto di vari secoli, Serpe (2017) identifica i due momenti storici fondamentali ove la preferenza per i corpi snelli si è tradotta in una diminuzione del girovita e dei fianchi: il primo è compreso tra il 1909 e il 1929, dove però non si è registrato un aumento di casi di anoressia. Il secondo è racchiuso tra il 1949 e il 1981, durante il quale invece si è visto un aumento della malattia. Difatti, in quest'ultimo arco temporale, i modelli offerti corrispondono a fisici sempre più magri e fittizi, che mostrano un peso irrealistico e inferiore sia ai

parametri del peso ideale forniti dall'OMS, sia alla media di peso effettivamente registrata nei soggetti comuni (Serpe, 2017).

Amendola (2022) spiega che il modello della donna-madre è mutato in quello della donna pin-up, sensuale ed audace, durante gli anni Cinquanta (un esempio sono Rita Hayworth e Marilyn Monroe), per poi entrare negli anni Sessanta con fisicità che coniugano magrezza e ribellione (come Twiggy Lawson) o magrezza ed eleganza, raffinatezza e essenzialità (come Audrey Hepburn). Gli anni Novanta sono invece la decade delle cosiddette *donne amazzoniche*, portatrici di uno standard fisico e valoriale irraggiungibile dalla maggior parte del popolo femminile (Claudia Schiffer, Naomi Campbell) in quanto corrispondente ad “un ideale di bellezza che impone di essere esili e slanciate, non tenendo conto del fatto che ogni donna ha una diversa fisicità e che quindi potrebbe essere geneticamente impossibilitata al raggiungimento degli standard imposti dalla società” (Amendola, 2022, p. 137).

Tuttavia, dopo i primi anni del Duemila il paradigma muta nuovamente e acquisisce sfumature tutt'ora presenti ai giorni nostri: ogni forma sembra doversi trovarsi *al posto giusto* con una vita stretta, il seno pronunciato e i fianchi generosi (Amendola, 2022), andando a formare una perfetta forma a *clessidra*.

Anche in questo caso, però, i canoni trovano poca corrispondenza con la situazione reale, ribadendo quindi una marcata distanza tra peso e corpo ideali e tra peso e corpo estetici: si costruisce così una discrepanza tra le possibilità *mostrate* e le possibilità effettivamente *presenti* (Serpe, 2017).

In questo panorama dicotomico, contraddittorio ed incerto vogliamo sottolineare l'importanza di condurre nuovamente al centro del discorso il soggetto con il proprio corpo: fin tanto che la corporeità continuerà a venire considerata uno strumento pubblico e privato di controllo e di disciplinamento, fin tanto che lo storico susseguirsi di crisi-benessere e la dicotomia tra dipendenza-indipendenza si posizioneranno nel mezzo delle retoriche, allora *l'oscillazione etica* tra grasso e magro rimarrà irrisolvibile (Riva, 2015).

2.2. Aspetto fisico e prime impressioni: i messaggi del corpo

All'interno di questo paragrafo intendiamo approfondire la dimensione etica e simbolica della corporeità che, già precedentemente, abbiamo avuto modo di osservare: in particolare, vogliamo considerare la magrezza e la grassezza come facce complementari di una stessa medaglia.

Come accennato, il linguaggio del corpo trova espressione grazie ad una fisicità che è tangibile e, per questo, esperibile mediante i sensi (quello della vista in maniera privilegiata). Tuttavia, la comunicazione avviene anche attraverso una sfera meno concreta, ovvero quella interiore dei significati e dei simboli morali, valoriali e comunitari.

A tal proposito, già nell'antica Grecia il concetto di *kalokagathìa* collegava un fisico armonioso ad un'interiorità altrettanto armoniosa (Eco, 2018). Citando Platone, infatti, *il Bene trova rifugio nel Bello*: in sostanza, un individuo che riverbera gli standard fisico-estetici della società in cui si situa, si rende teoricamente anche portatore dei canoni morali/attributi caratteriali salienti per quella stessa società. Ma come abbiamo già riportato, se in antichità la bellezza fisica trova maggiore espressione nell'abbondanza e nell'armonia complessiva, l'ideale moderno di bellezza si regge su dei perni differenti, occupando una posizione che è esponenzialmente più *permeabile* e *permeante* all'interno della vita societaria e dei processi identitari dei Self.

Il ponte che da secoli collega l'idea d'*individuo conforme agli standard* a quella di *attore sociale conforme ai valori della società* sembra essere rimasto intatto, veicolando una complessità di significati che nel corso del tempo si è densificata proprio in seguito a una crescente complessità sociale: secondo Stagi (2002, p. 51), la necessità d'illuminare il fisico con le luci della ribalta si presenta proprio perché "in esso si può sviluppare l'unico progetto pensabile in un contesto postmoderno".

La centralizzazione del fisico risponde quindi al bisogno moderno di generare azioni e linguaggi *pubblicamente individuali* che agiscano sia all'interno

della dimensione politica che di quella simbolica, *denaturalizzando* in questo senso la corporeità e costruendo ciò che, sempre l'autrice, identifica come il *paradosso* della nostra era: più gli individui conoscono i propri corpi interiorizzando la responsabilità d'intervento su di essi, più cresce l'insicurezza in quanto "il bisogno di conoscenza e controllo razionale ha portato a uno stato di incertezza irrazionale" (Stagi, 2002, p. 51). Per questi motivi, nel momento in cui un individuo avverte una discrepanza tra il proprio corpo organico e quello socialmente progettato, oppure coglie questa difformità nella fisicità di un alter, possono generarsi sensazioni di fallimento e inadeguatezza, d'irrazionalità e d'insufficiente autocontrollo che, di riflesso, contagiano anche il corpo testuale: il fisico empiricamente esperibile e le caratteristiche interiori sono saldamente intersecati, mostrando un collegamento continuamente riproposto, rafforzato ed interiorizzato mediante l'utilizzo di regole socialmente e culturalmente date.

Continuando lungo il medesimo binario concettuale, la cosiddetta *prima impressione* gioca quindi un ruolo molto importante: con gli occhi siamo in grado di cogliere il corpo organico e, successivamente, possiamo decodificare questo stimolo visivo grazie ai processi cognitivi ed interpretativi. Hu et al. (2018) sostengono, infatti, che la forma corporea può avere diretta influenza sulle modalità tramite cui gli individui deducono e giudicano la personalità del soggetto a cui si riferiscono, condizionando vari aspetti della vita sociale quali le possibilità lavorative, la percezione circa la colpevolezza in ambito criminale, l'idoneità a ricoprire determinate cariche politiche, il reddito e via discorrendo. Gli stessi studiosi spiegano anche quanto questo tipo di euristiche siano sorrette da meccanismi involontari e presenti sin dai primi anni di vita: esse si apprendono già con la socializzazione primaria e vengono confermate o modificate con il corso della socializzazione secondaria. Inoltre, riportando la teorizzazione dei somatotipi corporei offerta dallo psicologo William Sheldon nel 1940, gli autori suggeriscono che gli individui collocabili all'interno della categoria dei *mesomorfi* – ovvero i soggetti aventi corpi geneticamente propensi a sviluppare massa muscolare, con spalle larghe e vita stretta – vengono considerati come individui desiderabili, sicuri

ed energici. Gli *ectomorfi* – i soggetti alti, magri, esili – sono considerati invece timidi e introversi. Infine, gli *endomorfi* – soggetti con spalle strette e fianchi larghi, collo corto e tendenza ad accumulare grasso corporeo – vengono invece percepiti come insicuri, pigri, poco desiderabili, incompetenti e dipendenti.

All'interno di questa dimensione, il peso corporeo e l'apparenza fisica dimostrano quindi occupare una posizione d'interesse, costruendo un rapporto d'influenza con i cinque poli della personalità presentati dalla teoria dei Big Five: estroversione, amicalità, coscienziosità, nevroticismo ed apertura all'esperienza (Caprara et al., 1993).

Gli individui con un peso corporeo conforme agli standard, a primo impatto, vengono quindi inseriti positivamente all'interno dei vari poli mentre, gli individui con un peso corporeo *in eccesso*, trovano una collocazione negativa: essere grassi ed essere magri solleva un'ampia serie di giudizi direttamente riconducibile a quel ventaglio di attributi caratteriali e socialmente salienti che, presenti o manchevoli, contribuiscono a posizionare l'individuo all'interno del contesto pubblico (Hu et al. 2018). Tuttavia, come già spiegato in precedenza, queste categorizzazioni sono influenzate da diverse variabili come: il contesto storico-sociale di riferimento, l'età, il sesso e l'etnia.

A tal proposito, vorremmo proporre un breve collegamento con la figura della donna italiana: considerando gli anni del fascismo, Giuliani et al. (2018) parlano di una forte contro-propaganda verso il corpo magro, in quanto una figura snella ed audace, come poteva essere caratteristica delle donne straniere più emancipate e libere di quelle partenopee, veniva associata all'immagine di una *donna-crisi* che rinunciava al suo *compito* di madre. Il corpo femminile allora maggiormente idealizzato corrispondeva invece alla figura di donne *robuste e dai fianchi larghi* in quanto, la visione di questa fisicità, suggeriva il collegamento con le “cosiddette muliebri virtù: la bellezza della donna risiedeva anzitutto nel suo essere sposa e madre esemplare, dalla sessualità casta, legittima e procreativa, custode in ultima istanza dei valori della nazione e della sua bianchezza” (Giuliani et al., 2018, p.

441). In sostanza, erano i corpi endomorfi a comunicare un self controllato e ordinato, così come l'appartenenza ad uno status sociale positivo.

Oggi, invece, l'equilibrio – utopico – della donna come individuo e come *attrice* sociale viene ricercato all'interno di corpi sinuosi ma magri, attorno a figure di madri in carriera tutt'altro che inespugnabili ma inespiegabilmente sempre in ordine e dentro l'immagine di soldatesse impegnate nella lotta contro la vecchiaia, contro la cellulite, contro le smagliature, contro l'acne e, inevitabilmente, contro sé stesse: ecco il potere di un corpo in controllo.

2.3. Il processo d'interiorizzazione: dallo sguardo oggettivante all'auto-oggettivazione

Una celebre massima latina recita che *la barba non fa il filosofo* (barba non facit philosophum), ovvero l'aspetto esteriore non indica necessariamente una determinata posizione all'interno della società, così come non determina la presenza o l'assenza di precise caratteristiche.

Tuttavia, in seguito alle precedenti considerazioni, possiamo metaforicamente affermare che questa specifica caratteristica può risultare invece sufficiente affinché un soggetto, scorgendo tra la folla un individuo con la barba, sia portato a pensare che quest'ultimo possa, effettivamente, essere un filosofo: non è detto che questo collegamento corrisponda al vero, tuttavia, se l'insieme di retoriche ed insegnamenti sociali lo suggeriscono, la costruzione e l'interiorizzazione dell'associazione risulta essere facilitata. Tale ragionamento trova immediata corrispondenza all'interno della dimensione sin ora indagata, fornendoci l'aggancio che rende possibile introdurre un'ulteriore concettualizzazione: quella di *oggettivazione* e di *auto-oggettivazione*. Assimilare, proporre ed attuare determinati discorsi stigmatizzanti riguardo l'immagine corporea conduce a deumanizzare i destinatari di queste retoriche, portando gli

stessi ad interiorizzare lo sguardo oggettivante: l'individuo stesso arriva a concepirsi come l'Oggetto che gli alter descrivono.

Quest'ultimo passaggio può concretamente influire sulle modalità in cui i soggetti si rapportano con il mondo sociale, determinando effettivamente un adeguamento del self all'aspettativa dell'alter: una sorta di profezia che si auto-adempie.

Volpato (2011, p. 106) spiega che l'oggettivazione è una "forma particolare di deumanizzazione che fa sì che un individuo sia pensato e trattato come oggetto, strumento, merce". Gli stessi individui oggettivati si trovano quindi sottoposti ad un processo di degradazione e di declassificazione all'interno di quella che l'autrice definisce essere una *gigantesca sineddoche*: una singola caratteristica sembra sufficiente al fine di determinare e descrivere l'individuo nella sua interezza.

Inoltre, lo stesso concetto di bellezza canonica si collega a quello di *desiderabilità* per cui i corpi, soprattutto quelli femminili, risultano essere destinatari di uno sguardo sessualmente oggettivante: emerge quindi l'*oggettivazione sessuale*, ossia una forma di oggettivazione molto diffusa in Occidente, che attribuisce al soggetto la posizione di mero articolo del desiderio altrui, relegando il valore dello stesso alla capacità di attrarre e di sedurre altri individui (Volpato, 2011).

Il sistema mediatico, come vedremo in seguito, offre immagini femminili fortemente sessualizzate e stereotipate (Stagi, 2016) che, unendosi al fiume di retoriche utilizzate all'interno della vita sociale di ogni giorno, formano i discorsi comuni. La donna, destinataria di aspettative estetiche irraggiungibili, esperisce infatti un'oggettivazione su base quotidiana che, a seguito della sensazione di *non essere in grado* di adeguarsi agli standard, elabora sentimenti negativi di rabbia e frustrazione, considerando sé stessa manchevole di quegli attributi fondamentali che la renderebbero accettata, inclusa e valorizzata (Volpato, 2011): si parla quindi di *auto-oggettivazione*. Come abbiamo accennato precedentemente, l'auto-oggettivazione corrisponde all'interiorizzazione e alla *normalizzazione* delle

retoriche oggettivanti e, come spiega Volpato (2011), quest'ultima provoca diverse conseguenze: in primis, essa genera un insieme di esperienze emozionali negative (ansia, vergogna, inadeguatezza, disgusto) riguardo il proprio corpo, determinando “uno stato di tensione, di iper-vigilanza, di analisi ossessiva del proprio aspetto, unito al desiderio di nascondersi, di sfuggire allo sguardo altrui, e a uno stato di confusione, caratterizzato dall'incapacità di pensare e agire con chiarezza” (Volpato, 2011, p. 114).

In secondo luogo, la capacità di comprendere e tradurre correttamente i propri stati interiori diminuisce in riflesso alla percezione di essere continuamente assoggettati alla giurisdizione altrui: essendoci uno sbilanciamento verso l'esteriorità, l'interiorità ne risulta sacrificata.

In ultima istanza, ma non meno importante, l'insieme delle emozioni e delle elaborazioni interne appena trattate possono portare ad una gamma di alterazioni, patologie o problematiche mentali particolarmente debilitanti per l'individuo stesso e per la società intera: disturbi alimentari, disfunzioni sessuali, depressione, problemi d'autostima, retoriche sessiste e disparità di genere. I processi di oggettivazione mostrano quindi avere effetti estremamente rilevanti per la salute del singolo e della collettività: si profila quindi la necessità di diffondere consapevolezza in materia, di fornire gli strumenti adatti a contrastare tali fenomeni e d'intervenire direttamente sui maggiori punti di diffusione di tali retoriche.

Una particolare attenzione andrebbe rivolta al sistema mediatico: come ricorda Volpato (2011), i media utilizzano retoriche spesso oggettivanti che, vista la presenza pervasiva degli stessi nella vita odierna, diventano strumenti utili al mantenimento e alla diffusione delle disuguaglianze. Si delinea, inoltre, il bisogno di una maggior attenzione da parte delle istituzioni, le quali dovrebbero offrire ai cittadini una formazione adeguata ed un'informazione funzionale a contrastare il fenomeno.

2.4. La stigmatizzazione della carne: tra grassofobia e thin privilege

Vorremmo introdurre ora il concetto di *stigma*, in quanto è anche sulla base di quest'ultimo che si costruiscono le prescrizioni e le sanzioni di matrice corporea che intendiamo esplorare.

Secondo Goffman (2017), è in risposta alla necessità di diminuire la complessità della realtà comune che gli attori sociali organizzano e dividono il loro intorno mediante delle *categorizzazioni*. Gli individui stessi, essendo soggetti a questo processo, vengono quindi inseriti all'interno di determinate categorie sociali sulla base di specifiche caratteristiche, risultando in questo senso *catalogati* e *accettati*. Entrare a far parte di una categoria, significa anche acquisire una certa posizione che, sempre Goffman, chiama *identità virtuale*. Tuttavia, visto che questa catalogazione si regge su pregiudizi, aspettative e standardizzazioni, il metro utilizzato non tiene conto delle specificità, per cui non sempre l'identità risulta allinearsi/venire accettata dall'*identità attuale* (ovvero l'identità personale): in questo caso può generarsi una rottura che, se non sanata, devia verso il processo di *stigmatizzazione*.

In sostanza, come continua a spiegare Goffman, possiamo pensare lo stigma come un'attribuzione negativa generatasi dalla presenza di una o più caratteristiche individuali che differiscono dalle proprietà standard, e quindi *normali*, della categoria di riferimento; l'individuo stigmatizzato subisce una declassazione sociale che legittima sanzioni, comportamenti discriminatori, retoriche deumanizzanti e atteggiamenti oggettivanti che possono condurre ad un peggioramento della qualità di vita e del benessere psicofisico del suddetto individuo.

Inoltre, seguendo sempre il pensiero del sociologo, lo stigma si lega principalmente a tre categorie di *difetti*, ossia: ideologici (l'appartenenza religiosa, l'orientamento politico etc.), caratteriali (l'omosessualità, la tossicodipendenza etc.) e fisici (la cecità, l'obesità etc.). I *difetti* di matrice corporea delineano una dimensione immediatamente visibile e portano una natura difficilmente

occultabile: come una sorta di *marchio di Caino*, essi si apprestano ad esse colti, e giudicati, con immediatezza.

La dimensione corporea, apprestandosi quindi a numerosi tipi di categorizzazione, può essere considerata come una delle principali categorie sociali. In questo senso, la mancanza o l'assenza di precise proprietà corporee esterne diventa uno dei criteri con cui creare inclusione – il *noi normale* – o esclusione – il *loro anormale* -, privilegiando e premiando a livello sociale un gruppo, ma discriminando e stigmatizzandone un altro.

Van Amsterdam (2013) paragona la taglia corporea ad un importante asse di significato che vede contrapporre due poli: grasso e magro. Nonostante vi possano essere diversi gradi di sfumature ad accompagnare il passaggio da un polo all'altro, i discorsi dominanti sembrano costruire automaticamente i corpi non magri come *grassi* (van Amsterdam, 2013), mostrando quindi un'elaborazione *aut aut*.

Come già spiegato in precedenza, il corpo standard occidentale si basa sull'idea di un fisico snello: per questo in salute, attraente e di successo. Al contrario, il fisico grasso viene proposto come deviante, come un rischio per la salute comunitaria e sintomo di una gestione del sé poco funzionale: si presenta così una ri-costruzione gerarchica dei corpi (van Amsterdam, 2013) che genera rapporti e posizioni asimmetriche e che assegna privilegi o discriminazioni sulla base del polo occupato.

Come riportano Bacon et al. (2016), il bias e lo stigma del peso permeano all'interno della maggior parte degli aspetti che formano la realtà sociale, generando discorsi discriminatori che condizionano e limitano in maniera importante la quotidianità degli individui interessanti: l'insieme di queste *micro* e *macro* aggressioni sociali può essere raggruppato sotto il termine di *grassofobia*, che Calvi (2016) paragona ad una forma di *genocidio intellettuale*; il peso in eccesso suggerisce un insieme di valutazioni negative riferibili al “desiderio collettivo di eliminare chi ha peccato contaminandosi col grasso” (Calvi, 2016, p. 18) e utilizza, in aggiunta, il *distanziamento* come meccanismo difensivo scatenato da sorta di *paura*: la paura di essere contaminati da questa *patologia*, la paura di

perdere il proprio status sociale, la paura di smarrire l'identità di individuo correttamente gestito e la paura di trovarsi esclusi da quelle dinamiche e valutazioni legate ad un'apparenza esteriore *normale*. Basti pensare alla parola stessa, *grasso*: nel tempo questo termine ha acquisito un'accezione negativa e, riferirsi a qualcuno con un appellativo simile, equivale a muovere un insulto. Più precisamente, il campo semantico di questo aggettivo richiama la stessa area di significato del rischio, della malattia, dell'inefficienza e riconduce alla dimensione di *ciò che non è bello*, di ciò da cui è necessario discostarsi (Meloni, Mibelli, 2021).

I discorsi grassofobici ergono quindi muri e costruiscono sfide che gli individui si trovano a dover fronteggiare all'interno dei più disparati ambienti: quello istituzionale, scolastico, sanitario, lavorativo, ludico e familiare. Bacon et al. (2016, p. 42), citando alcune ricerche, chiariscono efficientemente la presenza dello stigma lungo tutti questi territori: per quanto riguarda il terreno dell'istruzione, spiegano che gli studenti grassi, lungo il percorso accademico, vengono sottoposti a “pregiudizi continui, discriminazioni inosservate e molestie quasi continue” trovandosi quindi ostracizzati e, alle, volte, fisicamente aggrediti.

La situazione risulta simile nell' ambito sanitario: alcune ricerche (Bacon et al., 2016) lasciano emergere la presenza di pregiudizi e discriminazioni anche tra i professionisti del settore, dai quali emerge una preferenza verso i pazienti normopeso e una *repulsione* nei confronti dei pazienti obesi.

Per quanto riguarda l'ambito lavorativo, gli individui grassi trovano un'offerta d'assunzione/promozione mediamente minore rispetto ai loro colleghi magri e, inoltre, hanno una probabilità maggiore di ricevere un salario minorato. (Bacon et al., 2016).

Oltre a questi ambiti, la grassofobia si ramifica anche all'interno della giornata individuale dei soggetti, dove le molteplici forme di discriminazione e di umiliazione trovano espressione mediante offese gratuite, derisioni, atteggiamenti di disgusto e di esclusione (Bacon et al., 2016).

Un altro esempio di lipofobia la possiamo situare nel mondo dell'abbigliamento: al di là della fisicità standard ricercata nelle modelle e

promossa dall'ambiente, alcune case di moda lasciano intendere una precisa posizione con la decisione di non produrre abiti oltre una certa misura; certi negozi scelgono invece di vendere ad un prezzo maggiorato quei capi che si spingono oltre una determinata taglia: in questi casi si parla di *fat-tax*, tassa del grasso, che sanziona pecuniariamente l'individuo (Greenleaf et al., 2019).

A seguito di queste considerazioni, vogliamo quindi affermare che la qualità di vita di un individuo grasso può risultare estremamente impoverita.

Tuttavia, se gli attori sociali grassi trovano difficoltà a destreggiarsi dentro una cultura fondamentalmente grassofobica, non si può dire lo stesso degli individui magri che, all'interno della stessa dimensione, si vedono invece avvantaggiati: si parla di *thin-privilege*, il privilegio dei magri, che può essere descritto come l'insieme di quei privilegi riservati a coloro i quali detengono una fisicità conforme allo standard (Bacon et al., 2016); i vantaggi risultanti, che in questo senso possiamo considerare gratuiti, alimentano inoltre il sistema oppressivo del bias del peso.

Così come lo stigma del grasso, il thin-privilege permea all'interno della società in maniera silenziosa – in quanto interiorizzato e normalizzato – ma costante: un soggetto magro verrà difficilmente accusato di essere pigro, insano, sregolato, senza forza di volontà o senza autocontrollo a causa della taglia che indossa. Al contrario, un individuo snello risulta essere mediamente concepito come più attraente, ha più possibilità di ampliare il suo bacino relazionale, trova un'identificazione maggiore con i modelli offerti al confronto, vede una scelta più ampia nell'abbigliamento e non è soggetto alla fat-tax, riscontra un accoglimento differente in ambito sanitario, lavorativo educativo o, più semplicemente, ha la certezza di salire su un mezzo pubblico, di entrare in un edificio, e di trovare un posto a sedere progettato per accoglierlo in maniera confortevole (Bacon et al., 2016).

Gli esempi appena fatti potrebbero inserirsi all'interno di una lista ancora più lunga, ma risultano sufficienti per sottolineare e denunciare il complesso sistema sociale e culturale del corpo e dell'apparenza; inoltre, pensiamo che gli stessi

ragionamenti possano essere utili per portare in luce alcune delle grandi diseguaglianze che caratterizzano la biografia sociale, spogliando le disparità di questo preciso *dato per scontato* a cui la cultura occidentale contemporanea socializza gli esseri umani moderni.

Capitolo 3.

DCA: i disturbi del comportamento alimentare

*Di certo è, come dice la saggezza popolare,
che "uccide più la gola della spada".
Quel che però la saggezza popolare non sa
è che il gioco con la morte o con la negazione di sé
è già cominciato prima di sedersi a tavola,
e affonda le sue radici in quella profonda incertezza
in cui si tratta di decidere se esistere o non esistere.
E siccome è il cibo la prima condizione d'esistenza,
spetta al cibo e alla gola mettere in scena un tema che alimentare non è,
ma "radicalmente" esistenziale,
perché va "alla radice" dell'accettazione
o del rifiuto della propria esistenza.*

Umberto Galimberti, *I vizi capitali e i nuovi vizi*.

I disturbi del comportamento alimentare, o DCA, si riferiscono ad un'ampia categoria di patologie mentali contraddistinte da una modificazione delle abitudini alimentari e della nutrizione.

Gli individui che sono affetti da un DCA costruiscono con il proprio corpo e con il cibo un rapporto di tipo patologico che causa un peggioramento della qualità di vita: oltre che a ledere il benessere psicologico, queste patologie danneggiano la salute fisica e limitano le capacità sociali, relazionali e lavorative dei soggetti colpiti determinando, in alcuni casi, la morte degli stessi in seguito alle precarie condizioni di salute o come risultato di atti estremi (autolesionismo, suicidio).

I disturbi alimentari, inoltre, si trovano spesso associati ad altre patologie mentali quali depressione, disturbo ossessivo-compulsivo, disturbo borderline, ansia etc. (Gordon, 2004), acuitizzando così una condizione che, già di per sé, presenta un grado di complessità piuttosto alto.

Con il presente capitolo vorremmo quindi muoverci all'interno di questa dimensione corposa osservando, per prima cosa, i passaggi evolutivi più importanti per i DCA in ambito medico e sociale.

In seguito, esploreremo i diversi disturbi dell'alimentazione, considerando sia quelli *tipici* e più conosciuti, che quelli *atipici* e *non altrimenti specificati*, fornendo un ordine di grandezza degli stessi.

Successivamente, vorremmo osservare la crescente attenzione per l'alimentazione sana che, in certi casi, sfocia nel disequilibrio verso una condizione morbosa tanto diffusa quanto normalizzata: *l'ortoressia*.

Infine, vorremmo percorrere alcune di quelle strategie e pratiche che, pur non ruotando direttamente attorno al cibo, possono comunque essere il manifesto di una patologia alimentare o il riflesso di una *diet culture* che, standardizzata nelle sue estremizzazioni, si rende portavoce delle contraddizioni e delle disfunzioni della modernità.

3.1. L'avvento dei disturbi alimentari

Durante gli scorsi capitoli abbiamo riportato quanto la cultura di una specifica società sia in grado di determinare e influenzare la presenza/sviluppo di precisi disturbi mentali, legando indissolubilmente i suoi cambiamenti e le sue traiettorie al benessere psicofisico del complesso organismo sociale. I DCA comunicano, in questo senso, le contraddizioni dell'epoca contemporanea, declinandosi morbosamente all'interno delle società benestanti e industrializzate: per questo motivo, essi hanno mostrato una diffusione maggiore in concomitanza all'avvento della globalizzazione e del consumismo; questi disturbi sono infatti divenuti i rappresentanti principali degli Stati occidentali avanzati, esprimendo invece un'incidenza estremamente modesta, o assente, nei paesi in via di sviluppo e nell'Asia tecnologicamente arretrata (Pallecchi, 2007).

Domenichetti et al. (2018), riferendosi all'anoressia e alla bulimia, sottolineano una diffusione eterogenea degli stessi all'interno dei Paesi industrializzati, ma ne sottolineano anche una collocazione crescente all'interno delle realtà in via di sviluppo proprio man mano che gli usi, costumi e disponibilità dei primi si propagano all'interno dei sistemi socioculturali dei secondi.

Castelluccio (2007) ricorda però che, già negli scritti antichi di medicina, si può trovar traccia dei disturbi alimentari: benché le origini e i sintomi della malattia venissero occultati in altre problematiche, o spiegati mediante concettualizzazioni ben differenti da quelle odierne, si possono leggere diversi rimandi a quella che noi oggi chiamiamo *anoressia nervosa*.

Uno dei primissimi casi di anoressia nervosa, riconosciuto e registrato mediante accezioni a noi più familiari, risale al 1686: il medico Richard Morton, parlando di *consumzione nervosa*, descrive il caso di una paziente affetta da una sintomatologia molto simile a quella che, la medicina moderna, collega all'anoressia, associando le sue cause alla dimensione psicologica ed emotiva del soggetto (Castelluccio, 2007); nonostante questo, però, lungo tutto il secolo successivo l'anoressia continuerà a venir considerata segnale di altre patologie mentali. Come spiega Castelluccio (2007), bisognerà attendere la fine dell'Ottocento per avere delle teorizzazioni più centrate e, più precisamente, sarà con gli studi di William Gull (1868) e Charles Lasègue (1874) che si giunge ad un'importante svolta: i due studiosi, infatti, riscontrano una maggiore presenza della malattia nelle ragazze di età compresa tra i 16 e i 23 anni, studiano i sintomi fisici e mentali causati dal digiuno, indagano le *cause morali* a sostegno i sintomi stessi, sottolineano l'importanza di un approccio terapeutico costruttivo e, soprattutto, notano una correlazione tra un intorno familiare disfunzionale e l'insorgenza del disturbo.

Successivamente, visto il crescente interesse della comunità medica, arrivarono altre teorizzazioni molto importanti: viene rilevata, ad esempio, la paura

d'ingrassare, così come l'esistenza di strategie di controllo corporeo³ volte a monitorare il peso (Castelluccio, 2007), ossia l'odierno *body checking*.

Con l'avvento del Novecento, invece, la scienza lascia da parte ogni presupposto di spiegazione organicista e inizia a considerare l'anoressia come una patologia dalla base psicosociale e *multifattoriale*: nella seconda metà del secolo Hilde Bruch diventa una delle prime studiose a ricercare l'anoressia entro questa dimensione, sottolineando la sempre maggior diffusione della malattia che, da condizione rara e sporadica, mostrava un'evoluzione dai tratti epidemici (Castelluccio, 2007). Inoltre, la ricercatrice identifica l'importante ruolo occupato dalle retoriche del sistema mediatico e dalla socializzazione primaria che concorrevano, in parte, nel determinare le successive forme di dispercezione corporea e senso d'inadeguatezza. L'adolescenza viene invece isolata come il periodo di vita in assoluto più accomodante per lo sviluppo di un DCA.

Altri contributi importanti si hanno con Mara Selvini Palazzoli e Gerald Russel: Palazzoli nota e isola quelle caratteristiche *psicopatogene* comuni all'interno dei nuclei familiari delle pazienti, sottolineando ancora di più l'importanza giocata da questo primo luogo di socializzazione, mentre Russel determina alcune delle proprietà fondamentali necessarie per poter sia diagnosticare l'anoressia, che distinguere quest'ultima dalla *bulimia nervosa* (Castelluccio, 2007).

Da queste teorizzazioni fondamentali, nel 1992 l'anoressia entra a far parte del ICD-10 (Classificazione Statistica Internazionale delle Malattie e dei Problemi Sanitari Correlati) e, nel 1994, viene finalmente inserita all'interno del DSM-IV (quarta edizione del Manuale Diagnostico dei Disturbi Mentali).

La multifattorialità dei disturbi alimentari permette quindi di considerare gli stessi come la "*via finale comune* di vari processi patogenetici nati dall'interazione tra forze molteplici" (Castelluccio, 2007, p. 285); possiamo infatti distinguere tre

³ Il medico Jean Martin Charcot, tra l'altro il primo a parlare di *anoressia nervosa* per descrivere il grado più severo della patologia, durante la visita di una sua paziente nota un nastro rosa legato attorno alla vita della stessa, intuendo che l'utilità di quest'ultimo fosse quella di fornire alla paziente un modo tramite cui scongiurare l'aumento di peso

tipologie diverse di variabili influenti: i fattori predisponenti, i fattori precipitanti e i fattori perpetuanti la condizione.

I *fattori predisponenti*, come spiega Castelluccio (2007), agiscono sul lungo termine e corrispondono alle cause *individuali* (quali genere, età e razza in relazione ad una biografia caratterizzata dalla presenza di diete e di sovrappeso), alle cause *psicologiche* (perfezionismo, aspettative irrealistiche, ossessività, dipendenze etc.), alle cause legate a *dinamiche familiari* (rapporti difficili, ruoli poco definiti e bassa autonomia) e, infine, alle cause *genetiche* (anche se la predisposizione genetica non risulta essere una variabile così significativa).

Come continua sempre Castelluccio, i fattori che *precipitano* l'inizio di un DCA si collegano invece alla presenza di traumi fisici e/o psicologici come abusi, violenze, separazioni, lutti etc. in quanto determinano uno spostamento del focus dal vissuto esterno di disagio, dove spesso entra in campo una percezione di mancanza di controllo, al vissuto interno fisico personale, dove invece si cerca di supplire la sensazione d'impotenza.

Infine, i fattori che *perpetuano* un disturbo alimentare, corrispondono a quei riscontri positivi e negativi innescati dalla malattia stessa: i feedback positivi equivalgono all'insieme di attenzioni particolari/privilegi che il soggetto malato riceve come riflesso dell'esternazione fisica del suo disagio, mentre quelli negativi coincidono con gli effetti innescati dalla deprivazione del cibo e dalla perdita di peso, che inseriscono l'individuo all'interno di un *circolo vizioso*: più la malattia prende piede, più si accentua la "concentrazione sul cibo e sul corpo e la distorsione dell'immagine corporea" (Castelluccio, 2007, p. 287).

All'interno di queste categorie partecipano anche tutte quelle retoriche risultanti dalle specificità culturali come, ad esempio, i canoni di bellezza, i modelli d'identificazioni offerti, i discorsi pubblici e mediatici costruiti attorno alla dimensione corporea etc.

In conclusione, i disturbi alimentari, essendo delle *culture-bound syndroms* – ossia dei disturbi culturalmente correlati, o sindromi etniche per Gordon - (Domenichetti et al., 2018), si apprestano ad un maggiore grado di comprensione

quando studiati in sincrono con l'evoluzione del contesto sociale e culturale considerato, portando avanti una complessità patogenetica estremamente elevata risultante da un incrocio individuale di variabili culturalmente suggerite che, allo stesso tempo, sono anche il frutto di variabili biograficamente costruite.

3.2. La forma dei DCA: incidenza e profili.

Nello scorso paragrafo abbiamo sottolineato l'ormai pervasiva diffusione dei disturbi alimentari all'interno della società moderna, ma quali patologie vedono al loro interno i DCA? E qual è la loro incidenza?

Innanzitutto, vorremmo tracciare un profilo più netto di queste problematiche: la quinta edizione del DSM, pubblicata il 18 maggio 2013, prevede un totale di otto categorie di disturbi del comportamento alimentare, suddivise in sei categorie maggiori e due categorie residue (Cuzzolaro, 2014).

Le principali sei categorie diagnostiche corrispondono rispettivamente a: *disturbo dell'alimentazione incontrollata* (binge eating disorder o BED), *bulimia nervosa*, *anoressia nervosa*, *disturbo alimentare evitante/restrittivo* (o AFRID, il quale comprende una serie ancora più ampia di condizioni), *mericismo* (anche chiamato disturbo da ruminazione, i soggetti ingeriscono il cibo per poi sputarlo e masticarlo nuovamente) e *pica* (chi ne soffre consuma abitualmente sostanze non edibili o considerate non alimentari).

Le due categorie residue si articolano invece in: *disturbi dell'alimentazione specificati* (other specified feeding or eating disorder) e in *disturbi dell'alimentazione non altrimenti specificati* (EDNOS, eating disorder not otherwise specifies). Come spiega Cuzzolaro (2014), queste ultime nascono con lo scopo di raccogliere le forme parziali/sottosoglia delle psicopatologie principali e, ancora, di includere altre forme morbose di relazione con il cibo.

La prima categoria residua riguarda, generalmente, le situazioni in cui si presentano solo una parte dei sintomi necessari al fine di diagnosticare uno dei

disturbi maggiori, e comprende anche patologie quali la *night eating syndrome* (sindrome dell'alimentazione notturna) o di *purging disorder* (disturbo con condotte d'eliminazione).

La categoria degli EDNOS nasce, invece, con lo scopo di includere tutte quelle casistiche in cui si vuole indicare la presenza di un disturbo alimentare ma, per una serie di motivi, non è possibile segnalarne i sintomi – ad esempio per una mancanza di dati – (Cuzzolaro, 2014).

Tali categorizzazioni nascono quindi con lo scopo di orientare i medici e di regolamentare le prognosi di questi ultimi, proponendosi come utili dispositivi medico-diagnostici.

Tuttavia, considerando soprattutto le due categorie residuali, risulta ancora più evidente la complessità di queste problematiche: non è sempre possibile, infatti, identificare chiaramente le avvisaglie del disagio, così come non sempre risultano essere presente tutti quanti i sintomi evidenziati dal DSM-V, per cui si ricorre alle forme *atipiche* del disturbo; un esempio sono l'anoressia e bulimia che, in alcune casistiche, vengono definite *silenziose*: i loro effetti risultano però essere ugualmente invalidanti, forse doppiamente problematici in quanto la diagnosi può arrivare dopo un processo di analisi/riconoscimento molto più lungo.

In merito a quest'ultimo punto, risulta utile introdurre anche il fenomeno del *crossover* che, all'interno dei disturbi del comportamento alimentare, porta in luce una certa fluidità: non è infatti raro che i pazienti passino da una forma di disturbo all'altra, così come non è raro che gli stessi mostrino, contemporaneamente, più sintomi imputabili a DCA differenti. Riva (2012, p. 57), a tal proposito, definisce questo rapporto come un "*continuum* sia in senso diacronico sia sincronico", ossia come un circolo vizioso che reitera le condotte disfunzionali e che sfuma i propri confini categorizzanti le diverse patologie esistenti. Ciò accade in particolar modo tra anoressia e bulimia: lunghi periodi di restrizione calorica fisica e/o mentale aumentano, infatti, i livelli di fame, spingono ad abbuffate fisiologiche, fortificano i sensi di colpa e rafforzano la preoccupazione verso la sfera corporea suggerendo, quindi, un inasprimento dei comportamenti di compensazione (ad esempio

l'esercizio fisico eccessivo e l'induzione di vomito) o un peggioramento della deprivazione alimentare (Riva, 2012); questi ultimi, a loro volta, innescheranno nuovamente il meccanismo iniziale spingendo verso la sensazione di controllo e di sicurezza falsamente offerta dal disturbo alimentare.

In ogni caso, anche se il DSM permette di sondare clinicamente il rapporto tra l'immagine di sé e l'identità sociale (sia mediata che individuale), esso non risulta essere sufficiente al fine di descrivere e identificare esaurientemente un rapporto tanto complesso (Riva, 2012): il rischio è quello di cadere in categorizzazioni troppo generalizzate ed esclusive.

Ma qual è, invece, la prevalenza effettiva di questa pervasiva categoria di psicopatologie?

Come già accennato, nonostante i numerosi studi volti ad indagare una condizione così diffusa, risulta difficile giungere ad un quadro epidemiologico in grado di spiegare e catturare fedelmente l'incidenza e la multifattorialità causale mostrata dai disturbi alimentari: oltre alla complessità portata dai criteri diagnostici appena visti, Gentile (2007, p. 168) denuncia una "ostinata negazione della patologia da parte dei soggetti che ne sono affetti" la quale, sommandosi alla natura facilmente occultabile delle forme meno gravi, determina la difficoltà nel riconoscere, e denunciare, molti casi.

Mosse queste precisazioni, è comunque possibile leggere un *pattern* ricorrente. Come già accennato, i disturbi del comportamento alimentare affliggono in maniera più importante le donne di età compresa tra i 15 e i 19 anni: oltre il 90% degli individui affetti da un DCA risulta, infatti, appartenere alla popolazione adolescenziale femminile, benché forme tardive (negli individui di 30-40 anni) e prepuberali (nei bambini) stiano diventando più comuni (Mangweth-Matzek e Hoek, 2021); similmente, anche la percentuale di popolazione maschile interessata mostra un trend in salita (Van Eeden et al., 2021).

In Occidente, le diverse classi socioeconomiche e i differenti gruppi etnici sembrano essere colpiti allo stesso modo, anche se emerge una presenza maggiore di DCA all'interno dei grandi centri urbani (Gentile, 2007; Riva, 2012).

La mortalità risulta essere piuttosto elevata: si aggira attorno al 3% (Pallecchi, 2007) e, nella maggior parte dei casi, è il risultato di complicanze mediche o di atti estremi di suicidio (Gentile, 2007).

Al giorno d'oggi, l'anoressia mostra un andamento stabile con un'incidenza dello 0,5-1%, mentre la bulimia sembra essere in aumento con un andamento pari al 2-3% (Pallecchi, 2007).

Inoltre, l'Istituto Superiore di Sanità (ISS) riporta che solamente una bassa percentuale di pazienti anoressici arriva ad una guarigione completa: spesso permangono sintomi ossessivo-compulsivi, fobie e dipendenze, mentre due terzi degli stessi continuano a vivere un rapporto problematico con la dimensione corporea ed alimentare, e ancora il 40% sviluppa sintomi propri della bulimia inserendosi, quindi, all'interno del continuum appena considerato.

Van Eeden et al. (2021) evidenziano una prevalenza *lifetime* mondiale dell'anoressia nervosa pari al 4% nelle donne e allo 0.3% negli uomini, mentre la prevalenza della bulimia nervosa arriva al 3% nella popolazione femminile e all'1% nella popolazione maschile. I medesimi autori, però, sottolineano una spiccata sensibilità dei risultati epidemiologici: oltre l'eterogeneità delle metodologie, degli strumenti, delle popolazioni scelte e delle tecniche di raccolta dati utilizzati nelle varie analisi, le modificazioni dei criteri diagnostici presentati all'interno delle diverse edizioni del DSM influenzano in maniera importante l'andamento dei risultati stessi. Inoltre, come spiegano Qian et al. (2021), gli studi volti ad indagare questa dimensione (utilizzando soprattutto i più recenti criteri del DSM-V) sono ancora pochi e limitati ad alcune aree geografiche.

Tenendo a mente questi punti, i disturbi del comportamento alimentare mostrano comunque dei numeri piuttosto imponenti che, ancora di più, sottolineano l'importanza di sviluppare un'efficace serie di sistemi d'azione e di politiche di prevenzione più attente ed inclusive.

3.3. L'ossessione per l'alimentazione sana: l'ortoressia e la *diet culture*

Come abbiamo appena visto, il DSM-V include e presenta le numerose tipologie e declinazioni dei disturbi alimentari che affliggono la società moderna. Tuttavia, esistono diverse manifestazioni morbose che, nonostante una considerevole diffusione all'interno della quotidianità occidentale, non hanno ancora ottenuto un riconoscimento scientifico ufficiale o un posto all'interno delle categorie diagnostiche principali (Castoldi e Riva, 2016): un esempio è quello fornitoci dell'*ortoressia*.

Dai termini greci *orthos* (giusto) e *orexis* (appetito), l'ortoressia descrive un'ossessione patologica verso l'alimentazione sana, tanto da generare nell'individuo “un vero e proprio fanatismo alimentare, un complesso di superiorità basato sul cibo che lo porta a disprezzare chi non mangia sano” (Ganci, 2015, p. 1).

Come spiegano Castoldi e Riva (2016) è nel 1997 che, grazie al contributo del dietologo statunitense Steven Bratman, questa condizione viene identificata e descritta per la prima volta come un vero e proprio disturbo alimentare anche se, in seguito ad alcune caratteristiche – come la ruminazione mentale costante riguardo quale cibo scegliere in base alle sue proprietà nutrizionali, la pianificazione e la preparazione dello stesso secondo modalità rituali etc.-, la comunità scientifica la collega maggiormente al gruppo dei disturbi ossessivo-compulsivi.

Più precisamente, chi soffre di ortoressia presenta un livello d'autocontrollo molto elevato che permette di costruire la propria alimentazione sulla base di rigidi criteri di selezione legati alla *qualità* del cibo, piuttosto che al gusto e al piacere derivanti dallo stesso (Novara et al., 2017).

A livello sociale, oltre agli atteggiamenti dispregiativi indirizzati verso chi adotta uno stile di vita diverso, l'ortoressia conduce ad una progressiva riduzione della socialità e ad un'importante insoddisfazione affettiva (Ganci, 2015): a causa

delle severe regole autoimposte si tendono ad evitare i numerosi momenti di scambio innescati dalla consumazione di cibo, isolandosi progressivamente.

A livello fisico, chi soffre di ortoressia può andare in contro a stati di malnutrizione, oppure presentare squilibri di vario genere causati dalla selettività alimentare normativa che provoca una notevolmente diminuzione della varietà alimentare (Novara et al., 2017).

A livello psicologico, invece, l'individuo sperimenta un senso di appagamento, un aumento di autostima e di senso di controllo nel momento in cui gli imperativi interni alimentari vengono rispettati, salvo poi vivere importanti sensi di colpa, rabbia e frustrazione a seguito di ogni minima *trasgressione*, inserendosi all'interno del circolo vizioso proprio dei disturbi alimentari (Ganci, 2015) che inasprisce maggiormente il regime totalitario autoimposto.

In generale, come spiegano Novara et al. (2017), l'ortoressia mostra diversi sintomi in comune - determinando quindi un crossover - con l'anoressia nervosa: perdita di peso, pensieri intrusivi riguardo il cibo, impoverimento della vita sociale, perfezionismo etc. compaiono all'interno di entrambi i disturbi, nonostante la matrice risulti essere diversa in quanto, nell'anoressia, il fine è quello di perdere peso e la paura è quella d'ingrassare, mentre nell'ortoressia lo scopo si riflette nella costruzione di un'alimentazione sana, o comunque molto selezionata.

In sostanza, per gli individui affetti da questa condizione “l'attenzione del cibo prevale sui valori morali e sulle relazioni sociali, lavorative e affettive, minando il funzionamento globale e il benessere dell'individuo” (Ganci, 2015, p. 2): il quadro emergente risulta essere altrettanto problematico e debilitante.

Per quanto riguarda le evidenze epidemiologiche, Novara et al. (2017) sottolineano la presenza di dati piuttosto eterogenei, in quanto ugualmente eterogenee sono le metodologie utilizzate nei diversi studi volti ad inquadrare l'incidenza del fenomeno: per questi motivi, non è possibile fornire una visione globale dei risultati e tracciare la loro relazione con il sesso, l'età, l'etnia o la classe sociale di appartenenza degli individui interessati. Seguendo però i dati offerti dal Ministero della Salute, dei tre milioni di pazienti italiani colpiti da disturbi

alimentari, trecentomila di questi sarebbero affetti da ortoressia (Ganci, 2015): un ordine di grandezza molto rilevante.

Cosa si cela, invece, dietro all'ossessione per il cibo sano?

Secondo Stagi (2002, p. 105)), i punti cardine di questa patologia si basano su di un'impronta molto più *strutturale*: infatti, "ciò che in realtà ricercano queste persone non è tanto un alimento giusto, quanto piuttosto risposte ad angosce e paure più generali e indefinibili", mostrando una relazione società-cibo dai tratti sempre più nevrotici.

Sintomo di questo tipo di rapporto sono le numerosissime diete nate nel corso degli anni: la zone, la dukan, la atkins, la dieta macrobiotica, la dieta del gruppo sanguineo, la dieta dissociata, la dieta chetogenica (la quale ricordiamo essere, in realtà, un protocollo medico-alimentare che necessita di un controllo periodico e costante da parte dei professionisti), la dieta raw, i cicli di detox etc.

Le diete vengono così presentate come *miracolose*, si propongono come la strada risolutiva per tutti i *corpi devianti* e iniziano ad acquisire fama e popolarità: spot ad hoc, riviste, messaggi pubblicitari, social network e discorsi quotidiani contribuiscono alla costruzione e al mantenimento della diet culture e del business del regime alimentare, associando la dieta ad una *Blitzkrieg*, ossia ad una "guerra lampo durante la quale tutto sembra facile (...) e i chili cadono l'uno dopo l'altro, senza opporre una grande resistenza" (Zermati e Apfeldorfer, 2013, p. 2), per cui un eventuale fallimento risulta essere ancor più mal tollerato.

Proprio a causa dell'ampia popolarità e diffusione, le diete sembrano quasi accantonare i loro fondamenti scientifici di nutrizione, biologia e chimica per cui gli individui, divenuti *tuttologi*, sentono una legittimazione nel creare i propri personali piani dietetici senza interpellare uno specialista, oppure percepiscono di possedere la competenza necessaria per dispensare consigli a familiari ed amici: il cibo viene categorizzato in *buono* e in *cattivo*, in *adatto* e in *inadatto* e, sulla base di esso, si erge parte di quella stigmatizzazione precedentemente trattata. Si assegna il valore morale di un pasto. Si costruisce il valore morale di un corpo, il valore totale di un attore sociale.

3.4. Al di là del cibo: dallo sport alla *body modification*

Sin ora abbiamo considerato il cibo come dispositivo principale tramite cui controllare il corpo e le sue dimensioni tangibili e intangibili, così come abbiamo esplorato alcune delle sue declinazioni all'interno dei disturbi del comportamento alimentare. Tuttavia, esso non risulta essere il solo protagonista di questi orizzonti specifici: il processo di disciplinamento e di plasmazione corporea può svilupparsi anche da altre rive, trovando uguale collocazione disfunzionale all'interno di quelle stesse cornici.

Come sottolinea Stagi (2009), la battaglia intercorrente tra sé stessi, il grasso e le spinte alimentari viene spesso portata avanti anche da coloro che, alla fabbricazione corporea, vi associano un progetto di vita.

Un esempio di questo nuovo fronte è rappresentato dai *bodybuilder* o dagli appassionati di fitness, i quali fanno dell'allenamento in palestra e dell'alimentazione una vera e propria filosofia, una passione, un lavoro e, in alcuni casi, una patologia: la *vigoressia*, anche chiamata *sindrome di Adone*⁴, *bigorexia* o *anoressia inversa*, descrive infatti una condizione identificata da una spiccata insoddisfazione corporea legata alla convinzione di non essere mai sufficientemente muscolosi ma sempre troppo smilzi, esibendo quindi tutti i presupposti per isolare la presenza di un dismorfismo corporeo.

Stando ai dati riportati da Salvini (2012), gli individui principalmente colpiti da questo disturbo sono gli uomini in età compresa tra i 25 e i 35 anni, seguiti da quelli tra i 18 e i 24 anni (anche se i casi stanno aumentando negli over 40); solamente in Italia la vigoressia interesserebbe più di 670mila individui e, secondo Ferrari e Ruberto (2012), essa incorporerebbe almeno il 10% degli iscritti alle palestre.

Ma quali sono le caratteristiche di questa patologia? Qual è la sua genesi?

⁴ Adone è il protagonista di un mito greco e ricalca lo standard di mascolinità

Innanzitutto, nonostante il culto del fisico, dei muscoli e della forza sia molto antico, la descrizione di questa problematica è piuttosto recente: nel 2000 lo psichiatra Harrison Pope pubblica un saggio, *The Adonis Complex*, nel quale inquadra per la prima volta il fenomeno, definendolo come *complesso di Adone* (Ferrari e Ruberto, 2012; Stagi, 2012).

Il fisico massiccio, la costruzione muscolare e i protocolli d'allenamento mirati all'ottenimento degli stessi arrivano già nell'Ottocento con la diffusione dei primi macchinari ginnici (Ferrari e Ruberto, 2012), per poi emergere totalmente con il *bodybuilding*: disciplina che diventa sempre più popolare dal secondo dopoguerra grazie anche al fatto che, un fisico scolpito, poteva essere un modo tramite cui guadagnare un salario.

I sintomi principali di questa patologia, riportati da Ferrari e Ruberto (2012), corrispondono a: dispercezione fisica, insoddisfazione corporea costante, bassa autostima, costruzione di un rapporto di dipendenza verso l'esercizio fisico (in alcuni casi anche verso sostanze dopanti/anabolizzanti) e l'adozione di un regime alimentare ossessivo/squilibrato nei macronutrienti, mostrando quindi una vicinanza con l'ortoressia.

Come riportano le due autrici, l'individuo vigoressico raggiunge un progressivo isolamento sociale al fine di perseguire dieta e palestra e, a fronte della dispercezione corporea, il fisico diventa fonte di un importante disagio, influenzando negativamente la quotidianità: le sedute di allenamento estenuanti, la dieta sbilanciata e l'abuso di anabolizzanti possono portare a seri problemi fisici (sovrallenamento, astenia, aritmie cardiache, problemi articolari, debilitazione del sistema immunitario, complicanze renali, ormonali, endocrine etc.), mentre i risvolti psicologici sfociano nella depressione, in tendenze suicide ed autolesionismo.

Sempre secondo Ferrari e Ruberto, l'eziopatogenesi si muove su tre livelli: quello genetico, quello psicologico e quello sociale; al di là dei fattori biologici predisponenti e dei vissuti personali, l'Adone moderno vive i muscoli come un'armatura che “assume ambivalenze difensive e narcisistiche, esprimendo un

disagio psichico altrimenti non elaborabile e riferibile verosimilmente a problematiche identitarie” (Ferrari e Ruberto, 2012, p. 376), ossia una corazza la cui funzione è quella di seguire le pulsioni contrastanti della cultura odierna, responsabile di diffonde uno standard di fisicità maschile che “si aggrappa all’idea del successo che un corpo muscoloso sembra garantire, divenendo quindi la muscolatura un simbolo della dominanza e del controllo del maschio” (ibidem), proponendosi quindi come strumento utile a rimarcare la propria posizione di *Maschio*, in un contesto ove i ruoli di genere mutano invece molto velocemente.

È all’interno del medesimo contesto, ossia quello definito dalle regole della modernità occidentale, che anche lo sport riflette pienamente le contraddizioni della modernità: è così che l’attività sportiva si adegua all’eccesso e all’austerità di una società contemporanea che lega indissolubilmente un self di successo ad un corpo di successo (Stagi, 2012). E la definizione di successo, chiaramente, è fornita dai medesimi orizzonti culturali.

Con questi presupposti, il corpo diviene un progetto che, potenzialmente, potrebbe non vedere mai una fine: Stagi (2012) lo paragona ad una tela che il pittore (il self) tenta di rendere perfetta e speciale, seguendo le indicazioni proposte dalla galleria d’arte (la società e i modelli di paragone) al fine di conquistare un posto di prestigio all’interno della stessa. La metafora artistica, che vede l’individuo e la società come demiurghi creatori di sé, non trova espressione solo nelle pratiche sportive, ma anche attraverso tutte quelle forme di modificazione corporea (quali i tatuaggi, i piercing, la gli interventi estetici, i cosmetici, la depilazione, le tinte etc.) che, alla stessa maniera, possono diventare il fulcro dei processi identitari acquisendo però le forme di un’ossessione, nell’ottica di un “continuo lavoro di costruzione e mantenimento” (Stagi, 2012, p. 89) che sfida inclinazioni personali, limiti fisici, predisposizioni genetiche e il Tempo stesso: come ricorda Ruggiano (2019), l’uomo cerca da sempre di modificare la propria immagine esterna mediante pratiche divenute, nel corso degli anni, sempre più specifiche e raffinate.

Nell'epoca moderna, dove l'asse bellezza-gioventù ha acquisito una posizione centrale, l'utilizzo di queste modificazioni artificiali raccoglie sempre più adesioni: un campo sempre più frequentato è quello della chirurgia estetica che, in tutto il mondo, vede una grande diffusione. Gli individui ne fanno uso per contrastare l'invecchiamento naturale del corpo, per togliere il grasso da alcuni punti, per scolpire i muscoli, per aumentare le proporzioni, per smussare angoli e correggere difetti: la percezione di sé, i canoni fisici culturali e il culto della giovinezza alimentano questo meccanismo d'insoddisfazione e ricerca della perfezione.

Sempre secondo l'autrice, le cause che conducono un numero crescente di individui a ricorrere alla chirurgia plastica sono da ricercare nell'allungamento della vita media (che ha influito sugli stili di vita, dilatando i vari stadi della stessa), nella diminuzione dell'indice di natalità, nella modificazione delle strutture/dinamiche familiari (che hanno modificato le relazioni interpersonali) e, infine, nel bisogno di *conservare* gioventù e bellezza come se, dopo una certa età o forma fisica, si possa arrivare ad una *data di scadenza*; in alcuni casi gli *inestetismi* divengono tanto intollerabili da influenzare negativamente la vita sociale, lavorativa e relazionale dei soggetti: la chirurgia estetica si propone quindi come un'altra Blitzkrieg.

Tuttavia, quando il desiderio di cambiare una parte di sé nasce da un disagio psicologico di fondo, da una dispercezione corporea o da un ulteriore disturbo mentale, ogni modificazione corporea non risulterà mai sufficiente, non porterà mai a quella *soddisfazione* tanto ricercata e, così come per il cibo e per lo sport, il soggetto potrebbe confezionare una forma di dipendenza patologica e rischiosa per la propria salute e benessere.

In conclusione, tutti questi legami ossessivi che intersecano l'individuo, la sua mente, il suo fisico e il corpo sociale, si presentano come delle *soluzioni* facili, veloci e definitive che, in realtà, *soluzioni* non sono.

Capitolo 4.

Il racconto mediatico del corpo e dei disturbi alimentari

In una società che attribuisce un'importanza decisiva all'immagine estetica con cui ciascuno si presenta agli altri, sapendo di essere molto spesso giudicato esclusivamente in base a tale immagine, quando questa immagine non corrisponde ai canoni di bellezza diffusi nella società, l'obesità o l'eccessiva magrezza si trasformano in un modello negativo di personalità.

Umberto Galimberti, *I vizi capitali e i nuovi vizi.*

Come spiegato nel corso dei precedenti capitoli, il corpo acquisisce per la biografia umana e sociale una posizione determinante: senza di esso, l'individuo e l'attore sociale non sarebbero tali (Le Breton, 2021) in quanto la forma corporea diviene un biglietto da visita, uno strumento e un mezzo tramite cui esperire, elaborare e plasmare sé stessi, il mondo e i simboli di cui si compone.

Il corpo moderno, soggettivamente e collettivamente elaborato tramite un'immagine di sé che può essere reale, ideale, percepita o suggerita, si sottopone a diverse elaborazioni ed influenze che possono portarlo ad acquisire i tratti di un dispositivo amico o nemico in base alla gestione dello stesso e alle cornici culturali entro il quale si situa: l'epoca moderna, come abbiamo già sottolineato, suggerisce ideali estetici, a volte utopici e irreali, che possono sfociare in valutazioni negative del self e/o dell'alter, facilitando così lo sviluppo di comportamenti stigmatizzanti e di patologie mentali legate all'insoddisfazione corporea come, appunto, alcuni disturbi del comportamento alimentare.

I medesimi messaggi e ideali estetici trovano facile veicolazione all'interno del sistema mediatico che, con l'avanzare della modernità, si è evoluto in forme che hanno reso possibile ottimizzare e facilitare ulteriormente la comunicazione e l'interconnessione: dai giornali alle radio, dalle televisioni al web.

Mediante il presente capitolo vogliamo quindi soffermarci sulla posizione che i media ricoprono all'interno di questa complessa relazione, esplorando alcuni dei principali discorsi che i dispositivi mediatici utilizzano per costruire la messa in scena della corporeità stessa e dei disturbi alimentari.

4.1. Il ruolo dei media nella percezione corporea: confronto e insoddisfazione

Come abbiamo illustrato negli scorsi capitoli, l'immagine corporea è un costrutto multidimensionale che prende forma attingendo dalle diverse componenti percettive e valutative elaborate dagli individui riguardo il loro aspetto fisico. Più precisamente, come sottolineano Nerini et al. (2009), l'immagine corporea si fonda sulle valutazioni soggettive derivate da ciò che l'individuo ha elaborato riguardo il proprio corpo in relazione allo spazio in cui si situa (*componente percettiva*), dal modo in cui si giudica (*componente attitudinale*), dei sentimenti provati verso sé stesso (*componente affettiva*) e, infine, dal livello di attività fisica e dal tipo di alimentazione (*componente comportamentale*): come riportato dalle medesime autrici (p. 1), l'immagine corporea risulta quindi essere una dimensione decisamente importante, in quanto è proprio “da queste componenti (che) si può capire come l'immagine che ognuno ha del proprio corpo comprenda la persona nella sua globalità, in tutti gli aspetti del suo essere”.

Sempre Nerini e colleghe evidenziano la presenza di due motori fondamentali a sostegno dell'immagine corporea: la *body image evaluation* (o salienza motivazionale) e la *body image investment* (o salienza dell'autovalutazione). La *body image evaluation* corrisponde al livello di soddisfazione del proprio aspetto sulla base del grado di compatibilità tra la percezione di sé e gli ideali estetici dominanti; essa determina il valore che gli individui attribuiscono a quell'insieme di pratiche utilizzate per plasmare l'*apparenza*.

La body image investment corrisponde invece ai modi tramite cui gli individui giudicano il proprio aspetto fisico legandolo intrinsecamente al valore del Self e riflettendolo, potenzialmente, all'interno delle dinamiche disfunzionali; ciò avviene sulla base del desiderio di ridimensionare l'insoddisfazione causata dall'immagine di sé distorta o percepita come negativa, inadeguata e deviante.

L'insoddisfazione risulta essere un elemento importante per lo sviluppo dei disturbi del comportamento alimentare (e di altre problematiche psicologiche quali depressione, dipendenze, ansia etc.). Secondo alcuni studi (Nerini et al. 2009), infatti, l'indice di massa corporea (BMI) e l'insoddisfazione corporea si inseriscono all'interno di una relazione lineare: all'aumentare del primo si assiste, generalmente, ad un aumento della seconda, soprattutto per quanto riguarda la popolazione femminile.

Ma quali sono gli elementi che, all'interno della società moderna, giocano un ruolo fondamentale nello sviluppo dell'insoddisfazione o della soddisfazione corporea? Nerini et al., nella stessa analisi, riportano il *Modello Tripartito di Influenza* elaborato nel 1999 da Thompson et al., il quale evidenzia tre fattori determinanti nel rapporto con la propria immagine: l'intorno familiare, il gruppo dei pari e i mass media. Concentrandoci ora su quest'ultima dimensione, il sistema mediatico è considerato un rilevante agente di socializzazione secondaria e un *luogo* sociale in sé, che porta la fondamentale caratteristica di riuscire a raggiungere e collegare singoli e gruppi d'individui all'interno del mondo, toccando differenti fasce della popolazione in breve tempo (Folegatti, 2016).

I media, oltre che facilitare l'informazione, l'interazione tra gli individui e la condivisione di contenuti tramite una presenza costante e permeante, svolgono una funzione che Folegatti (2016, p. 32) descrive essere *modellizzante*: il medium "cattura rappresentazioni semplificate e parziali della realtà, associando ad esse valori, rituali e simboli, e poi li restituisce al pubblico come modelli da imitare". Assoggettato a questo meccanismo vi troviamo spesso il corpo, il quale vede declinarsi all'interno degli odierni ideali di perfezione, magrezza, gioventù e successo.

Inoltre, con lo sviluppo dei social media (Twitter, Facebook, Instagram, TikTok etc.), i contenuti e i livelli d'interazione che un tempo erano scanditi dalle diverse redazioni/società emittenti, sono oggi avvicinati e gestibili dai singoli individui, i quali hanno visto nascere la possibilità di formare comunità online e di condividere in autonomia immagini, messaggi e valori: la propria vita e quella altrui diventano così dimensioni molto più accessibili.

Così come accade con la televisione, però, anche all'interno dei new media la quotidianità proposta viene *selezionata*, per cui le immagini e i video condivisi possono andare in contro ad artificiosità e modificazioni di vario genere: basti pensare ai *filtri* di Instagram in grado di cambiare all'istante i lineamenti (fig. 4.1), alle pose e all'illuminazione scelte al fine di rendere diversamente la propria immagine (fig. 4.2) e alle numerose app che permettono di smussare ed allargare le proporzioni corporee, nascondere la cellulite o i brufoli, rimuovere le rughe o aggiungere muscoli (fig. 4.3).

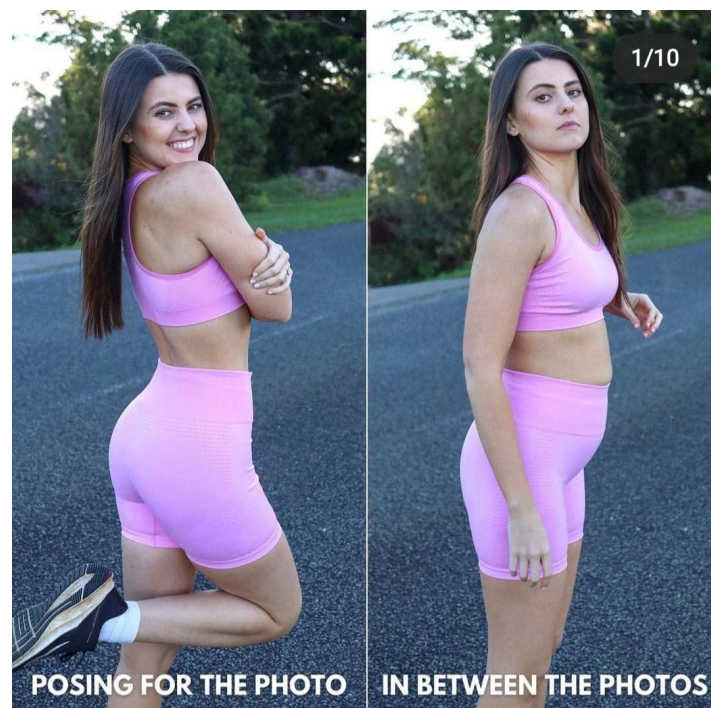


Figura 4.1 – dal profilo Instagram di @breeelenehan, l'immagine mostra due foto scattate a distanza di pochi secondi l'una dall'altra: nella prima il soggetto utilizza una posa volta a valorizzare/nascondere determinate parti del corpo, la seconda mostra invece il corpo originale e rilassato in una posa naturale.



Figura 4.2 – l'immagine mostra il funzionamento di un filtro di *Instagram*, il quale affina la qualità della pelle, aggiunge make-up, elimina discromie/imperfezioni, rimpolpa le labbra ed affina il naso. *Fonte: Metro.co.uk*

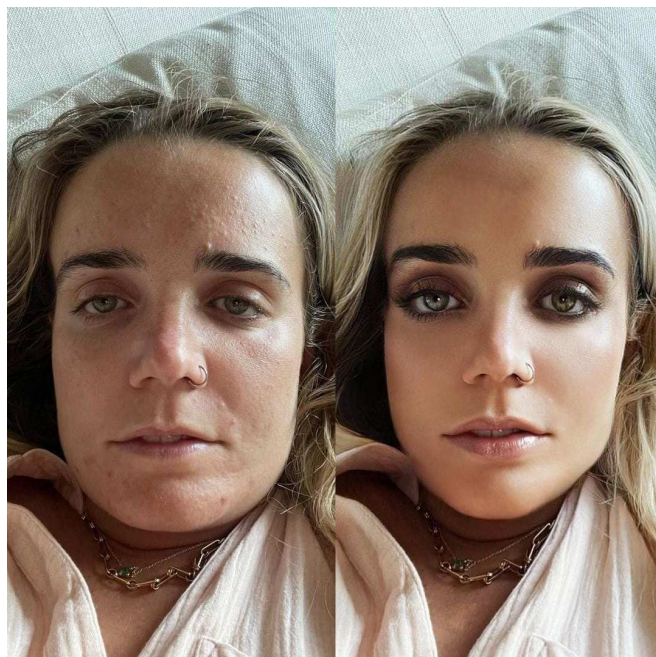


Figura 4.3 – *Emily Clarkson* in questa foto pubblicata su *Instagram* mostra un esempio di com'è possibile modificare il proprio aspetto utilizzando le funzionalità di un'applicazione apposita. *Fonte:*

Come sostengono Saunders et al. (2020), i mass media (i social media in particolare) sono tra i principali canali di comunicazione all'interno dei quali si

diffondono norme, prescrizioni e orientamenti circa l'apparenza fisica. Gli autori riportano che, la visione e la condivisione di determinate immagini incentrate su di un'apparenza irrealisticamente perfetta, rafforzano l'auto-oggettivazione, le pratiche di controllo, gli stereotipi di genere, l'insoddisfazione corporea e lo sviluppo di disturbi alimentari, facilitando la comparazione fisica tra sé stessi e gli alter: secondo la teoria del confronto sociale di Festinger, gli individui valutano il proprio self sulla base di quelli altrui, utilizzando questi ultimi come termini di paragone e linee guida (Hogue e Mills, 2019). Come spiegano Fardouly et al. (2017), il terreno che sembra essere maggiormente attraversato da questo tipo di confronti tra self-alter corrisponderebbe a quello del *reale*, seguito però da quello del *virtuale* proposto dai new media.

Riguardo quest'ultimo passaggio, alcuni studi (Fardouly et al. 2017; Hogue e Mills 2019; Saunders et al. 2020) riportano che la fruizione dei social media risulta avere un impatto psicologico più importante di quella mostrata dai media tradizionali: i social network permettono un approccio *interattivo* maggiore rispetto a quello più *passivo* della televisione o delle riviste e, inoltre, essi non circoscrivono il confronto a personalità unicamente *distanti* dall'individuo comune (icone della moda, star, personaggi famosi etc.), bensì consentono di costruire un parallelo con gruppi di individui più *vicini* a sé (amici, famiglia, coetanei), venendo quindi percepiti come più *reali*.

Sempre Fardouly et al. sottolineano, inoltre, che la parte di popolazione più propensa a muovere comparazioni estetiche negative tra sé e altri individui considerati più attraenti corrisponde a quella femminile: questa tipologia di raffronti, irrobustita dal tipo di quotidianità presentata nei contenuti mediatici esteticamente orientati, porta con sé gli effetti negativi più rilevanti sull'immagine corporea delle donne in quanto rafforza il sentimento d'inferiorità e di insoddisfazione che, come abbiamo già sottolineato, è un fattore determinante per lo sviluppo dei disturbi legati all'immagine.

4.2. Le retoriche e le narrazioni medialiali del corpo femminile: il genere del cibo

Come abbiamo già esposto, l'oggettivazione, l'auto-oggettivazione e l'insoddisfazione corporea sono processi socialmente rilevanti che trovano un sostegno importante all'interno di quelle retoriche alimentari e corporee, in questo senso disfunzionali, amplificate da determinate narrazioni mediatiche. Similmente, esse alimentano anche la disparità di genere e il dato per scontato che caratterizzano e *differenziano* a livello sociale il sesso femminile dal sesso maschile (Saunders et al. 2020): la diffusione, e la conseguente visione, di determinate immagini e situazioni che legano apparenza, genere d'appartenenza e pratiche alimentari ricalcano i medesimi pattern stereotipati e le stesse dinamiche di potere tra genere che possiamo ritrovare anche all'interno della quotidianità.

Stagi (2016, p. 56), concentrandosi sulla televisione, descrive il medium come un *territorio di genere* all'interno del quale vengono "messi in scena modelli di maschilità e femminilità conformi all'ordine sociale di genere".

L'autrice, portando in esempio numerosi format televisivi culinari (*Masterchef*, *Cortesie per gli ospiti*, *La prova del cuoco* etc.), presenta le differenti figure che compaiono al loro interno: di norma, quando il conduttore/chef è un uomo, esso comunica un modello di *maschilità egemonica* che suggerisce autorità, autorevolezza, conoscenza e professionalità; il ruolo che occupa è quello di un esperto competente in ambito alimentare, di un giudice o di un cuoco professionista raccontato tramite posizioni *virili* e decise, le braccia conserte e lo sguardo fermo mentre indossa una divisa ufficiale immerso in un background dai colori scuri (figura 4.4): tutto questo enfatizza la dimensione della mascolinità. Nelle casistiche in cui avviene uno sconfinamento dello chef all'interno del *mondo femminile*, le sue caratteristiche vengono esaltate, quasi estremizzate e caricature, al fine di creare una distanza netta tra i due mondi e suggerire che, il superamento dei confini, è avvenuto per motivi puramente professionali o per gioco.

Al contrario, spiega Stagi, la presenza femminile suggerisce un collegamento con la figura della *donna tradizionale*, producendo continui rimandi alla funzione di *cura*, di *nutrimento* e di *sensualità*: la protagonista viene inserita all'interno di scenografie che ricostruiscono un ambito domestico, le pose assunte sono confortanti e materne, o maliziose ed ammiccanti, gli abiti di scena sono eleganti e aderenti, o ancora semplici e colorati (figura 4.5); dal punto di vista professionale, le donne risultano meno autorevoli della loro controparte maschile, alle volte sembrano quasi *incompetenti* e bisognose dell'appoggio di figure maschili più capaci (un esempio è Antonella Clerici ne *La prova del cuoco*).



Figura 4.4 - Locatelli, Canavacciolo e Barbieri (giudici in *Masterchef Italia*): nell'immagine presa dal profilo *Facebook* ufficiale del programma, gli chef sono ritratti in pose decise e autorevoli mentre indossano un completo formale. *Fonte: MasterChef Italia*

Figura 4.5 - Benedetta Parodi ne *I Menù di Benedetta*: la conduttrice indossa un vestito aderente e scollato mentre, sorridendo al pubblico, mostra degli utensili culinari. *Fonte: cliomakeup.com*



Alla stessa maniera, anche la spinta verso il corpo femminile snello e perennemente a dieta risulta essere presente all'interno di questi programmi: la donna cucina i suoi piatti seguendo il desiderio dei propri figli o del marito e, nel

momento in cui la ricetta è ultimata, difficilmente la si vede consumare ciò che ha appena creato, ricordando continuamente la necessità di seguire un'alimentazione dietetica e *corretta* al fine di preservare una *certa linea* (Stagi, 2016), utilizzando così un campo di significati che possiamo definire avere dei tratti quasi *ortoressici*.

Inoltre, i persistenti riferimenti verso il *proibito alimentare* e all'eccesso da un lato, ma alla disciplina e alla perfezione fisica dall'altro, costruiscono un panorama ambiguo che ricalca perfettamente le spinte contraddittorie della società contemporanea, contribuendo a sedare e a fomentare simultaneamente le diverse tipologie di pulsioni.

Le analisi riportate da Calamita (2014) in merito ai differenti format/pubblicità italiani suggeriscono la presenza di due tipologie di femminilità: la *showgirl muta* (o la *bambola vivente*) e l'*angelo del focolare*. Alle prime viene chiesto di ballare, sorridere, ammiccare e cantare affiancando i conduttori principali (un esempio sono le *veline* di *Striscia la Notizia* o le *Professoresse* de *l'Eredità*), oppure vengono rivestite da una forte carica sessuale che esalta la funzione della donna-seduttrice. Alle seconde viene invece chiesto di controllare i propri istinti e di gestire l'ambiente domestico/familiare, apparendo quindi come donne casalinghe e quasi *sante*.

Specularmente, gli uomini rappresentati ricalcano i ruoli del *breadwinner* (l'uomo lavoratore a capo della famiglia), dello *chef creatore* (figura professionale competente) e dell'*Adamo postmoderno* (l'uomo che si lascia sedurre dalla bambola vivente cadendo nella tentazione di un'alimentazione proibita o di altri vizi), occupando così posizioni ideologicamente più *dominanti* rispetto a quelle femminili (Calamita, 2014; Stagi, 2016).

I discorsi mediatici sembrano quindi svilupparsi attorno a un terreno che, soprattutto nelle donne, facilita la comparsa del senso d'inadeguatezza e di malcontento verso un corpo che non trova rappresentazione all'interno della *normalità* mediaticamente proposta; quest'ultima, secondo Stagi (2016, p. 76), può essere paragonata a un *terreno di coltura* "configurabile come una situazione

preclinica”, all’interno del quale i disturbi del comportamento alimentare trovano numerosi punti d’appoggio.

4.3. I media come strumenti funzionali e disfunzionali ai DCA: la doppia presenza

Nello scorso capitolo abbiamo presentato la multifattorialità causale alla base dei disturbi del comportamento alimentare, dividendo le variabili coadiuvanti in tre categorie principali, ovvero quella dei fattori predisponenti, quella dei fattori precipitanti e quella dei fattori perpetuanti le patologie.

Come spiegato da Riva (2012), il sistema mediatico si muove lungo la maggior parte di queste dimensioni, definendo la sua collocazione all’interno delle condizioni di sviluppo, di cronicizzazione e di superamento del disagio alimentare e proponendosi, quindi, come un orizzonte sia funzionale che disfunzionale alla società moderna.

Considerando ora le caratteristiche disfunzionali all’individuo (e funzionali quindi al disagio), i media possono fungere come fonti di *apprendimento* per i DCA e per i disturbi legati all’immagine corporea, in quanto il modello di magrezza presentato all’interno dei dispositivi mediatici viene proposto anche ai bambini e agli adolescenti (Riva, 2012). Come sottolineano diversi studiosi (Stagi 2002; Gordon 2004, Savani e Vecchi 2008; Nerini et al. 2009) queste fasi della vita corrispondono a momenti estremamente delicati per la psiche del futuro adulto, in quanto è nel corso di questi periodi che avvengono sviluppi e cambiamenti fondamentali per l’identità di sé e per il rapporto con la propria immagine.

In aggiunta, oltre a socializzare i minori al corpo *giusto* come corpo *snello*, le retoriche mediatiche propongono un’*adulizzazione* dello stesso: un esempio sono i cartoni animati o i programmi per adolescenti che mostrano dei protagonisti-

bambini dai tratti maturi e con fisici longilinei, sviluppati in maniera innaturale per un individuo di quell'età (fig. 4.6).

Altro aspetto sottolineato da Stagi (2009) è la presenza della *magia* che, all'interno dei contenuti indirizzati soprattutto ai più piccoli, rimanda continuamente il messaggio che ogni cosa, corpo incluso, è modificabile e plasmabile secondo i propri desideri (un esempio sono le *Winx*, le *Witch* etc.): questo si può ricollegare alla Blitzkrieg della dieta (paragrafo 3.2), dove i mutamenti corporei seguono ritmi e modalità magicamente veloci.

In ogni caso, anche in assenza dell'elemento magico, altri cartoni (o articoli come le *Barbie* e simili) presentano il medesimo messaggio producendo situazioni in cui le vite e i corpi dei soggetti cambiano sulla base del *se vuoi, puoi*, dove fisici infantili ma sessuati vengono associati a progetti di vita e di identità di successo.



Figura 4.6 – le immagini mostrano tre cartoni animati differenti (*Regal Academy*, *Monster High* e *My Little Pony*) dove le protagoniste adolescenti sono ritratte in pose sinuose, con corpi longilinei, abiti alla moda e make-up. Fonte: pinterest.it

Alla stessa maniera, come mostrato in figura 4.7, il mondo del commercio pubblicizza alcuni dei suoi prodotti, dedicati ai minori, utilizzando piccoli attori che “assumono il ruolo di modelle e modelli (...) atteggiandosi ad adulti” (Riva, 2012, p. 70).

I messaggi derivanti da questo tipo di narrazioni suggeriscono “un progetto di vita improntato all’apparenza e a quella forma di prestigio sociale acquisibile solo attraverso l’esteriorità” (Riva, 2012, p. 72), offrendo quindi un termine di paragone che potrebbe favorire i meccanismi propri di una patologia alimentare.



Figura 4.7 – Armani e Jours Après la Lune in due pubblicità d’abbigliamento per bambini: i protagonisti sono ritratti in atteggiamenti e abiti da adulti. Fonte: giovannacosenza.wordpress.com & elle.fr

I media possono svolgere anche la funzione negativa di *cronicizzazione* dei disturbi alimentari (Riva, 2012), che già abbiamo introdotto nello scorso paragrafo soffermandoci sui modelli di confronto offerti al pubblico adulto. I principi fondamentali di questo meccanismo di *mantenimento* risiedono in quei frame che Riva collega alle immagini e alle campagne pubblicitarie di prodotti ed accessori che, pur non costruendosi attorno alla fisicità vera e propria, rimandano inesorabilmente ad essa.

Una delle molteplici pubblicità che seguono quest'impronta è quella offerta da *Dolce&Gabbana* nella promozione di un profumo (fig. 4.8): nonostante il soggetto sia l'essenza, lo scenario si concentra attorno ai due modelli in costume da bagno, dove l'uomo mostra un fisico scolpito e statuario mentre la donna presenta una silhouette magra e formosa ed entrambi sono perfettamente abbronzati e privi d'imperfezioni, immergendosi in una bellezza che è quasi irrealistica.



Figura 4.8 – Immagine dallo spot pubblicitario del profumo *Light Blue* di *Dolce&Gabbana*. Fonte: *ilmattino.it*

I continui rimandi ad una tipologia di corpo ben precisa funzionano quindi come un *trigger* per i pensieri morbosi, come una conferma e una legittimazione per i comportamenti adottati e come un parallelo promettente il medesimo successo e potere che fisici simili sembrano ottenere, alimentando quindi il disturbo stesso e la consapevolezza di non essere adeguati ad uno standard che, in realtà, risulta essere falsato.

Tuttavia, il sistema mediatico non offre un repertorio unicamente disfunzionale: le sue cornici diventano terreno d'aiuto e di sostegno, si propongono

come veicoli tramite cui diffondere anche consapevolezza e comunicare inclusione, accettazione e normalizzazione dei corpi sottorappresentati. Sounders et al. (2020), all'interno della loro analisi, riportano alcune evidenze a sostegno di quest'ultima tesi, mostrando come la possibilità di condividere foto del proprio percorso di guarigione da un DCA possano diventare un modo tramite cui contrastare l'auto-oggettivazione e la sessualizzazione, fronteggiando così le manifestazioni sociali di questa *forma mentis*.

In questo senso, i mass media diventano agenti ambivalenti e bidirezionali (Riva, 2012) che, proponendosi come stimolanti dispositivi di evoluzione e di cambiamento (Sounders et al., 2020), diventano utili al raggiungimento della consapevolezza e al superamento dei disagi causati dai disturbi dell'immagine corporea e del comportamento alimentare.

4.4. La drammatizzazione della magrezza e il panico morale dell'obesità

Come abbiamo già sottolineato, nel corso degli anni i disturbi del comportamento alimentare hanno ottenuto un'attenzione mediatica crescente che ha visto nascere numerosi format, rubriche e comunità online impegnati ad esporre ed analizzare le problematiche legate a queste forme di disagio sempre più diffuse, dando la possibilità ai soggetti interessati di portare la loro esperienza e di raccontarsi.

Similarmente, sono nati anche diversi programmi televisivi (*Obesi: un anno per rinascere*, *Extreme Makeover*, *Teenager in crisi di peso*, *Grassi vs. Magri* etc.) che mettono in scena la malattia con il fine d'intrattenere il pubblico, più che di istruirlo: i DCA divengono così un terreno spettacolarizzabile e plasmabile, utile per accrescere l'audience e la popolarità delle varie emittenti.

Spesso reso tramite la dimensione del *rischio*, il fenomeno viene rappresentato dai media con diversi frame che isolano le notizie/biografie da riportare sulla base della loro *notiziabilità*, costruendo attorno ad esse

ambientazioni, sceneggiature e registri linguistici volti a creare immedesimazione e partecipazione nello spettatore che, sentendo la densa carica emotiva del prodotto mediatico, percepisce quasi l'obbligo morale di restare sintonizzato, pena l'accusa di essere indifferente: si parla quindi di *drammatizzazione* e *spettacolarizzazione* del disturbo alimentare (Riva, 2012). Il DCA che più si appresta a questo tipo di rappresentazione corrisponde all'anoressia: corpi emaciati, racconti di recovery, vite stroncate e biografie del dolore vengono raccontati da quelli che, sempre Riva, chiama i testimonial della *sofferenza*; questi ultimi diventano i protagonisti di uno specifico mercato editoriale all'interno del quale, in quanto oggetti di una comunicazione specifica, essi seguono pattern e strategie di racconto comuni.

Per quanto riguarda invece il sovrappeso e i disturbi alimentari che si esprimono mediante l'obesità, non si può dire che questi siano soggetti alla medesima romanticizzazione: come tratteremo nel capitolo che segue, i discorsi propri dei programmi di *makeover television*, e di alcune delle rubriche informative sull'alimentazione/dieta, pongono gli individui in questione sotto quella che Stagi (2016) definisce essere una *gogna*, ridicolizzando e sminuendo sia il singolo che il disturbo in sé, accusando il soggetto dell'ormai conosciuta mancanza di forza di volontà; l'obesità trova quindi definizione tramite i termini di *epidemia*, *minaccia alla salute pubblica*, *rischio* e *pericolo* che contribuiscono a determinare un certo *panico morale* attorno ai chili di *troppo* i quali, diventando una *malattia*, fanno dell'individuo *grasso* un *malato* e costruiscono così una *metonimia* che lega il self al suo BMI.

Oltre a questo, come spiega Riva (2012), la maggior parte degli spazi mediatici adibiti al racconto dei disturbi alimentari trattano in realtà solo una piccola porzione di queste problematiche: l'anoressia (in primis) e la bulimia sono i DCA principalmente indagati, mentre l'attenzione dedicata agli altri disturbi alimentari è sostanzialmente minore e, in generale, la complessità del fenomeno risulta essere ridotta e semplificata per seguire le esigenze dell'agenda setting, della programmazione e della notiziabilità.

Per quanto riguarda le forme narrative comuni a cui abbiamo accennato poco fa, possiamo identificare la presenza del frame dell'*interesse umano* e del frame della *scienza* che s'intersecano sinergicamente per inquadrare lo *show del dolore* (Riva, 2012).

Il primo frame corrisponde a quelle retoriche appena esplorate volte a creare immedesimazione e interesse nello spettatore: l'individuo si affianca al sapere scientifico per proporre la sua personale visione della situazione, arricchendola di particolari emotivamente rilevanti ed esponendo il vissuto travagliato. All'interno di questa cornice rientrano anche i familiari e gli amici della *vittima*, i personaggi famosi che hanno vissuto in prima persona - o di riflesso - la problematica, le/gli ex-malate/i o gli esponenti dei movimenti d'aiuto: tutte queste figure contribuiscono ad attrarre il pubblico, in quanto si offre "non solo una testimonianza sulle sfide che lo stato di disagio obbliga ad affrontare, ma anche sulle speranze di guarigione di ritorno a una vita più ordinaria" (Riva, 2012, p. 90).

Il secondo frame, invece, è costruito dagli esperti del settore: medici, psicologi, nutrizionisti etc. formano un gruppo di figure eterogenee che vanno a tessere un discorso articolato su quattro livelli (Riva, 2012): la *definizione della patologia* (in modo tecnico e generale), l'*epidemiologia* (presentata mediante l'ausilio di elementi grafici concordati con la redazione), i *criteri diagnostici* (al fine di esplicitare il presupposto informativo del programma) e, in fine, il *percorso* e l'*esito* della malattia (dove si ribadiscono e rafforzano le statistiche e le argomentazioni presentate).

La presenza di molti saperi e punti di vista differenti può, però, causare smarrimento, confusione e ibridazioni dei discorsi in seguito alla pluralità di approcci e di filosofie: ogni ospite definisce la patologia e propone soluzioni in base al proprio campo di specializzazione, creando anche contrasti con le altre personalità presenti.

In conclusione, si profila la necessità di costruire cornici di comunicazione in questo senso maggiormente omogenee e socialmente orientate in quanto, come sottolinea Tomè (2013), per i malati di DCA e per chi soffre dei disturbi legati

all'immagine corporea, la cooperazione e il supporto di una comunità solida sono degli elementi fondamentali e imprescindibili, elementi che possono ritrovare nei media degli importanti alleati.

Capitolo 5.

La declinazione pornografica dell'industria alimentare

La fame esprime un bisogno: quello di essere saziati.

La cucina, invece, eccede la sazietà,

va oltre il necessario,

ambisce a soddisfare il piacere.

Heinz Beck, chef tedesco.

Con questo capitolo vogliamo esplorare le narrazioni e le retoriche che la dimensione mediatica, considerando i new media e i media tradizionali, decide di utilizzare per approcciare la complessa sfera dell'alimentazione. Partendo con uno sguardo all'epoca moderna al fine di portare in luce la contraddittorietà alimentare di cui si caratterizza, procederemo poi con l'analisi della *foodie culture*: sottocultura figlia di una modernità che costruisce le sue pareti attorno al concetto di *gusto*, delle sue differenti declinazioni e dei fenomeni ad essa collegati.

Come esposto nei capitoli precedenti, l'individuo si trova immerso all'interno di una società ove le scelte alimentari diventano una componente importante per la rappresentazione identitaria (Stagi, 2016), il cibo si arricchisce quindi di dimensioni che non ruotano puramente attorno al concetto di *preferenza*, bensì corrispondono ad una presa di posizione politica, etica, morale ed estetica, comunicando assetti valoriali e norme sociali che trascendono l'alimento in sé e comunicano appartenenza.

È all'interno di questo panorama che analizzeremo i format incentrati sul cibo prendendo in considerazione origini e sviluppi della *lifestyle television* e della *makeover television*, con il fine di esplorare la messa in scena televisiva dell'obesità mediante l'esempio di alcuni programmi che documentano i percorsi di dimagrimento. All'interno delle retoriche e narrazioni editoriali delineremo

anche le modalità tramite cui si politicizza e s'individualizza la dimensione alimentare.

Inoltre, considereremo la risposta sociale che gli individui generano e sperimentano in merito ai discorsi attorno al peso: l'obesità, venendo socialmente collegata ad un self disfunzionale/mal gestito e a fronte anche delle linee comunicative che facilitano il consolidamento di quest'associazione, sfocia nella percezione dell'*individuo extralarge* come fosse il ritratto ambulante di una forma di devianza caratterizzata da povertà valoriale e morale. Queste caratteristiche stimolano e reiterano la stigmatizzazione verso coloro i quali si discostano dall'ideale di magrezza: i discorsi attorno al peso possono così prendere la forma del *fat-shaming* escludendo, ridicolizzando ed isolando gli individui anche in quegli ambiti che, nell'immaginario comune, dovrebbero risultare impenetrabili da condizionamenti simili, quali la sfera della sanità e dell'istruzione.

Tuttavia, nella società neoliberale la disciplina e il controllo diventano punti cardinali fondamentali, segnando però una rotta particolarmente intricata: tra consumo e risparmio, tra edonismo ed ascesi, tra normalizzazione/accettazione e stigma, l'individuo si trova a costruire la propria identità mediante dispositivi che mostrano spinte contraddittorie.

5.1. Le contraddizioni dell'epoca moderna

Come evidenziato nei precedenti capitoli, la relazione instauratasi nel corso della storia tra l'alimentazione/cibo e l'essere umano si riempie di profondi significati, ponendosi come punto di partenza utile per l'interpretazione e la lettura di numerosi fenomeni, rapporti e dinamiche intercorrenti all'interno delle culture a cui si sceglie di volgersi. Si può affermare che il cibo sia lo specchio della società, ma anche che la società sia specchio del cibo stesso in un'ottica di reciproca influenza: risulta quindi importante soffermarsi sui modi in cui la sfera alimentare viene rappresentata ed esperita nella società moderna, e risulta altresì importante

guardare ai cambiamenti che hanno portato la stessa a prendere le forme che oggi sperimentiamo, seguendo il *fil rouge* che connette le varie dimensioni.

In tal senso, uno dei passaggi cruciali viene identificato negli anni Cinquanta del Novecento, in quanto è all'interno di questa decade che s'innescano i meccanismi per un'evoluzione dei costumi e, soprattutto, dei consumi: la standardizzazione della produzione, evolutasi dalla rivoluzione industriale (altro cambiamento importante vissuto dalle società) e sommandosi al diffuso benessere economico del dopoguerra, creò infatti una *società dei consumi* basata sul soddisfacimento dei bisogni secondari, ovvero non fondamentali alla sopravvivenza, ma divenuti fruibili non più solamente dagli individui benestanti, bensì anche da una fascia molto più ampia della popolazione.

L'individuo, che in questo panorama Bauman (2007) chiama *homo consumens*, trova facile accesso ai beni di consumo sia in virtù di una maggiore possibilità economica, sia per l'ampliamento dell'offerta del mercato anche verso le classi più basse; i soggetti, in risposta, vedono quindi una maggiore libertà economica e percepiscono la possibilità di definire la propria identità autonomamente, trovandosi dinanzi ad un panorama eterogeneo ove la possibilità di scelta, sia materiale che simbolica, consente una maggior possibilità di affermazione. Tuttavia, la libertà percepita risulta essere fittizia: è il mercato a dettare i bisogni e l'individuo, assoggettandosi alle linee guida della società dei consumi, risponde di riflesso agli stimoli del mercato adeguandosi, banalmente, agli standard di produzione (Bauman, 2007). Ciò equivale alla costruzione di un'identità in realtà omologata al modello proposto ed orientata da fattori esterni all'individuo, nonostante la percezione sia quella di una *specificità*.

I soggetti immersi in questa realtà sperimentano quindi un senso d'insoddisfazione continuo e destinato a non essere mai colmato (Bauman, 2007), in quanto le spinte che portano alla creazione del bisogno di consumo, alla domanda e quindi all'offerta, sono continuamente generate dalla società moderna, rendendo conseguentemente impossibile l'esaurimento e il soddisfacimento dello stesso bisogno.

La dimensione del consumo, applicata all'ambito alimentare, vede il cibo come una vera e propria merce non esente alle spinte sopracitate. Pirie (2016) descrive un mercato caratterizzato dalla grande offerta di cibi grassi/processati venduti a basso prezzo e presenti in grandi quantità, all'interno del quale il consumatore si dimostra degno della definizione di cittadino ideale sia in base alla sua capacità di auto-regolarsi (quindi di mangiare sano, fare esercizio, seguire una dieta), sia per l'abilità di soddisfare economicamente quello stesso sistema che spinge, per l'appunto, al consumo del superfluo (che in questo caso risulta vertere verso alimenti considerati *poco sani* e demonizzati in quanto tali). Si può quindi dedurre che l'individuo opera la decisione di acquistare e consumare determinati alimenti scegliendo tra le proposte selezionate direttamente dal mercato, e questo non con lo scopo unico di provvedere al primordiale bisogno di nutrimento, ma anche per soddisfare l'economia, un'ideologia, il piacere e i bisogni accessori.

Come spiegato nei capitoli precedenti, le scelte alimentari fanno parte delle retoriche del sé, ovvero corrispondono a degli strumenti che Stagi (2002, p. 79) descrive come “pratiche che si inscrivono del corpo, segnandolo e modellandolo in modi culturalmente specifici che, in seguito, possono essere letti o interpretati dagli altri” e come “modo in cui i discorsi e i fenomeni fisici entrano a far parte del progetto individuale di costruzione ed esibizione della soggettività”. Secondo questa teoria quindi, le decisioni prese nell'ambito della nutrizione influiscono direttamente sul modo in cui ci presentiamo, trasmettono precisi messaggi e si prestano a determinate letture da parte dell'intorno sociale, riflettendo allo stesso tempo le retoriche, le norme e i valori a cui si è socializzati.

Come recita la celebre frase del filosofo tedesco Feuerbach “*der Mensch ist, was er isst*”⁵ (ovvero *l'uomo è ciò che mangia*), e rafforzando il concetto con un altrettanto conosciuta citazione di Savarin “*dimmi cosa mangi, ti dirò chi sei*”⁶,

⁵ Frase utilizzata da Feuerbach per la prima volta nel 1850 per la recensione di uno dei primi trattati sull'alimentazione: *Dottrina dell'alimentazione per il popolo*, di J. Moleschott.

⁶ B. Savarin, considerato il padre della gastronomia moderna, utilizza questa frase all'interno de *La fisiologia del gusto, o Meditazioni della gastronomia trascendente*, pubblicato nel 1826

risulta ancora più chiara l'importanza che le scelte alimentari ricoprono nel processo di formazione del sé e di posizionamento all'interno della società.

La dimensione fisica corrisponde quindi ad una sfera molto importante, ed è qui che, al concetto di consumo appena trattato, si affianca il concetto contraddittorio dell'autocontrollo e dell'autodisciplina, figlio dell'altrettanto contemporanea *diet culture* caratterizzante l'epoca moderna: come ricorda Ferrero (2015), il corpo può essere comparato ad un *progetto riflessivo* che permette la duplice funzione di esplorare il piacere e, simultaneamente, di controllarlo, funzionando come un severo regime di disciplinamento e di concessione. Pier Paolo Pasolini all'interno de *Il fascismo degli antifascisti* (2018), seppur riferendosi ad altri ambiti tematici, parla della società moderna come una società ambivalente che offre “tratti moderni, dovuti alla tolleranza e a un'ideologia edonistica perfettamente autosufficiente”, affiancati a “tratti feroci e sostanzialmente repressivi”, i quali hanno creato un panorama falsamente moderno e libero in quanto, in realtà, “nessun uomo ha mai dovuto essere tanto normale e conformista come il consumatore” (Pasolini 2018, p. 33).

Pasolini (2018) sottolinea anche un'altra dimensione fondamentale, ovvero quella della comunicazione corporea/comportamentale che, inserendosi all'interno di un linguaggio verbale tecnicizzato, acquisisce un'importanza rilevante per cui il fisico diventa chiaramente indicatore di orientamenti e posizioni.

Ma come si è intrecciata la politica della disciplina alla nostra biografia di esseri sociali ed organici?

Una risposta può essere ricercata nel periodo che sancisce il passaggio dall'epoca medievale - l'*oscurità* - all'epoca rinascimentale - la *luce* -, tra il Quindicesimo e il Sedicesimo secolo (Ferrero, 2015). Nel Medioevo, difatti, il rapporto tra uomo e natura risultava essere particolarmente travagliato: epidemie, guerre, povertà, fame e severa stratificazione sociale offrivano una prospettiva di vita decisamente breve e una possibilità d'influenzare in modo diretto l'andamento della propria esistenza molto basso. Le identità risultanti da questo panorama d'instabilità e di disagio riflettevano quindi l'incertezza e le polarità di quei secoli

che, vista la fugacità della vita, suggerivano di supplire ai propri desideri appena possibile, prima che questi sfumassero assieme alla propria presenza.

Come accennato poc'anzi, è con il Rinascimento che si assiste ad un'inversione del paradigma in quanto l'essere umano diviene l'artefice della propria sorte: *homo faber fortunae suae*⁷, ovvero l'individuo inizia a percepirsi (e a venir considerato) capace di controllare la natura e sé stesso.

Inoltre, la società medievale cinquecentesca muta per trasformarsi in una società di corte: si assiste ad un aumento della richiesta di controllo delle emozioni e si vede la nascita di codici differenziati (l'*etichetta*) volti a disciplinare ed orientare i corpi all'interno delle diverse situazioni sociali (Ferrero, 2015).

In parallelo, avvengono quelle che Ferrero (2015, p. 9) identifica come “grandi trasformazioni nei contesti di vita, per cui gli intrighi di palazzo sostituiscono le battaglie e il comportamento corporeo appropriato emerge come valore al posto della forza fisica”, ovvero la dimensione del corpo disciplinato e plasmato secondo i dittami dell'epoca entra a far parte delle pratiche del sé. L'apparenza, in quest'ottica razionalizzata, si rende portatrice di determinati valori quali il risparmio, il sacrificio, l'ascesi e il controllo delle pulsioni. Tuttavia, come sostiene sempre Ferrero (2015), nella biografia umana le forme di controllo (*civilizzazione*) si sono sempre accompagnate a forme di de-controllo (*decivilizzazione*), ed è ciò che è avvenuto, per l'appunto, con la nascita della società moderna, la quale contrappone le spinte edonistiche e il soddisfacimento delle pulsioni alle retoriche di disciplina e controllo.

In conclusione, l'essere umano si trova all'interno di un sistema circolare comunicante che vede affiancare elementi di razionalizzazione ad elementi di emozionalità, politiche di disciplina a politiche di trasgressione, ideologie di diversificazione a ideologie di massificazione (Ferrero 2015,) che suggeriscono indicazioni contrastanti alle quali gli individui potrebbero non saper rispondere in modo funzionale. La sfera alimentare non risulta essere esente a questa logica,

⁷ Massima attribuita ad Appio Claudio Cieco all'interno della raccolta *Sentiae*

perché la dieta, il mangiar *sano* e l'alimentarsi *correttamente* vengono collegati alla presenza di una moralità ricca e alla capacità di gestire il sé in modo ordinato, in quanto è controllando l'appetito a tavola che si comunica la capacità di controllare anche “altre tipologie di appetiti” (Stagi 2016, p. 18).

5.2. Foodie culture, food porn e ED porn

In questo paragrafo vogliamo analizzare il particolare rapporto sviluppatosi tra gli individui e il loro modo di esperire il cibo.

Di fatti, *alimentarsi* non corrisponde più solamente al processo organico, biologico e fisico di preparare una pietanza per poi ingerirla al fine di ricavare l'energia e le sostanze nutritive necessarie al sostentamento, bensì si aggiunge una nuova ed importante dimensione: quella del *piacere*.

Per esperire questo piacere gli individui ricorrono modalità eterogenee, una delle quali prevede l'uso della vista: un senso a cui non si pensa nell'immediato quando si tratta di nutrirsi; è pur vero che l'aspetto di un piatto influisce sulla percezione che si ha di esso (Forde, 2013), per cui una pietanza colorata e/o presentata secondo determinate regole invoglia maggiormente (o meno) l'individuo a gustarla. Tuttavia, il concetto che si vuole esplorare mostra un panorama più complesso e presenta una dimensione ove i soggetti traggono piacere direttamente dalla *condivisione* e dall'*esposizione* alle immagini ritraenti cibo.

Se l'aforisma di Lessing “*l'attesa del piacere è essa stessa il piacere*” corrisponde al vero, allora è alla luce di questo concetto che vogliamo affermare che l'individuo può trarre godimento dalla composizione e dalla messa in scena del piatto, dall'idea di gustare la pietanza fotografata e dal piacere stesso che l'immagine comunica allo spettatore, arricchendosi anche del piacere che le dimensioni del proibito e dello *sgarro* portano con sé.

Il termine che descrive quanto affrontato sin ora corrisponde a quello di *food porn*, ovvero un'espressione d'uso comune volta ad indicare una modalità che Stagi (2016, p. 23) descrive come “la pratica di chi fotografa il cibo e condivide l'immagine sui social network” (come portato in esempio nella figura 5.1).



Figura 5.1 – immagine che ritrae due individui intenti a fotografare un dessert. Fonte: pohtpof.tumblr.com

Sulla genitorialità del termine *food porn*, la comunità accademica si trova spesso in disaccordo (Marrone, 2015): la natalità del concetto viene generalmente ricondotta alla scrittrice femminista Rosalind Coward che nel 1984, all'interno del suo libro *Female Desire. Women's Sexuality Today*, esplora i fattori che hanno condotto a concepire il cibo come un piacere estetico piuttosto che come un dono (Marrone, 2015)

Secondo altri autori, invece, Roland Barthes nel 1957 aveva già individuato il fenomeno confrontando le retoriche che due riviste, *Elle* ed *Express*, utilizzavano per rappresentare gli alimenti all'interno delle loro rubriche gastronomiche. Barthes sottolinea come *Elle*, a differenza di *Express*, rendesse i suoi piatti in modo molto decorativo e spiritoso grazie all'utilizzo di un determinato tipo

d'inquadratura volto ad esaltare la dimensione estetica degli alimenti (Marrone, 2015), attirando così l'attenzione del lettore e comunicando valori ben precisi: ciò che il *food porn* trasmette nei suoi scatti.

Il *porno alimentare* è quindi mosso da una sorta di edonismo mentale che volge il suo sguardo verso la dimensione del cibo *proibito*, dell'eccesso e del surplus calorico: non è un caso che la maggior parte del food porn faccia parte di una categoria di alimenti contrapposta a ciò che, invece, viene considerato sano e che nell'immaginario comune fa dell'individuo una persona responsabile ed autodisciplinata.

Ecco, quindi, che nuovamente entra in campo la contraddizione trattata nel paragrafo precedente, sollevando ancora la doppia polarità della società tra il paradigma dei consumi e il paradigma del controllo: se da un lato il cibo sano acquisisce valore morale positivo e diviene simbolo di un sé ben gestito, incentivando quindi l'autocontrollo e la disciplina, le spinte edonistiche e consumistiche contribuiscono a fomentare il Proibito e il Desiderio, mettendo da parte le condotte di disciplinanti. A tal proposito, l'eccesso della *gastromania* - che Marrone (2015) spiega essere la *voyeurizzazione* del piacere dato dal cibo - unito all'influenza della *diet culture*, vengono messe perfettamente in scena all'interno di quei format della lifestyle television (che esploreremo nel paragrafo successivo) che vedono il cibo come protagonista.

Ritornando al *food porn*, Stagi (2016) evidenzia la nascita di una sottocultura costruitasi attorno al cibo: la *foodie culture*. Essa raccoglie coloro i quali vivono, scelgono ed utilizzano gli stili alimentari come importanti strumenti da adoperare per costruire la propria identità all'interno della cultura di appartenenza.

Gli individui che si riconoscono all'interno di questa sottocultura si chiamano *foodies* e risultano essere una declinazione "più democratica e meno snob" (Stagi 2016, p. 31) dei cosiddetti *gourmet*, altra subcultura che si concentra prevalentemente sull'estetica e sulla raffinatezza dei gusti incontrati.

I *foodies*, pur non essendo necessariamente professionisti nell'ambito alimentare, nutrono uno spiccato interesse per il cibo coltivando questa passione

sia dentro le proprie case (seguendo i programmi di cucina e replicandone i piatti) che negli spazi fisici pubblici, allestendo ad esempio eventi ad hoc, frequentando fiere specifiche, parchi agro-alimentari, ristoranti etc.

Uno dei criteri presenti all'interno della cultura dei foodies corrisponde a quello dell'etica: un piatto deve essere certamente esteticamente piacevole ma, allo stesso tempo, deve risultare anche *etico*, ovvero rispecchiare la filosofia di determinate dimensioni, quali quella del biologico, dell'ecosostenibile, del km-0 e via discorrendo. Da questo, nascono i movimenti che coniugano politiche etiche a politiche estetiche e che si pongono lo scopo di promuovere una cucina tanto piacevole quanto attenta al pianeta: è questo l'esempio del movimento dello *slow-food*.

Le ideologie e lo stile di vita dei foodies trovano molto seguito all'interno dell'epoca moderna: devono la loro grande diffusione anche ai numerosi *food blog* nati attorno agli anni 2000 e, da allora, in crescita esponenziale (Stagi, 2016). La forza dei food blog consiste nella possibilità di condividere ricette e recensire ristoranti, di pubblicizzare prodotti e di parlare di etica alimentare e di piacere culinario, creando così ibridazioni e tendenze sempre nuove che permettono di rafforzare e diffondere la pratica del food porn, dando così vita a vere e proprie reti in comunicazione.

I food blog svolgono quindi l'importante funzione di creare coesione e punti di contatto all'interno di questa vasta comunità, fungendo alle volte anche come trampolini di lancio verso il successo per tutte quelle figure di foodies che, pur non essendo ufficialmente qualificati come chef, sono stati in grado di crearsi una reputazione di spicco sbarcando all'interno dei format televisivi inerenti al cibo.

Ma qual è la tipologia di pubblico che segue questo tipo di blog e di trasmissioni? Chi pratica food porn?

Sin ora si è parlato dei foodies come di individui appassionati di cibo ed entusiasti di cucina; tuttavia, all'interno di questa categoria si possono trovare anche molti individui affetti da DCA (Stagi, 2016), per i quali il piacere visuale e mentale risulta una forte attrattiva.

Come visto nei precedenti capitoli, i disturbi alimentari fanno parte della cultura occidentale tanto da poter venire considerati come una *metafora* dell'epoca moderna (Luxardi, Ostruzzi, 2009), situandosi all'interno di una società orientata da ideali di magrezza in quanto espressione di un sé ordinato. Dentro questa cornice culturale, le trasmissioni che mettono in scena il dimagrimento e parlano di dieta, i programmi che drammatizzano o romanticizzano un DCA, i contenuti di food porn, i video/post *what I eat in a day*⁸, i *muckbang*⁹ o i food blog equivalgono ad un forte stimolo di rinforzo e/o trigger per i disturbi alimentari, presentando delle cornici facilmente accessibili per chi presenta una patologia simile.

Con questo non sosteniamo che la totalità dei fruitori di questa tipologia di contenuti soffrano di disturbi alimentari, tuttavia, vogliamo sottolineare come gli individui affetti da DCA, sviluppando un rapporto ossessivo con il cibo e con il corpo, possano trovare il mondo del food porn molto funzionale al disturbo e, soprattutto, facilmente raggiungibile.

Kati Morton, attivista e terapeuta nel campo della salute mentale ed in particolare dei disturbi dell'alimentazione, riassume questo concetto proponendo un nuovo termine: l'*ED porn* (Stagi, 2016), ossia la declinazione patologica del piacere visuale offerto dal food porn.

Fotografare il cibo equivale ad immortalarlo “in un eterno presente che ne digerisce forme e sostanze nella memoria digitale del web, rendendolo facilmente accessibile in ogni istante” (Stano 2018, p. 33); con le pratiche di ED porn l'alimento non viene quindi processato dal metabolismo dell'individuo, ma dal medium digitale, dai pixel e dall'obiettivo, permettendo comunque di esperire quello specifico piacere mentale che un DCA può sottrarre all'individuo.

⁸ In questa tipologia di contenuti gli utenti mostrano gli alimenti assunti nell'arco della giornata. Gli scopi possono essere sia quello di condividere un diario alimentare e/o un certo tipo di percorso, ma anche quello di fornire spunti e consigli per perdere peso e di educare ad una *corretta alimentazione*

⁹ Tipologia di broadcast di origine coreana in cui il soggetto mangia grandi quantità di cibo, interagendo anche con gli spettatori

5.3. Lifestyle e makeover television, le retoriche: tra politica ed individualizzazione

Dopo aver esplorato il ruolo dei food blog e delle pratiche di food porn nella costruzione delle retoriche alimentari nell'online, indagando anche la relazione con i disturbi del comportamento alimentare, si vuole osservare il format della lifestyle television e della makeover television, ricordando quanto le due dimensioni (quella dell'online e quella della televisione), essendo due regioni di uno stesso mondo, possano influenzarsi vicendevolmente visto i confini molto permeabili che consentono contaminazioni reciproche.

La lifestyle television (LT) è un genere televisivo che segue l'idea propedeutica della televisione degli anni Cinquanta, mostrando però una sostanziale differenza nei contenuti offerti e nelle narrazioni utilizzate: nella metà dello scorso secolo il medium televisivo veniva impiegato principalmente per orientare gusti e consumi, per istruire la popolazione e per ricreare quel senso identitario precedentemente indagato tramite il concetto di cucina nazionale, mentre la realtà non era tematizzata a pieno per via delle direttive pedagogico-conservatrici a timone delle strategie comunicative (Stagi, 2016).

Con il trascorrere delle decadi invece, a fronte anche di processi ibridativi con i format stranieri, le linee editoriali hanno iniziato a convergere verso contenuti meno istruttivi nel senso pedagogico del termine, avvicinandosi sempre di più agli spettatori: ecco che nascono gli spazi per portare racconti di vita quotidiana e per mostrare spunti di pubblica utilità. Da qui si sviluppa la reality tv con i talent show e la *makeover television*.

All'interno di questi cambiamenti, i programmi culinari inizialmente incentrati sulla genuinità e sulla territorialità dei prodotti acquisiscono tratti più cosmopoliti, mostrando ai fruitori realtà altre con lo scopo di far conoscere mondi differenti e di unire queste realtà variegata, valorizzandone però le peculiarità: è questo il caso di trasmissioni quali *Linea Verde* o *Street Food Battle*, ove le culture alimentari proiettate stimolano curiosità ed interesse nello spettatore.

Allo stesso tempo, però, questo genere televisivo si presta ad una doppia lettura se si considerano le narrazioni che invece riaffermano e rafforzano le differenze sociali, culturali, alimentari e/o di genere: in *Cortesie per gli ospiti*, ad esempio, il metro utilizzato per giudicare i partecipanti è quello della borghesia che diviene la classe esempio per gusti e comportamenti corretti; in altri programmi ancora, come *Bizarre Foods with Andrew Zimmern*, la diversità alimentare viene estremizzata, suscitando nello spettatore sentimenti di disgusto e distanza (Stagi, 2016).

Altra caratteristica in linea con l'opposizione soddisfacimento del piacere - autocontrollo degli impulsi, equivale alla strategia comunicativa che guida gli spettatori tra i discorsi di orientamento edonista e quelli disciplinanti, contribuendo alla costruzione degli ideali di magrezza e di dieta.

Insomma, la realtà alimentare e corporea televisivamente mediata, tanto vasta quanto variegata, viene raccontata tramite retoriche altrettanto eterogenee.

Per quanto riguarda invece il sottogenere della makeover television (MT), ciò che porta in tavola è la trasformazione del sé. Così come la LT, anche questo tipo di format si propone come consigliere circa il perseguimento di uno stile di vita corretto, tuttavia l'immedesimazione dello spettatore risulta essere maggiore per via degli argomenti trattati in quanto, come focus principale, utilizzano il processo di cambiamento dei partecipanti: che sia questo materiale, estetico o fisico. Per questi motivi, come evidenziato da Stagi (2014), anche la MT può venir considerata come una delle tecnologie del Sé: con la messa in scena della trasformazione dei corpi, essa può divenire un utile modo tramite cui modificare il self e mediante la quale promuovere specifici modelli di corporeità, che potranno essere proposti anche come modelli morale.

I soggetti dei programmi di makeover vengono presentati come individui che hanno perso il controllo, che si sono *lasciati andare* e che, per questi motivi, sono incapaci di gestire un'esistenza. Portando in esempio trasmissioni quali *Extreme makeover: diet edition* ed *Obesi: un anno per rinascere*, la perdita di controllo sopracitata corrisponde ad un corpo obeso volenteroso di cambiare la sua

condizione, per cui il programma si presenta come una guida in grado di offrire una soluzione valida, e l'aiuto di diversi esperti, per re-socializzare l'individuo secondo la corretta forma mentis.

Stagi (2014) ricorda che una caratteristica saliente di questi format è la presenza del *momento della rivelazione* tramite cui si rafforza e si valida il processo di cambiamento: seguendo un processo di degradazione, esso si compone di tre fasi rispettivamente identificate in: pre-trasformazione, trasformazione e post-trasformazione (Giomi, 2013)

Il momento della rivelazione ritualizza il post-trasformazione, ponendo l'accento sulla tanto attesa presa di controllo corporea, fautrice del cambiamento operato e collegata al raggiungimento di una qualità di vita migliore (Stagi, 2014).

I presentatori di questi programmi possono essere visti come gli *imprenditori morali* di cui parla Becker (1973), in quanto istruiscono i partecipanti e si assicurano che essi seguano le regole dello stile di vita professato; Giomi (2013) aggiunge che il racconto dell'obesità avviene mediante termini considerati negativi dalla dimensione pubblica, quali *epidemia* o *minaccia alla salute pubblica*, che contribuiscono a creare una dimensione di panico morale attorno alla suddetta fisicità. Da qui, il supporto all'associazione obesità-devianza e, soprattutto, al collegamento obesità-malattia.

A tal proposito, si può considerare che “il discorso sull'epidemia dell'obesità è costruito anche da interessi economici che lo utilizzano per legittimare le politiche sanitarie, ma poi riflessivamente circola, si diffonde e produce altri discorsi” (Stagi 2016, p. 91): questo apre una nuova declinazione dell'obesità, la quale si lega ad una *medicalizzazione* della condizione ampiamente sostenuta da quei format. Di fatti, le trasmissioni di makeover raccontano percorsi che, spesso e volentieri, prevedono operazioni di tipo medico-estetico (ad esempio bypass gastrico, liposuzione, chirurgia plastica) piuttosto che interventi di prevenzione e cura delle problematiche collegate all'obesità (quali patologie cardiache o muscolo-scheletriche), in quanto, economicamente parlando, le organizzazioni sanitarie e il mondo commerciale - che promuove la vendita di prodotti dimagranti

e diete - trovano maggior convenienza nell'agire ed investire all'interno della prima categoria (Stagi, 2016).

I format di makeover, conseguentemente, rafforzano e sono rafforzati da queste tendenze.

Per quanto riguarda la dimensione politica all'interno di questi programmi, essa risulta essere presente e rilevante nel format, ma occultata dai partecipanti: non si parla delle pressioni esterne percepite, non ci si sofferma sui fattori economici e sociali, piuttosto si presenta l'obeso come causa indiscussa del proprio male, come individuo deviante da un patto sociale che vede il peso corporeo come una grande responsabilità personale e morale.

Il protagonista, in primis, si racconta all'interno di una dimensione di auto-colpevolizzazione e giustifica la decisione di perdere peso mediante degli "archetipi fiabeschi" (Stagi 2016, p. 94), ovvero fantasticando in modo quasi utopico quanto il mutamento aspirato, una volta ottenuto, permetterà di ottenere ciò che un corpo ideale promette.

Inoltre, gli attori stessi associano la propria *condizione patologica* ad una perdita di controllo e manifestano il desiderio di mostrare quelle capacità di cui sono provvisti sotto *tutti quei kg in più*, esprimendo il bisogno di far collidere il loro self interno (positivo) con un self esterno (negativo e deviante), seguendo quindi le redini neoliberali del format e sostenendo l'individualizzazione della colpa.

Quando i partecipanti sono invece minorenni, come nel caso della trasmissione *Adolescenti XXL* o *Teenager in crisi di peso*, la responsabilità dello Stato viene nuovamente occultata utilizzando soprattutto la famiglia come capro espiatorio della problematica, in quanto "il cibo, le abitudini e i rituali sulla condivisione rappresentano il fondamento della dimensione simbolica familiare" (Stagi 2016, p. 7), ossia l'intorno familiare, in quanto fondamentale agenzia di socializzazione primaria, è accusato di aver fallito nel suo ruolo di educatore e di avere potenzialmente compromesso il futuro dell'adolescente *extralarge*: ecco che la trasmissione si propone di rieducare sia la famiglia che il giovane individuo,

rafforzando la missione con la proiezione di un futuro difficile nel caso in cui il soggetto non riuscisse a rientrare all'interno dei confini del controllo.

Riva (2012) parla inoltre della tendenza del medium televisivo ad operare una deresponsabilizzazione: nelle situazioni in cui le sue retoriche, quali possono essere quelle presenti nei programmi portati ad esempio, vengono messe in dubbio o accusate d'influire negativamente sulla percezione individuale e societaria del corpo, la televisione sposta il focus verso altri sistemi, come quello familiare, culturale o psicologico, o devia gli sguardi mediante l'intervento degli esperti che contribuiscono alla deresponsabilizzazione, sottolineando l'influenza di organismi altri.

Inoltre, avendo precedentemente introdotto il concetto di cucina nazionale e paragonato il cibo ad una sorta di collante sociale utile a ricostruire un'identità culturale frastagliata, risulta evidente l'importanza sociale dell'alimentazione e si delinea la forza d'aggregazione che porta con sé, per cui l'alimentazione acquisisce anche caratteristiche politiche, attira l'attenzione ed offre diversi spunti di discussione. A tal proposito, Stagi (2016) riporta che nel corso del 2016, in seguito ad un calo dell'audience, tutti i programmi italiani di dibattito più famosi hanno scelto di mandare in onda almeno una puntata dedicata al tema dell'alimentazione: vista l'importanza del cibo, esso è stato utilizzato come strategia al fine di aumentare gli ascolti ed ottenere nuovamente l'attenzione del pubblico. I così denominati *talk food* andavano a toccare, in particolare, la dimensione del *rischio* (dagli allevamenti intensivi alle malattie, dalla provenienza degli alimenti alle condizioni di produzione) e quella delle scelte alimentari intese come regime vegano, vegetariano etc.

Riguardo quest'ultimo punto, si può quindi affermare che la dimensione politica delle scelte alimentari si collega a quella etica e morale costruitasi attorno alla salute del pianeta e degli esseri viventi, dando vita ad un dibattito che trova grande terreno d'espressione all'interno degli orizzonti mediatici.

La campagna pubblicitaria riportata (figura 5.2) è un esempio di questa intersezione tra sfera politica, morale, fisica ed etica: *salva le balene. Perdi il*

grasso: diventa vegetariano. Questo slogan vuole promuovere la dieta vegetariana sottintendendo che, scegliendola, si opera un'azione protettiva verso l'ecosistema marino. Tuttavia, il termine *balene* non si riferisce solamente ai cetacei: la prima parte del sottotitolo, e la presenza della donna in carne girata di spalle, richiamano l'attribuzione di un valore negativo attribuito al corpo grasso. Diventare vegetariani, quindi non preserva solo l'ambiente: permette di essere magri e di proteggere gli altri esseri viventi.



Figura 5.2 – cartellone di una campagna pubblicitaria che suggerisce la dieta vegetariana ancorandola alla salvaguardia dell'ambiente e ad un fisico snello. Fonte: Odee.com

La dimensione del rischio collegata all'obesità e, in generale, diluitasi anche nella politica alimentare, viene resa dalle linee editoriali delle emittenti televisive con format molto affascinanti per gli spettatori in quanto, mettendo in scena la riacquisizione del controllo, mostrano la possibilità di ridefinirsi e di riaffermarsi dentro quell'universo simbolico e biografico di disciplina, ordine e realizzazione offerto dal modello ideale principale.

In conclusione, all'interno di questo denso scenario di rischi, responsabilità e contraddizioni, si profila la necessità di delinarsi come fruitori istruiti e competenti, capaci di usare il gomito di retoriche in modo funzionale al

messaggio che si vuole dare di sé sia come consumatori, sia come cittadini, sia come individui.

5.4. Il peso del peso: fat shaming

Il termine *body shaming*, sebbene non sia ancora stata fornita una definizione ufficiale scientifica (Schülter, Schmidt 2021), identifica una particolare categoria d'interazioni sociali che corrispondono ad una specifica serie di azioni/discorsi di carattere negativo a riguardo di uno, o più, aspetti fisici: per le modalità tramite cui viene espresso e le conseguenze a cui dà vita, può essere considerato come una forma di aggressione sociale. A tal proposito, l'analisi operata da Schülter e Schmidt (2021) dimostra che, nonostante questi discorsi non nascano per forza dall'idea di causare un danno morale, gli individui/gruppi che subiscono *body shaming* risultano comunque manifestare stati emotivi negativi e ripercussioni psicologiche per via della degradazione vissuta.

Il *fat shaming* corrisponde ad una declinazione specifica del *body shaming* che, come suggerisce il termine stesso, è rivolta verso coloro i quali presentano un peso corporeo - e, conseguentemente, un'immagine corporea - che eccede gli standard fisici, orientati invece verso l'ideale di magrezza.

Questi discorsi risultano avere ampia declinazione all'interno del medium televisivo, nel mondo dell'online e nella quotidianità sociale. Come spiegano Rinaldi, Rice, Kotow e Lind (2019), esso risulta essere presente anche all'interno dell' sanitario: come riportato in diversi studi, il paziente obeso/sovrappeso può trovare una difficoltà maggiore nel ricevere cure sanitarie adeguate, in quanto il peso in eccesso viene identificato come la problematica principale della condizione, oscurando la causa vera e propria ed aprendo quindi la strada a possibili complicanze. In queste situazioni, ad esempio, si incentiva il paziente ad aumentare l'attività fisica anche laddove il movimento andrebbe ad aggravare ulteriormente le condizioni di salute del paziente (Rinaldi et al. 2021).

Rinaldi (2020) sostiene che il fat shaming, in quanto pratica di stigmatizzazione, viene adoperato come modalità per creare una distinzione tra un *noi vs. loro* e, conseguentemente, separare ciò che è considerato abnormemente anormale da ciò che invece rientra nella norma, marcando quindi i confini tra buona cittadinanza e cattiva cittadinanza. Infatti, Spratt (2021) ricorda che il peso considerato in eccesso, a livello sociale, viene letto come un sintomo della presenza di devianza e di una povertà di valori: in questo modo gli individui percepiscono una legittimazione nel formulare giudizi morali ed azioni con cui sanzionare i devianti.

Le giustificazioni fornite da chi attua fat shaming riguardano il fatto che l'individuo in sovrappeso, così come ogni individuo magro, detiene la piena libertà di scegliere quali alimenti consumare e quanto esercizio fisico praticare (Spratt, 2021): se il suo corpo risulta grasso è quindi causa diretta di una serie di decisioni sbagliate e la responsabilità della condizione diventa un fattore esclusivamente personale. In realtà, un corpo obeso può diventare tale in seguito ad una serie di cause indipendenti dall'individuo stesso, le quali possono derivare dalla genetica, dalla psicologia del soggetto, dall'intorno socioculturale, dal sistema economico, dalla politica e da patologie mediche pre-esistenti (Wright e Aronne, 2012): l'eziologia del *grasso* mostra quindi una dimensione decisamente ampia e complessa, caratterizzata da una multifattorialità che non si può auspicare di comprendere con il semplice ausilio della vista.

Una motivazione utilizzata al fine di giustificare le condotte di fat shaming riconduce al pensiero che, questo tipo di retoriche, possano essere effettivamente funzionali al miglioramento della salute degli individui: incentivando la perdita di peso (Spratt, 2021) diverrebbero quindi una sorta di strategia motivazionale o una terapia d'urto.

In realtà, come spiega Meulman (2019), l'esposizione a situazioni di shaming funzionano come messaggi di rinforzo negativo della condizione, provocando in alcune casistiche un acuirsi della situazione con l'aumento di peso, piuttosto che la perdita. Inoltre, lo shaming risulta essere doppiamente deleterio in quanto

prepara un terreno fertile allo sviluppo di diverse problematiche quali: diminuzione di autostima, depressione e disturbi alimentari (Meulman, 2019).

Alcuni studi (Ravary, Baldwin & Bartz, 2019) rilevano nel corso degli ultimi decenni un aumento dei discorsi stigmatizzanti relativi al peso, associando questa tendenza ad una società che normalizza, accetta e diffonde le retoriche di shaming: anche quando i riferimenti in questione risultano essere sottili ed impliciti, ma diluiti in maniera regolare lungo un certo periodo di tempo, per l'effetto cumulativo esercitano un'influenza importante all'interno della comunità per cui l'interiorizzazione del modello, e le conseguenti sanzioni sociali, permeano all'interno del sistema educativo, sanitario, familiare ed amicale (Dickins, Browning, Fiedelman & Thomas, 2016).

A proposito del fat shaming in ambito accademico, vogliamo qui introdurre l'argomento partendo dal caso di Geoffrey Miller, psicologo ed insegnante presso l'università del New Mexico, che nel giugno del 2013 pubblicò un tweet (figura 5.3) che vide una successiva diffusione virale. In seguito al clamore suscitato, il docente si scusò pubblicamente prendendo distanza da quanto affermato ed aggiungendo che, il messaggio, facesse in realtà parte di una ricerca; tuttavia, per via di alcune perizie, l'università del New Mexico (2013) dichiarò quest'ultima possibilità infondata ed intraprese delle sanzioni disciplinari verso il docente.

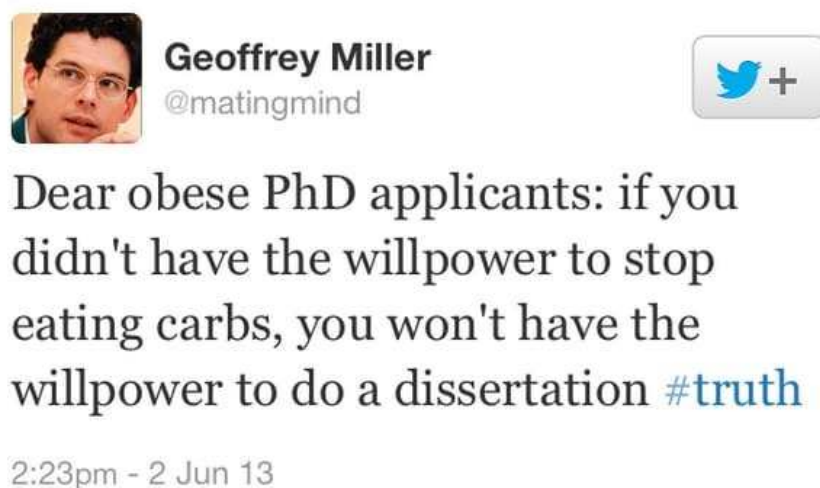


Figura 5.3 – tweet esempio del fat shaming in ambito educativo.

Fonte: ObesityHelp.com

Il messaggio veicolato è che gli studenti obesi non sono in grado di scrivere una tesi in quanto, non possedendo la forza di volontà necessaria per smettere di mangiare carboidrati, devono essere privi anche della determinazione utile ad affrontare il percorso accademico.

A tal proposito Burmeister, Kiefner, Carels ed Eizenman (2012), mediante uno studio che si concentra sui colloqui d'ammissione di un campione di studenti ad un corso di laurea, esplorano il bias del peso all'interno dell'ambito educativo. Burmeister et al. (2012) rilevano che, a parità di competenze e referenze, quando i colloqui avvenivano faccia a faccia gli individui con un BMI maggiore ricevevano meno offerte d'ammissione al corso rispetto ai loro colleghi più magri.

Gli studiosi, oltre ai fattori della stigmatizzazione e della svalutazione delle potenzialità operate dagli intervistatori, evidenziano anche l'esistenza di una seconda dimensione: quella dell'auto-oggettivazione. Rilevano che i soggetti interessati, durante i colloqui, potessero effettivamente svolgere una performance peggiore: per il processo sopracitato, lo sguardo e le aspettative esterne percepite risultano essere interiorizzate, per cui gli attori sociali giungono a adeguare i loro comportamenti sulla base della - in questo caso - svalutazione degli intervistatori.

Swami e Monk (2013) con uno studio simile supportano la tesi appena affrontata, aggiungendo però un'ulteriore variabile: il genere d'appartenenza. Nella loro analisi evidenziano che i comportamenti e i giudizi stigmatizzanti di shaming sembrano essere mossi in maniera più importante quando il soggetto a cui ci si rivolge appartiene al genere femminile.

Come accennato in precedenza, discorsi simili trovano facile diffusione anche tramite i canali mediatici: procediamo quindi esplorando il frame dell'obesità costruito dai mass media, prendendo in considerazione anche gli ipotetici spazi di supporto e le campagne di sensibilizzazione.

Come trattato nei paragrafi precedenti, l'evoluzione neoliberale della televisione verte verso una responsabilizzazione individuale della forma e della salute corporea, promuovendo il primato del corpo magro sul corpo grasso e

definendo, conseguentemente, una posizione dominante del primo modello sul secondo.

Secondo Sei-Hill e Willis (2007) i media tradizionali occupano una posizione importante nella definizione dei problemi sociali, difatti è tramite l'*agenda setting* che si determina la visibilità di ogni argomento e si definisce una scala delle priorità, contribuendo ad influenzare le percezioni e le posizioni che gli spettatori possono acquisire in merito (Iyengar S., 1991). Partendo quindi dal medium televisivo, i discorsi attorno al peso si sviluppano seguendo la direzione neoliberale acquisita dalla società stessa, la quale, come evidenzia LeBesco (2011), collega la forma di un corpo snello ad un individuo sano e all'idea di cittadino responsabile.

Il modello orientativo proposto dimostra avere caratteristiche ben precise dove gli individui, al fine di ottenere inclusione ed accettazione, adottano i dispositivi identitari in modo da rispondere in maniera funzionale alle richieste implicite/esplicite della società; per questo motivo, le pratiche del sé risultano essere suggerite direttamente dalle cornici del contesto di riferimento (LeBesco, 2011): coloro i quali rientrano all'interno dell'ideale di magrezza acquisiscono lo status di buoni cittadini, mentre chi vi si discosta rischia di essere sanzionato (ricordiamo però che il frame della magrezza non è l'unica cornice di riferimento in grado d'influenzare l'identità e la percezione - genere, nazionalità e classe d'appartenenza sono altri fattori importanti).

Gli elementi televisivi adoperati nelle retoriche di fat shaming sono numerosi: un esempio è l'utilizzo della scala BMI (body mass index). Oltre che strumento medico diagnostico, esso diviene un metro di pubblica utilità al fine di comunicare determinate idee: se l'indice di massa corporea risulta inadeguato, allora si trasmette il pensiero di un self descrivibile con il concetto di "fardello economico" (LeBesco 2011, p. 156), ovvero l'individuo obeso diventa un peso per la società, la quale sente di aver investito inutilmente le proprie risorse su di un attore che non è stato in grado di rispondere in modo adeguato. La stigmatizzazione, l'esclusione e le spinte al cambiamento entrano così in campo.

La rivelazione drammatica del BMI viene quindi utilizzata come pratica di controllo corporeo e di shaming soprattutto all'interno dai programmi televisivi di makeover, ma a questo strumento si affiancano altre retoriche, quali l'esposizione ridicolizzata del corpo dell'individuo obeso (a cui viene fatto indossare intimo poco adeguato), la presentazione del quantitativo del cibo assunto nell'arco della settimana (che, in programmi come *Grassi contro magri*, viene posto in paragone al quantitativo settimanale esiguo dell'altro partecipante) e la proiezione di videoclip che mostrano i luoghi segreti in cui i partecipanti occultano il junk food o i rituali alimentari *devianti* (Stagi, 2016). Tutte queste retoriche, che corrispondono a modi per operare e diffondere fat shaming, svolgono la funzione di rappresentare l'individuo grasso come fuori controllo, ingordo e pigro (Stagi, 2016), contribuendo a diffondere l'idea che l'obesità sia l'indice di una sconfitta individuale piuttosto che la declinazione di un problema sociale o il sintomo di una condizione genetica/psicologica.

Tipi di format simili, mediante i numerosi stimoli visuali negativi appena affrontati, vogliono suscitare un sentimento di shock nello spettatore e risultano rafforzare l'euristica mentale che porta alla connessione *grasso = individuo indisciplinato* (Rodan, 2015).

Anche il mondo dell'online non si dimostra un terreno neutrale: i social media presentano contenuti di fat-shaming simili a quelli proposti dai media tradizionali (Lydecker, Cotter, Palmberg, Simpson, Kwitowsky, White & Mazzeo, 2016) ed ospitano intere comunità digitali costruite attorno al bias del peso, le quali promuovono il dimagrimento e condividono contenuti che associano i corpi magri ad un'identità di successo (Sánchez, Harris, Sarrazin & Chalabaev, 2022).

All'interno dei social network il termine *grasso* appare spesso collegato a retoriche stigmatizzanti e semanticamente negative (Lydecker et al. 2016) e, come spiegano Sánchez et al. (2022), quando questa parola è connessa all'esercizio fisico vuole sottolineare la funzionalità dello sport come dispositivo di dimagrimento; tutto questo contribuisce a costruire attorno l'attività fisica una vera

e propria “confusione concettuale” (Lorraine, Duncombe & Musson 2016, p. 407): essa non è concepita come strumento utile a migliorare la salute, implementare le proprie capacità motorie, allargare la rete sociale o alleviare le tensioni quotidiane, bensì diventa principalmente un modo per perdere peso e viene rivestita da una dimensione di obbligo morale e di auto disciplinamento.

Se si è grassi vuol dire che non si pratica attività fisica.

Se non si pratica attività fisica e si è grassi, allora si è pigri e sprovvisti delle qualità richieste dalla società, quindi è necessario stimolare l’individuo a rientrare entro i confini: è il circolo vizioso dello stigma, un moderno sillogismo aristotelico.

Un’altra caratteristica saliente dei social network risulta essere la dimensione dell’anonimato offerta all’utenza, per cui le retoriche di shaming, vista la protezione di un’identità nascosta, possono trovare facile espressione in atti di cyber-bullismo, cioè azioni deliberatamente ostili e violente operate al fine di escludere, ferire e deridere terzi. (Lydecker et al. 2016).

Il grado d’influenza dei social network sulla circolazione delle retoriche di fat-shaming è da ricondurre anche alla capacità degli stessi di diffondere i contenuti in maniera virale (Lydecker et al. 2016) ed interattiva: con tempistiche brevissime le informazioni sono in grado di raggiungere un grande numero di utenti posizionati in aree geografiche molto diverse. Tuttavia, è proprio grazie alle caratteristiche appena citate che il mondo dei social network si appresta ad una doppia lettura, in quanto risulta essere anche in grado di offrire utili spazi tramite cui contrastare lo stigma: è sotto la bandiera del *body positivity movement* che l’online è diventata la dimensione privilegiata tramite cui diffondere le retoriche di normalizzazione ed accettazione dei corpi (Sastre, 2014), offrendo a tutti gli attori stigmatizzati uno spazio tramite cui raccontarsi, denunciare, supportarsi ed affermarsi come Individui: al di là del peso, religione, genere, età, salute e corporeità (figura 5.4).



Figura 5.4 – esempio d'immagine utilizzata nei messaggi di body positivity.

Fonte: DUbeat.com

Conclusioni

I disturbi del comportamento alimentare e le problematiche legate all'immagine corporea sembrano essere un *Leitmotiv* per l'epoca moderna occidentale: la permeante presenza di questi disagi, in unione alla complessa multifattorialità sulla quale si reggono, fanno di questi fenomeni un importante terreno di studio in quanto esso racchiude, traduce ed influenza le dimensioni del *benessere* dell'organismo societario, all'interno del quale si sviluppa la cultura di una realtà sottoposta al flusso situazionale e relazionale proprio dei diversi contesti.

Nello specifico, comprendere i *meccanismi sociali* che definiscono queste direzioni equivale a leggere tra le righe di una *normalità* alle volte morbosa, a smascherare alcuni dei volti disfunzionali talora proposti, e utilizzati, come modelli identificativi.

In particolare, portare in luce l'etimo – anche – *sociologico* dei processi coadiuvanti l'insorgenza delle psicopatologie alimentari, può divenire uno strumento molto vantaggioso per diverse tipologie di attori sociali: coloro i quali sono colpiti da questi disturbi, così come chi gravita attorno al confine di rischio, possono acquisire una consapevolezza utile sia a rielaborare le retoriche mediatiche e sociali quotidianamente vissute, che ad indirizzare i soggetti stessi verso specifici percorsi di aiuto.

Anche gli individui estranei a queste problematiche possono trarre beneficio da una partecipazione concettuale maggiore, in quanto cogliere e tradurre tali narrazioni rende possibile *scegliere attivamente* di parteciparvi o astenersi e consente di rendersi consapevoli circa l'importanza di determinate azioni o discorsi.

Tutto ciò contribuisce quindi a sensibilizzare ed informare le comunità sulla realtà in cui si vive sottolineando, soprattutto, che le patologie mentali non sono un argomento da interpretare unicamente con l'ausilio di lenti psicologiche e

specialistiche, bensì diviene possibile intervenire – entro certi limiti, s'intende – anche da altri fronti, molto più comuni e vicini di quanto si possa credere: un atteggiamento attento e preventivo rientra tra le possibilità di tutti gli individui. Inoltre, cogliere il ruolo e le fasi principali della socializzazione conduce, alla stessa maniera, verso una migliore comprensione di come ulteriori dinamiche sono elaborate e riprodotte all'interno degli ambiti quotidiani, entro i quali ogni sono presenti i meccanismi sociali, più o meno esplicitati e accettati, che sorreggono la disparità di genere, la sessualizzazione e l'oggettivazione degli individui.

Anche la posizione delle istituzioni diviene fondamentale in quanto, come già sufficientemente sottolineato, parte del processo d'informazione, di prevenzione e di sensibilizzazione può trovare un potente alleato (o nemico) all'interno delle stesse.

In conclusione, le riflessioni e i dibattiti pubblici sulla dimensione fisica e simbolica della corporeità permettono un dominio maggiore su quell'ente in grado di definire la nostra esperienza di esseri sociali: *il corpo*.

Bibliografia

- Amendola A. (2022) “Scritto sul corpo. Letteratura della moda curvy”, in *La Camera Blu. Rivista di studi di genere*, 24, pp. 1-16
- Bacon L., O'Reilly C., Aphramor L. (2016), “Four: reflections on thin privilege and responsibility” in *Counterpoints*, 467, pp. 41-50
- Barilla Center for Food & Nutrition (2009), *La dimensione culturale del cibo*, The European House Ambrosetti, Milano, pp. 1-36
- Bauman Z. (2007), *Homo Consumens. Lo sciame inquieto dei consumatori e la miseria degli esclusi*, Erickson, Trento
- Becker H.S. (1996), *Outsiders: Studies in the Sociology of Deviance.*, The Free Press, New York
- Brugger P., Kollias S.S., Muri M.R., Crelier G., Hepp-Reymond C.M., Regard M. (2000), “Beyond re-membering: Phantom sensations of congenitally absent limbs”, in *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 97, pp. 6167-6172
- Bruno W. (2001), “L'immagine corporea e la sua relazione con lo spazio nei disturbi alimentari” in *Rivista di Psicoanalisi*, 47, pp. 713-732
- Burmeister J.M., Kiefner A.E., Carels R.A., Musher-Eizenman, D.R. (2013), “Weight bias in graduate school admissions” in *Obesity*, 21, pp. 918-920
- Calamita F. (2014), “Voracious Dolls and Competent Chefs: Negotiating Femininities and Masculinities in Italian Food Advertisements of the 1990s-2010s”, in *Gender/Sexuality/Italy*, 1, pp. 1-14
- Calvi R. (2016), *Grassopatia. Il problema del grasso nella società 2.0., consultabile all'indirizzo* <http://www.robortacalvi.eu/wpcontent/uploads/2018/10/Grassopatia.pdf>
- Caprara G.V., Barbaranelli C., Borgogni L., Perugini M. (1993), “The Big Five questionnaire: a new questionnaire to assess the five factor model” in *Personality and Individual Differences*, 15, pp. 281-288
- Castelluccio E., (2007), “Per una storia dell'anoressia”, in *Psychofenia*, 17, pp. 257-289
- Castoldi V., Riva A., (2016), *I disturbi alimentari degli uomini: ortoressia e vigoressia*, SPC COMO studio psicologia clinica

- Cuzzolaro M. “I disturbi dell’alimentazione nel DSM-5” in Cuzzolaro M., (a cura di) *Anoressie e Bulimie*, il Mulino, Bologna, pp. 52-57
- Della Ragione L., Mencarelli S. (2012), “La costruzione dell’immagine corporea” in Della Ragione L., Mencarelli S., (a cura di) *L’inganno dello specchio. Immagine corporea e disturbi del comportamento alimentare in adolescenza*, Franco Angeli, Milano, pp. 78-125
- Devereux G. (1978), “Normale e anormale” in Devereux G., (a cura di) *Saggi di etnopsichiatria generale*, Armando, Roma
- Dickins M., Browning C., Feldman S., Thomas S. (2016), “Social inclusion and the Fatosphere: the role of an online weblogging community in fostering social inclusion.” in *Sociol Health Illn*, 38, pp. 797-811
- Domenichetti S., Ciasullo R.M., Marroncini L., Martino T., Passerini M., (2018), “Sarà anoressia? Un servizio di salute mentale: che domande e che risposte” in *Nuova rassegna di studi psichiatrici*, 16
- Eco U. (2018), *Storia della Bellezza*, Bompiani, Milano
- Erbuto D. (2014), “Riflessioni sull’esperienza della corporeità: tra Leib e Körper”, in *Rivista online dell’I.I.F.A.B.*, 7, pp. 1-14
- Fardouly J., Pinkus T.R., Vartanina R.L. (2017), “The impact of appearance comparisons made through social media, traditional media, and in person in women’s everyday lives” in *Body Image*, 20, pp. 31-39
- Ferrari E., Ruberto G.M., “La bigoressia o dismorfofobia muscolare: una nuova patologia emergente”, in *Bollettino della Società Medico Chirurgica di Pavia*, 125, pp. 373-377
- Ferrero Camoletto R. (2015), “La dimensione socioculturale del corpo”, In Larghero E., Zeppego G., (a cura di) *Dalla parte della vita. Fondamenti e percorsi bioetici*, Effatà Editrice, Cantalupa, pp. 551-567
- Folegatti S. (2016), “La prevenzione dei disturbi del comportamento alimentare nell’adolescenza e l’influenza dei media”, in Centro Paolo VI (a cura di), *Abilitazione e Riabilitazione*, Guardamagna Editori, Pavia, pp. 17-38
- Forde C., Van Kuijk N., Martin N. (2013), “Oral processing characteristics of solid savoury meal components, and relationship with food composition, sensory attributes and expected satiation” in *Appetite*, 60, pp. 208-219

- Gatti E., Confalonieri E., Ionio C. (2011), “Percezione e rappresentazione dell’immagine corporea in adolescenti con e senza disturbo alimentare”, in Gatti E. et al., (a cura di) *Ricerche di Psicologia*, 2, Franco Angeli, Milano, pp. 171-190
- Ganci A. (2015), “Ortoressia: quando mangiare sano fa ammalare” in *State of Mind*, pp. 1-4
- Gentile G.M., (2007), “Disturbi del comportamento alimentare”, in Mattei R., (a cura di) *Manuale di nutrizione clinica*, FrancoAngeli, Milano, pp. 167-174
- Giuliani G., Di Barborà M., Perilli V., Petrovich Njegosh T., Polizzi G. (2018), “Tavola Rotonda. Visualizzare la Razza e Costruire la Bellezza in Italia (1922–2018)” in *Italian Studies*, 73:4, pp. 432-460
- Goffman E. (2017), “Selections from Stigma” in *The Disability Studies Reader*, (a cura di) Davis J. L., Routledge, New York, pp. 133-144
- Gordon R.A. (2004), *Anoressia e bulimia: anatomia di un’epidemia sociale*, Cortina, Milano
- Greenleaf C., Hauff C., Klos L., Serafin G., (2019), “Fat People Exercise too! Perceptions and realities of shopping for Women’s plus-size exercise apparel.”, in *Clothing and Textiles Research Journal*, 38, pp. 75-89
- Hill Q.M., Hu Y., Mahmood N., O’Toole J.A., Parde J.C., (2018), “First impressions of personality traits from body shapes” in *Psychological Science*, 29, pp. 1969-1983
- Hogue V.J., Mills S.J. (2019), “The effects of active social media engagement with peers on body image in young women” in *Body Image*, 28, pp. 1-5
- Iyengar, S. (1991), “Is anyone responsible? How television frames political issues”, in *American Political Science Review*, 84, pp. 1060-1061
- Mattei R., *Manuale di nutrizione clinica*,
- Meloni C., Mibelli M. (2021), *Belle di Faccia. Tecniche per ribellarsi a un mondo grassofobico.*, Mondadori, Milano
- Montanari M. (2006), “Natura e cultura” in Montanari M., (a cura di) *Il cibo come cultura*, Laterza, Bari, pp. 1-10
- Nerini A., Stefanile, C., Mercurio, C. (2009), “L’immagine corporea”, in Dettore D., (a cura di), *I disturbi dell’immagine corporea*, McGraw-Hill, Milano, pp. 1-13
- Remotti F. (2013), “Fare umanità, i drammi dell’antropo-poiesi”, in Remotti F., (a cura di) *Fare umanità, i drammi dell’antropo-poiesi*, Laterza, Bari, pp. 1-31

- Richard P. (1967), “Analyse des mythologiques de Claude Lévi-Strauss”, in *L’Homme et la société*, 4, pp. 109-133 <https://doi.org/10.3406/homso.1967.1027>
- Rinaldi J., Rice C., Kotow C., Lind E. (2020), “Mapping the circulation of fat hatred”, in *Fat Studies*, 9:1, pp. 37-50
- Harris J., Cale L., Duncombe R., Musson M. (2018), “Young people’s knowledge and understanding of health, fitness and physical activity: issues, divides and dilemmas” in *Sport, Education and Society*, 23:5, pp. 407-420
- Hogue V.J., Mills S.J. (2019), “The effects of active social media engagement with peers on body image in young women” in *Body Image*, 28, pp. 1-5
- Lalli N. (1997), “Dallo schema corporeo all’immagine corporea: la complessità del vissuto corporeo” in Lalli N., (a cura di) *Lo spazio della mente - Saggi di psicosomatica*, 2, Liguori Editore, Napoli, pp. 1-13
- LeBesco K. (2011), “Neoliberalism, public health, and the moral perils of fatness” in *Critical Public Health*, 21:2, pp. 153-164
- Le Breton D. (2021), *Antropologia del corpo*, Meltemi, Milano
- Lottini V. (2019), *Malati di bellezza. Storia di un amore mancato da Dorian Gray all’anoressia-bulimia.*, Albatros, Roma
- Luxardi G., Ostruzzi R. (2009), “Le metafore della bulimia”, in Cavanna D., Stagi L. (a cura di) *Sul fronte del cibo. Corpo, controllo, soggettività*, Franco Angeli, Milano, pp. 123-141
- Lydecker, J.A., Cotter, E.W., Palmberg, A.A. (2016), “Does this Tweet make me look fat? A content analysis of weight stigma on Twitter.”, in *Eat Weight Disord* 21, pp. 229–235
- Mangweth-Matzek B., Hoek W.H. (2017), “Epidemiology and treatment of eating disorders in men and women of middle and older age” in *Current Opinion in Psychiatry*, 30, pp. 446-451
- Marrone G. (2015), “Food Porn: l’esposizione del cibo”, in Abruzzese A. (a cura di) *EXPO 1851-2015. Storie e Immagini delle Grandi Esposizioni*, Utet, Torino, pp. 3-13
- Meulman A.M., (2019), “Sizeism in Therapy: Fat Shaming in Supervision” in *Women & Therapy*, 42:1-2, pp. 156-163

- Novara C., Pardini S., Pastore M., Mulatti C. (2017), “Ortoressia Nervosa: un’indagine del costruito e delle caratteristiche psicometriche della versione italiana dell’Eating Habits Questionnaire- 21 (EHQ-21)”, in *Psicoterapia Cognitiva e Comportamentale*, 23, pp. 291-316
- Pallecchi D., (2007), “Aspetti socio-culturali e psicodinamici di bulimia e anoressia”, in Mattei R., (a cura di) *Manuale di nutrizione clinica*, FrancoAngeli, Milano, pp. 175-181
- Pasolini P. (2018), *Il Fascismo degli antifascisti*, Garzanti s.r.l., Milano
- Quian J., Wu Y., Liu F., Zhu Y., Jin H., Zhang H., Wan Y., Li C. & Yu D., (2022), “An update on the prevalence of eating disorders in the general population: a systematic review and meta-analysis” in *Eating Wight Disorders*, 27, pp. 415-428
- Ravary A., Baldwin M.W., Bartz J.A. (2019), “Shaping the Body Politic: Mass Media Fat-Shaming Affects Implicit Anti-Fat Attitudes” in *Personality and Social Psychology Bulletin*, 45(11), pp. 1580–1589
- Rinaldi C. (2020), “Body Politics and Fat Shaming.”, in Ross K., (a cura di) *The International Encyclopedia of Gender, Media, and Communication*, 2, pp. 1-3
- Riva C. (2012), *Disturbi alimentari e immagine del corpo: la narrazione dei media*, Edizioni Angelo Guerini, Milano
- Riva F. (2015), “Grasso/Magro. Un circolo perfetto”, in Pacelli M., Sodano G. (a cura di) *Questioni di Cibo. Il valore dell’olio vol. 2.*, 7, Agraeditrice, Roma, pp. 68-71
- Rodan D. (2015), “Bringing Sexy Back: To What Extent Do Online Television Audiences Contest Fat-Shaming?”, in *M/C Journal*, 18(3), pp. 1-14
- Ruggiano E.M., (2019), “Le nuove dipendenze in relazione alla incapacità a emettere un consenso matrimoniale valido” in *Stato, Chiese e pluralismo confessionale*, 9, pp. 1-66
- Sánchez R., Jenine K. Harris, Philippe Sarrazin, Chalabaev A. (2022), “Fat-Burning Or Fat-Shaming? Theme And Community Overlap Between Online Weight-Stigmatizing And Exercise-Promoting Networks.” PREPRINT (Version 2), reperibile su Research Square [<https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-526129/v2>]
- Rose Spratt T.J. (2021), “Understanding ‘Fat Shaming’ in a Neoliberal Era: Performativity, Healthism and the UK’s Obesity Epidemic”, in *Feminist Theory*, 10, pp. 1-16

- Salvini A. (2012), "Eccessi nosografici e abusi diagnostici: il caso della Vigoreggia", in *Scienze dell'Interazione*, 1-2, pp. 1-32
- Saunders F.J., Eaton A.A., Aguilar S. (2020), "From self(ie)-objectification to self-empowerment: The meaning of selfies on social media in eating disorder recovery" in *Computers in Human Behavior*, 111, pp. 106-420
- Savani P., Vecchi D., (2008), "Una fame da morire. Dal vuoto esistenziale al nutrimento creativo di Sé", Istituto Meme, Modena
- Serpe D. (2017), "Alle origini del mito della magrezza", in *Scienza e Movimento*, 9, pp. 11-15
- Sastre A. (2014), "Towards a Radical Body Positive", in *Feminist Media Studies*, 14:6, p. 929-943
- Schlüter C., Kraag G., Schmidt. J. (2021), "Body Shaming: an Exploratory Study on its Definition and Classification" in *Internal Journal of Bullying Prevention*, 2021, pp. 182-195
- Sei-Hill K., Willis L. A. (2007), "Talking about Obesity: news framing of who is responsible for causing and fixing the problem", in *Journal of Health Communication*, 12, pp. 359-376
- Stagi L. (2002), *La società bulimica. Le trasformazioni simboliche del corpo tra edonismo e autocontrollo*, Franco Angeli, Milano
- Stagi L. (2009), *Anticorpi. Dieta, fitness e altre prigionie.*, Franco Angeli, Milano
- Stagi L. (2014), "Lifestyle television and diet: body care as a duty." in *Italian Journal of Sociology of Education*, 6(3), pp. 130-152
- Stagi L. (2016), *Food porn: l'ossessione del cibo in TV e nei social media*, EGEA, Milano
- Stano S. (2018), "Mauvais à regarder, bon à penser: il food porn tra gusti e disgusti", In Del Maarco V., Mazzucchelli F. (a cura di) *Nuove pratiche digitali. La ricerca semiotica alla prova*, 23, pp. 1-7
- Swami V., Monk R. (2013), "Weight bias against women in a university acceptance scenario." in *Journal of General Psychology*, 140 (1), pp. 45-56
- Tramontana A. (2014), "La costruzione sociale del corpo. L'anima, la merce e il manichino", in Meo M., (a cura di) *Ripensare il corpo. Rappresentazioni, medicalizzazioni, decolonizzazioni*, Aracne, Roma, pp. 23-41

- Van Amsterdam N., (2013), “Big fat inequalities, thin privilege: an intersectional perspective on ‘body size’” in *European Journal of Women’s Studies*, 20, pp. 155-169
- Van Eeden E.A., Van Hoeken D., Hoek W.H. (2021), “Incidence Prevalence and mortality of anorexia nervosa and bulimia nervosa”, in *Current Opinion in Psychiatry*, 34, pp. 515-524
- Volpato C. (2011), *Deumanizzazione. Come si giustifica la violenza.*, Laterza, Bari
- Wright S.M., Aronne L.J., (2012), “Causes of obesity” in *Abdom Radiol*, 37, pp. 730–732
- Zermati P.J., Apfeldorfer G. (2013), *Bugie, dieta Dukan e altre sciocchezze*, Rizzoli, Milano

Sitografia

Ministero della Salute, *consultato il 06/04/22*

https://www.salute.gov.it/portale/news/p3_2_1_1_1.jsp?menu=notizie&id=3257

Istituto Superiore di Sanità, *consultato il 22/05/22*

<https://www.epicentro.iss.it/anoressia/epidemiologia>

The University of New Mexico, *consultato il 23/05/22*

<https://web.archive.org/web/20130911010258/http://news.unm.edu/newsmedia/advisories/professor-geoffrey-miller-censured-by-unm>