

Psicologia e cibo

Cibo, sesso e conflitti d'identità nella donna moderna

di Francesco D'Ambrosio

Il presente lavoro vuole offrire una sintetica rassegna delle attuali conoscenze sulla sessualità nella donna moderna, considerando quelli che sono i conflitti d'identità che conducono a problemi di natura alimentare e alla percezione fallace del ruolo sessuale femminile e, infine, ai disturbi sessuali a esso correlati



Oggi le donne sono contemporaneamente e, paradossalmente, ossessionate dal cibo e dalla perfezione del proprio corpo. Nello stesso tempo, però, c'è un calo d'interesse per il sesso e la mancanza di desiderio è il problema sessuale numero uno tra le donne di oggi. In effetti, in assenza di amore, il cibo fornisce un confortevole sostituto del piacere erotico, particolarmente in quest'epoca di sollecitazione sociali, di ruoli sessuali in conflitto e di insicurezza nei rapporti. Esso, tuttavia, può riempire così il vuoto e le sensazioni di solitudine che si creano in questo mondo pieno di pressioni, trasformando la realtà in una cornice fatta molto più di patologie che non di piacere.

Assistiamo quindi a grandi cambiamenti culturali per la donna, dove i comportamenti alimentari inappropriati o anomali, quali appunto quelli bulimici sono assurti a espressione critica dei dilemmi della propria identità sessuale.

E' ormai nota l'idea che i fondamenti dell'esperienza e della vita umana da sempre sono legati a una sintonia di funzionamento tra sesso e cibo (per esempio, il piacere dei cibi raffinati e il piacere dell'alcova). Purtroppo, però, nell'epoca in cui stiamo vivendo avviene esattamente il contrario, il cibo è così diventato un amante al quale le donne devono rinunciare per trovare l'amore. Si ritiene che tutte le donne con problemi alimentari anomali, di tipo bulimico¹ (o "bulimarexiche", come preferisce chiamarle Boskind-Lodahl), non rifiutano il ruolo femminile, ma si conformano in maniera eccessiva agli stereotipi della femminilità. In realtà, queste donne, rispetto alle anoressiche, tendono a mantenere a livello consapevole, una forte identificazione con il ruolo sessuale femminile tradizionale. Inoltre, la maggioranza di esse ha

¹ Il comportamento bulimico è caratterizzato da ricorrenti episodi di "abbuffate" in cui vengono assunte molto rapidamente grandi quantità di cibo "proibito", seguiti dall'adozione di mezzi inappropriati per controllare il peso (per esempio, vomito autoindotto, uso di lassativi, diuretici o altri farmaci, digiuno e iperattività fisica).

avuto una vita sessuale molto attiva e desidera piacere ai maschi, a differenza peraltro delle anoressiche, che in gran parte evitano il sesso e non hanno esperienza a riguardo

E' stato osservato che il più delle volte, la donna bulimica è molto sensibile alle critiche e al rifiuto da parte degli uomini, con i quali è portata a instaurare relazioni turbolente. In ogni caso, il padre continua a restare per lei un potente modello di identificazione. Si noti che, in genere, le donne bulimiche si sforzano di solito per differenziarsi dalla madre perché la considerano debole e incapace. In questo caso, rifiutano nelle loro madri tutto ciò che è debolezza e tradizionalismo, mentre idealizzano tutto ciò che rappresenta il potere paterno. Tale svalutazione del ruolo materno tradizionale, porta a manifestare uno scarso valore a tutte le attività volte alla cura e all'educazione dei bambini. La soppressione di questo ruolo di "nutrice" nel sé è un problema centrale per queste donne che sono evidentemente incapaci di nutrire se stesse.

Oltre a ciò, bisogna tener conto che le donne bulimiche rimangono imprigionate dalle influenze esterne e, in particolar modo, i loro modelli di vita sono strettamente collegati all'immagine delle modelle e dei personaggi dei mass-media. Tutto ciò, contribuisce ovviamente a rendere la situazione insostenibile per le persone più vulnerabili.

A questo punto possiamo dire che le donne bulimiche danno un particolare significato ad alcune caratteristiche dell'aspetto fisico, più specificamente associano la magrezza al potere maschile e la grassezza alla debolezza femminile. In questo modo, vivono un problema di identità, restando prigioniere del dilemma di come integrare le loro ambizioni al desiderio di condiscendenza e di passività. Di fatto, la magrezza è per le bulimiche il punto di fusione di quelli che sono gli elementi contraddittori della nuova identità femminile, costituita per una parte da capacità e padronanza e, per l'altra, da sentimenti materni e di sottomissione verso gli uomini. Inoltre, per molte bulimiche, le modalità di relazione con gli uomini sono determinanti. Precisamente, esse hanno un crescente bisogno di veder riconosciuta la propria femminilità per la necessità di piacere agli uomini. Pertanto, tenderanno a sopprimere i propri bisogni e le ambizioni individuali per essere accettate dagli uomini: per questo motivo i sentimenti di rabbia saranno rimossi attraverso gli episodi di abbuffate o di sovralimentazione (consumo di elevate quantità di cibo).

A tale proposito, è interessante notare che le questioni sottese, ossia i conflitti provocati dalla ricerca del successo e dell'autonomia, il sentimento che si prova per il proprio aspetto fisico e la relazione sussistente tra le patologie alimentari e il destino delle proprie identità sessuali sono caratteristici dell'esperienza femminile contemporanea. E tutto ciò, ovviamente, pervade la psicologia femminile, a tal punto che anche se i sintomi sono cambiati, la dicotomia latente è la medesima: le donne bulimiche reprimono le proprie necessità essenziali, che siano alimentari o sessuali, al fine di essere amate.

Come sottolineato sopra la persistente costrizione dei normali stimoli del corpo nelle donne bulimiche, crea come conseguenza una varietà di disturbi sessuali, che include l'incapacità di raggiungere l'orgasmo e la completa mancanza di desiderio. In realtà, le donne che soffrono di questo disturbo non hanno desideri sessuali e inoltre non ricavano neanche piacere dal contatto, dalle carezze, dai baci o da altre simili attività. Esse si costringono alla fame in mezzo all'abbondanza, sessualmente o nutritivamente, per dirla con le parole di Hardman e Gardner. Molte altre non riescono neppure ad essere eccitate e devono perciò sottoporsi a cure psichiatriche o psicologiche per i loro inibiti desideri sessuali. Certamente non tutte le donne bulimiche soffrono di disturbi sessuali, ma ognuna deve affrontare in qualche forma il conflitto fondamentale: farlo o non farlo.

Come sappiamo, il sesso è qualcosa di più che un fatto fisico: implica coccole, contatto, intimità e la fusione dei due amanti. In tal senso, soddisfa quindi i bisogni primordiali di contatto fisico del corpo. Per la maggior parte delle donne, esprimere la propria sessualità a qualcuno significa diventare vulnerabili, dare fiducia all'altra persona, lasciarsi andare e abbandonarsi senza alcun controllo. Va in ogni modo notato che per molte donne bulimiche, però, non è così. In questi casi, quando manca l'amore, come si diceva sopra, è il cibo a fornire un confortevole sostituto del piacere erotico.



A tale proposito, studi recenti hanno dimostrato che la caratteristica predominante in questi disturbi è il problema del controllo. I risultati indicano che, sebbene la donna che soffre di anoressia nervosa controlla il proprio corpo tramite il non mangiare e con la preoccupazione di “cedere” e quindi perdere il controllo alla propria sessualità allontanando da sé i propri sentimenti erotici, la donna bulimica ha dei periodi di digiuni intervallati da quelli di

abbuffate, in cui ingerisce migliaia di calorie proibite e, quando sperimenta l'orrore di quel che ha fatto, si purga in ogni maniera possibile, come il vomito o l'abuso di lassativi. Questo sottolinea come le sue orge alimentari sono di conseguenza una serie di rapporti sessuali occasionali, seguiti da un senso di disgusto e repulsione, poiché ha minore controllo sulle sue voglie e cede, una volta dopo l'altra, per poi ricominciare questo ciclo daccapo.

Abbiamo visto che, i problemi di natura alimentare, sono dunque le conseguenze dell'ossessivo controllo degli stimoli fisici, così come la frigidità, l'anorgasmia (cioè l'incapacità di avere un orgasmo) e il vaginismo (la contrazione della vagina per evitare la penetrazione) sono il risultato di un controllo della naturale espressione di normali stimoli sessuali.

Si può dire in conclusione che, considerando i conflitti di natura psicologia che caratterizzano lo sviluppo del comportamento bulimico, è interessante rilevare che tale comportamento implica una notevole menomazione nella vita sociale e personale, inclusa quella sessuale, e seri rischi sul piano somatico. Le donne che soffrono di questo disturbo non hanno desideri sessuali e non ricavano neanche piacere dal contatto, dalle carezze, dai baci o da altre simili attività. In più, tale disturbo ha un decorso cronico o intermittente, con periodi di remissione dei sintomi che si alternano a ricadute e la durata è dell'ordine di anni, anche di molti anni.

Riteniamo, pertanto, che quanto fin qui esposto possa aprire la strada a indagini utili lungo il versante della prevenzione. ■

I contenuti del presente articolo sono di proprietà di SIFIPsi, se non diversamente indicato, coperti da copyright. Disclaimer