

AUTORE: CRISTIANA GELFI

TESTIMONIANZA DI UN'EX-ANORESSICA INTRAPPOLATA IN MILLE PROBLEMI PSICHICI.

Qualcosa non andava. Ero infelice, prendevo di nascosto i tranquillanti di mia madre.

Però ero bella, obbediente, intelligente, insomma, la figlia che ogni genitore avrebbe voluto avere....Fino all'età di 15 anni, quando, a mia madre, venne diagnosticato un tumore al seno ed io, dentro di me, dissi : voglio morire anch'io. Così iniziò la mia autodistruzione.

Cominciai dal cibo; non è che non mangiavo. Mi limitavo ai pasti principali rigorosamente Selezionati. Non vomitavo. Ma tutti i modi erano buoni per i modi erano buoni per sprecare energia fisica e mentale, e perdere peso. Ero iperattiva, non dormivo di notte e dopo un nuovo, serio calo ponderale, il mio medico diagnosticò un quadro di anoressia nervosa grave. Fui ricoverata per amenorrea a 16 anni, ma, allora, anni Ottanta, non si conoscevano ancora la portata e l'evoluzione di questa malattia che, lasciata a me stessa, mi condusse, nel 1988 ai 25 kg. Ed a un T.S.O. in cui mi praticarono la digiunostomia. Quattro mesi d'inferno; ero ricoverata in chirurgia, ma, all'indicazione "forzata" di bere del latte, tentai di buttarmi dalla finestra e mi ritrovai in psichiatria con due endovenose di Valium. La mia ribellione era stata sedata, anche se sabotavo le sacche del Nutrinut e seguivo una dieta " ipercalorica" vegetariana. Loro vedevano e sapevano tutto. Trovai poca comprensione e molto disprezzo. Capivo che, se avessero potuto, mi avrebbero rovesciato il vassoio del cibo sulla testa, anziché portarmelo in camera (mi vergognavo a farmi vedere mangiare) e mi avrebbero riempito le sacche di cianuro. L'unica che "aveva pietà" di me e mi tollerava era una psichiatra toscana da poco ivi trasferita che mi teneva la mano quando mi mettevano i punti, senza anestesia, perché il foro in cui entrava la PEG si era allargato. Ho omesso di dire che, in quegli anni, quando ero 17enne, mia madre morì per il tumore al seno e, figlia unica, mi restò vicino mio padre, anziano, ma tutt'ora vivente.

Completai gli studi di maturità; amavo la biologia e, più per strapazzarmi che per amore agli studi, frequentai per due anni la facoltà di scienze biologiche a Milano, distante 120 .km. Dal mio paese, da percorrersi in bus. Tutto questo prima del T.S.O. in cui mi avevano imposto come traguardo di uscita, i 39kg., dai 25 cui ero partita. Manipolavo tutto, persino il sangue lo facevo uscire di nascosto dall'ago-cannula per abbassare i globuli rossi (sindrome di Munchausen?). Niente. Venne tutto alla luce. Dopo due trasfusioni mi tolsero l'ago ed io, dopo un'iniziale dissenteria quotidiana, cominciai a prendere peso. Non volevo- né potevo- vedere nessuno. Mio padre mi faceva visita tutti i giorni ed io piangevo disperata per il mio

lievitare di forme, colori, dimensioni. Fingevo di non sentire la fame, perché anoressia nervosa non significa non avere fame, bensì avere il controllo dello stimolo famelico per negarlo. Per cinque anni il mio DCA era apparso una cosa “normale” : magra non mi sono mai sentita, ma me lo dicevano, anche se non ci credevo.

Però iniziai anche con l'autolesionismo, dopo aver sottratto (sempre di nascosto) un bisturi da qualche ambulatorio ed essermi tagliuzzata le braccia a livello più o meno superficiale. Da lì , sono iniziati gli interminabili ricoveri in SPDC con annesse diagnosi di disturbo bipolare e psicosi. Farmaci ne prendevo a iosa, sondini naso-gastrici, flebo nutrienti, succlavie, persino sostanze anabolizzanti sotto controllo medico, beveroni ipercalorici. Ormai mi ero rassegnata ad ingoiare qualcosa (vegetariana, però), ma, mentre il mio peso saliva, il mio umore scendeva in basso, sempre più in basso, fino alla depressione, all'apatia, all'introversione. Non mi andava di vedere nessuno, passavo le giornate in casa tra libri, poesie scritte anche da me, musica di Minghi alternata a quella dei Queen e la mia immancabile gatta che avevo battezzato Heidi, sì, in onore della pastorella svizzera dei cartoni animati. Ero sempre triste, svogliata ; facevo le cose sempre per senso del dovere, finché, in un ricovero durante il 1996, mi vennero praticati 10 elettroshock. Stranamente, ne trassi beneficio, ma, allora, ricavavo sollievo anche solo stando in ospedale perché ancora non si erano stancati di me ed il mio psichiatra di allora aveva capito la situazione. Alla farmacologia venne affiancata la psicanalisi : colloqui con una psicologa si ripetevano per cercare chissà quale origine avesse il mio malessere. Non m'importa conoscerne le cause. Stavo, stò , male e questo è quel che conta. Non me ne frega niente se si configura nel passato, nel presente o nel futuro: il passato non torna più, il presente lo vivo male e il futuro....beh! penso proprio di non avere un futuro. Comunque, più passava il tempo e più crescevano l'aggressività ed il senso di inadeguatezza. L'irritazione e gli sbalzi d'umore erano all'ordine del giorno. Cercai anche di farmi una vita meno dipendente trovandomi un “fidanzat”, anche se il mio rapporto con la sessualità era pessimo. Dopo dodici anni d relazione a distanza in cui mi sentivo sottomessa e non gratificata come volevo (quando mi metto in testa una cosa è quella), anche questo capitolo si chiuse, con mio ulteriore crollo nervoso.

Nel frattempo, il mio psichiatra aveva lasciato la pubblica professione. Mi sentivo tradita, abbandonata, arrabbiata e, soprattutto, sfiduciata. Nel corso di tutti quegli anni avevo tentato il suicidio sette volte (avevo ingerito persino una bottiglia di candeggina....) e avevo bisogno di un supporto che mi aiutasse a ritrovare l'autostima. Non potevo sempre appoggiarmi a mio padre- nel frattempo invecchiava anche lui- e la sanità pubblica non mi offriva più quello

di cui avrei avuto bisogno. Tentai anche con due ricoveri fuori regione a Verona, Villa S. Giuliana, comunità psichiatrica di recupero. Il primo anno (2016) andò Bene : finalmente trovavo spazi miei, medici e operatori che mi mettevano alla prova e Piccolo riscontro positivo. Il secondo anno (2017) presero il sopravvento il mio pessimismo e la mia negatività : venni isolata in camera singola e mi venne proibito di esternare con gli altri pazienti i miei propositi suicidi. Tornai a casa che ero una zombie. Perché era tutto così difficile? Perché è più difficile vivere che morire? Se ha ragione Emily Dickinson :

“Una parola muore quando è detta. Io dico, proprio quel giorno, comincia a vivere”:

Non ho mai smesso di scrivere, specie per corrispondenza, e parlare – riconosco di Essere logorroica- , ma proprio questo elemento mi ha permesso di sopravvivere a tante disgrazie che, nel frattempo, si erano incastrate nella mia vita.

Se si potrebbe pensare che ero la tipica “pazza” con allucinazioni visive e uditive, comportamento volgare, atteggiamento fuori posto, ci si sbaglia di grosso. Dimessa da S.Giuliana con con la diagnosi “disturbo borderline di personalità”, mi sono trasformata nel dr. Jekyll e mr.Hyde di Stevenson. In apparenza dr. Jekyll, la vera io mr.Hyde. Ambigua, ambivalente, degenero dal punto di vista del ragionamento, arrivo ad essere considerata “santa” quando, in realtà, sono un demonio. Non trovando più malattie a cui appigliarmi mi convinsi che, nel profondo, tutte le mie deviazioni derivano da un immaturo rapporto con me stessa e da una mia mai sviluppata autostima.

Però, tra il voler attirar l’attenzione e il farsi del male.....c’è di mezzo la patologia.

Come si può definire la malattia del rancore? Amore-fobia ? Non credo più nella pubblica sanità. O, per lo meno, per quanto mi riguarda. Dopo essermi “cronicizzata”, non vengo più tenuta neppure in considerazione. Basta ricoveri per quelle che sono le “solite paturnie” : arrangiati come puoi! Affronta le tue ombre, i tuoi fantasmi del passato, i tuoi ego negati. Basta che non fai rumore, perché sei una paziente scomoda, come tutti i sofferenti di disagio psichico. La mia vita è diventata routine, tra il dormire troppo e il dormire niente, tra euforia e depressione, sempre impastata in un rapporto perverso col cibo. Per fortuna, non sono nata ai tempi della lobotomia o mi sarei trovata con la camicia di forza relegata in una stanzina di chissà quale clinica, priva di volontà, anedonica e con lo sguardo fisso nel vuoto. Il mio disagio, ora, si esprime soprattutto verbalmente, con accenni continui alla morte (mia), all’autodistruzione (mia), all’alienazione (sempre mia).

Mi sento prigioniera di me stessa, ma anche dei giudizi, delle condanne e delle ipocrisie.

Ho sviluppato una sensibilità atroce, è come se sentissi “a pelle” le cose che non vanno, dal macrocosmo al microcosmo. Non tento più il suicidio, perché sono rassegnata ; prima o poi

arriverà anche la mia ora. Non voglio più aggirarmi fra i bianchi letti della psichiatria dove mi sequestrerebbero persino le lamette e gli secchietti. Ci sono tanti modi per morire, si può essere morti dentro ed apparire all'esterno come un burattino di cui qualcun altro muove i fili. Come viene detto anche nel film JOKER, forse il malato psichico più famoso nella cinematografia :

“La cosa peggiore della malattia mentale è che la gente si comporta come se non ce l'avessi”. Ecco, qui sta il punto : la diversità psichica non è accettata, sia essa sopra o sotto le righe. Io lo sperimento da quarant'anni : la ribellione interiore che ti porta a gesti “non-normali” è considerata patologia, ma gli enti e le istituzioni ti considerano ugualmente idoneo ad essere autosufficiente. Un malato psichiatrico non lo sarà mai, perché la società odierna lo ha etichettato, lo ha bollato e non gli offrirà nessuna prospettiva, nessun futuro. Dipendenti dagli psicofarmaci e analisi psicologiche, non si va lontano. Lasciateci sopravvivere, con una buona dose di autoironia si potrebbe, ma il destino del malato psichico, io per prima, è essere relegato, lasciato a se stesso, perché, dopo un po', ci si stufa delle persone “speciali”.