



## LA SICOB CONTRO LO STIGMA DELL'OBESITÀ

Un tempo a giugno cominciavano i campionati del mondo che accompagnavano le notti d'estate o le notti magiche cantate dalla Nannini e Bennato.

Quest'estate, esattamente il 21 Giugno, ci sarà una nuova sfida lanciata su TikTok, si chiama la *Boiler (scaldabagno) Summer Cup*.

In cosa consiste? Le regole sono semplici quanto crudeli e disarmanti: si rimorchia la ragazza con maggiore sovrappeso, si documenta il tutto su un video e si vince (in base ai chilogrammi delle ignare vittime) un ingresso in discoteca, bevande alcoliche o forse solo quella gloria degradante segno di un disagio giovanile che non sembra tenere conto degli effetti di certe azioni sugli altri.

La challenge lanciata dal social TikTok è una delle facce dello stigma basato sul peso e dell'accettazione sociale sul prendere in giro le persone a causa del loro peso.

Bullismo, discriminazione, grassofobia, body shaming... qualsiasi termine vogliamo utilizzare, l'essere in una condizione di sovrappeso o di obesità può essere per le persone una gogna che autorizza a svalutazione sociale, maltrattamenti e penalizzazioni.

Il peso può portare a penalizzazioni nelle aree più importanti della vita della persona come per esempio minore probabilità di essere assunto mediante un colloquio di lavoro, valutazioni più scarse da parte dei docenti a scuola, esclusioni sociali nelle relazioni interpersonali etc...

Dal punto di vista clinico e psicologico subire lo stigma sul peso può ridurre la qualità di vita, aumentare i livelli di stress e rispondere allo stesso stigma con comportamenti non salutari come mangiare più cibo, evitare l'attività fisica e/o le visite mediche. Inoltre lo stigma basato sul peso può aumentare la vulnerabilità alla depressione, all'ansia, può incrementare l'insoddisfazione corporea, l'isolamento sociale e il senso di fallimento e infine sicuramente abbassa l'autostima.

Lo stigma sul peso ha origine e nutrimento dall'idea semplicistica dell'obesità non vista come malattia cronica, multifattoriale, complessa e recidivante, ma come debolezza di carattere e segno di un fallimento personale.

“Mangia di meno e muoviti di più”, “volere è potere”, “è solo questione di forza di volontà”... sono tra gli slogan principali che spesso chi è affetto da questa condizione si sente dire e che rinforzano l’idea di colpa.

Gli adolescenti sono vittime fragili dello stigma sul peso e la letteratura scientifica ha documentato in diversi studi come le ingiurie sul peso siano le principali ragioni per cui gli adolescenti si prendono in giro e come un’alta percentuale di ragazzi con sovrappeso od obesità riferisca esperienze di stigma a causa del peso.

Lo stigma ponderale può manifestarsi in diversi modi: verbale (prese in giro, insulti, nomignoli ridicolizzanti), bullismo (colpire, calciare, spingere), relazionale (essere esclusi, essere ignorati, essere evitati o essere presi di mira).

Percepire o avere paura di subire stigma a causa del proprio peso può minare le capacità fisiche, sociali e scolastiche dei nostri ragazzi.

I social media hanno un impatto più significativo sulla promozione dello stigma del peso rispetto ad altre forme di media. È stato documentato che il cyberbullismo si verifica sui social media a causa dell’aumento dell’anonimato e della mancanza di conseguenze reali.

Il confronto del corpo tra i coetanei e l’esposizione a immagini non realistiche sui social media con le sue popolari funzioni di filtro promuovono l’insoddisfazione del corpo, i disturbi alimentari e l’autolesionismo. I social media, inoltre, accrescono messaggi negativi sul peso promuovendo la colpa individuale e accrescono gli stereotipi legati alla pigrizia e alla mancanza di disciplina.

Tra gli adolescenti percepire il proprio corpo come sovrappeso aumenta il rischio di suicidio. Tale rischio è aumentato in maniera documentata tra il 2009-2017.

È importante educare al rispetto dei corpi e sugli effetti devastanti che eventi come la *Boiler Summer Cup* possono avere sui nostri giovani.

Intervenire con politiche anti bullismo (non solo sul peso ma in generale per tutte le patologie oggetto di derisione) e anche programmi di prevenzione dell’obesità dovrebbero comprendere un messaggio più ampio e per tutti di educazione a uno stile di vita salutare.

La SICOB condanna incondizionatamente lo stigma dell’obesità e favorisce programmi educativi che prevedono la lotta a questo fenomeno sociale.

Maurizio De Luca

Direttore Dipartimento Chirurgico Ospedali di Rovigo, Trecenta Adria

Vice Presidente SICOB

Daniele Di Pauli

Psicoterapeuta

Commissione Scientifica SIO