Bibliografia per la presentazione del libro
"Storie di ragazze che non volevano essere belle"
Di Angela Spalatro, Ugo Zamburru
Binaria Torino, 2023

I materiali elencati sono disponibili presso la Biblioteca del Centro Studi, Documentazione e Ricerche del Gruppo Abele, negli orari e nelle modalità previste dal regolamento della Biblioteca. L'elenco proposto non esaurisce quanto posseduto in biblioteca sul tema in oggetto. Sono presenti anche pubblicazioni scaricabili on line o in PDF. Per ulteriori approfondimenti, consultare il nostro catalogo.

Angela Spalatro, Ugo Zamburru **Storie di ragazze che non volevano essere belle,** Edizioni Gruppo Abele, Torino, 2023, 143 p.
I canoni di bellezza e forma fisica che alimentano da decenni le società occidentali hanno certamente un ruolo nell'analisi dei disturbi del comportamento alimentare, soprattutto in riferimento ai più giovani. Tra le molte fatiche della crescita, infatti, l'accettazione del proprio corpo è per tante e tanti adolescenti una conquista difficile. Ma c'è molto altro, come raccontano gli psichiatri Angela Spalatro e Ugo Zamburru in questo testo. La battaglia che le loro giovanissime pazienti intraprendono con il cibo, con la fame, con sé stesse, spesso è il sintomo di sofferenze più o meno latenti, che affondano le radici in traumi infantili, in disagio profondo, nella difficilissima impresa che è l'affermazione della propria identità. Nel libro, autrice e autore affidano il racconto dei disturbi del comportamento alimentare alla voce di alcune giovani che di questo malessere hanno fatto esperienza diretta. Molte hanno alle spalle percorsi di cura difficili, ma con esito felice. Nella seconda parte del testo, gli autori ripercorrono i temi emersi nelle storie. In chiusura, alcuni consigli su letture, film e risorse d'aiuto disponibili.
Collocazione Biblioteca: 20158

Laura Dalla Ragione, Raffaela Vanzetta; prefazione Fiorenza Sarzanini, **Social Fame. Adolescenza, social media e disturbi alimentari**, Il pensiero scientifico, Roma, 2023, 276 p.
Ogni giorno milioni di immagini riguardanti l'alimentazione vengono condivise sui social, per alcune persone può essere un gioco, un modo per vivere la convivialità, per altri, come i foodblogger, un lavoro. Ma per molte persone con disturbi alimentari tutto ciò può diventare un'ossessione. Il volume indaga la fragilità tipica dell'adolescenza, facile preda di questo continuo bisogno di essere ammirati, costi quel che costi, con l'obiettivo di comprendere che bisogna educare i giovani a diventare ciò che sono realmente, non facendoli sentire mendicanti di parole ma signori del linguaggio.
In arrivo in Biblioteca

Leonardo Mendolicchio ; prefazione di Francesca Fialdini, **Il peso dell'Amore. Capire i disturbi alimentari partendo da famiglia e scuola,** Bur, Milano, 2022, 147 p.
Secondo l'autore, medico psichiatra esperto di disturbi alimentari, "I disturbi alimentari ci insegnano quanto disagio ci sia nella società". In questo viaggio dentro i disturbi alimentari l'Autore illustra, con esempi e casi concreti, che cosa accade quando una ragazza o un ragazzo decide di alimentarsi in modo diverso, perseguendo l'estrema magrezza oppure la fame smisurata. Spiega inoltre perché è importante affrontare questi disturbi all'interno della famiglia e a scuola, con l'aiuto dei terapeuti.
Collocazione Biblioteca: 19845

Elena Riva, **Fragili amazzoni. I nuovi disturbi alimentari delle adolescenti**, Franco Angeli, Milano, 2022, 133 p.
I disturbi del comportamento alimentare rivelano le difficoltà e i conflitti che accompagnano in adolescenza la costruzione dell'identità di genere e dei suoi ideali di riferimento. Negli ultimi anni è in costante aumento comportamenti riconducibili all'ortoressia e vigoressia. Nel primo caso copre l'ansia di costruire un corpo depurato di ogni inquinante contaminazione, nel secondo caso una corazza muscolare può far sembrare invulnerabili, coprendo le proprie fragilità . L'autrice è psicoanalista e socia dell'Istituto Minotauro.
Collocazione Biblioteca: 19579

Riccardo Dalle Grave, Carine el Khazen, **Terapia cognitivo comportamentale per i disturbi dell'alimentazione negli adolescenti : una guida per i genitori**, Positive press, Verona, 2022, 198 p.
Il libro è una guida all'avanguardia per i genitori basata sulla terapia cognitivo comportamentale migliorata (CBT-E), uno dei trattamenti più efficaci per i disturbi dell'alimentazione e recentemente adattato per gli adolescenti. La Parte I presenta le più aggiornate informazioni sui disturbi dell'alimentazione. La Parte II fornisce ai genitori una guida su come supportare la guarigione del proprio figlio. Il libro può essere di interesse per i genitori di adolescenti con disturbi dell'alimentazione trattati con la CBT-E e anche per i terapeuti che usano la CBT-E con pazienti adolescenti.
In arrivo in Biblioteca

Valentina Carretta, **Breve guida per genitori disorientati. Anoressia, bulimia, obesità e altri disturbi alimentari... si può guarire,** Alpes Italia, Roma, 2021, 104 p.
L'autrice, psicologa psicoterapeuta, vuole affrontare il disagio e lo smarrimento di genitori e familiari che quotidianamente si scoprono disorientati e angosciati nel confrontarsi con i disturbi alimentari (DCA) che affliggono i propri figli. In un linguaggio chiaro e accessibile queste pagine prendono per mano i genitori per guidarli nel loro disorientamento, affrontando concretamente alcuni temi e aprendo ad una nuova prospettiva d'osservazione sui DCA. Questa breve guida pratica vuole aiutare inoltre a comprendere quali siano i segnali da cogliere per poter prevenire e/o affrontare per tempo l'insorgenza di un DCA, quando sia opportuno "iniziare a preoccuparsi", cosa dire e cosa fare concretamente, soffermandosi anche su come affrontare la sensazione di frustrazione, d'impotenza e il senso di colpa che tormenta madri e padri. Il testo risponde anche a quesiti di carattere generale fornendo una breve introduzione a quali siano i DCA, le cause, gli effetti, le differenze fra DCA nell'infanzia e nell'adolescenza, oltre a far parlare i genitori con i professionisti dell'équipe multidisciplinare. Il libro desidera anzitutto sottolineare che si può guarire dai DCA.
Collocazione Biblioteca: 19562

Agnese Buonomo, **La famiglia divorata, Vivere accanto al disturbo alimentare**, Mursia, Milano 2021, 139 p.
Quando un figlio o una figlia si ammalano di un disturbo alimentare è come se l'intera famiglia fosse investita da uno tsunami. Non esiste più nulla, tutto ruota intorno alla malattia. Anoressia, bulimia, binge-eating sono patologie subdole che trasformano in modo drastico la mente e il corpo di chi ne soffre. Dodici storie diverse, un viaggio attraverso gli occhi dei padri e delle madri, ma anche dei fratelli e delle sorelle che vivono e combattono la malattia dei loro cari.
Collocazione Biblioteca: 18916

Chiara Meloni, Mara Mibelli, **Belle di faccia. Tecniche per ribellarsi a un mondo grassofobico**, Mondadori, Milano, 2021, 176 p.
"Belle di faccia" è un progetto nato su Instagram nel 2018 con lo scopo di fare chiarezza sul movimento body positive e sulla fat acceptance che lo ha originato, rimettendo il corpo grasso al centro del discorso e sensibilizzando sul tema della grassofobia e del fat shaming in un modo semplice, fresco e ironico, in modo da avvicinare anche persone che non ne avevano mai sentito

parlare. In due anni di vita il progetto ha contribuito ad avviare in Italia una conversazione su questi temi ancora poco trattati per mancanza di una letteratura di riferimento.
In arrivo in Biblioteca

A cura di Laura Dalla Ragione, Simone Pampanelli, **Cuori invisibili. Obesità e disturbo da alimentazione incontrollata in età evolutiva**, Il pensiero scientifico, Roma, 2020, 203 p.
Ci sono adolescenti e bambini che nessuno vede. Pur essendo ingombranti, pur abitando il mondo con corpi pesanti. I loro cuori sono invisibili, nascosti da un corpo che diventa una prigione. La diffusione dell'obesità in età evolutiva è in forte aumento in tutto il mondo occidentale e in Italia ha raggiunto proporzioni epidemiche. Siamo il primo Paese in Europa per obesità infantile, abbiamo superato i numeri della Spagna e della Grecia, e in alcune regioni italiane la percentuale dell'obesità e del sovrappeso in età evolutiva raggiunge il 35%. Come è potuto accadere nel Paese della dieta mediterranea? Dal 2010 il Centro DAI della USL1 di Città della Pieve, struttura pubblica interamente dedicata al trattamento dei disturbi dell'alimentazione e dell'obesità, ha costruito percorsi di cura specializzati, basati su una metodica arricchita da esperienze, successi e problematiche aperte, per far fronte a una patologia che molto spesso è l'espressione di un disagio più profondo; nello stesso tempo ha messo in campo strategie di prevenzione decisive per il futuro delle nuove generazioni
In arrivo in Biblioteca

Amy Erdman Farrell ; traduzione di Dorotea Theodoli, **Fat shame. Lo stigma del corpo grasso**, Tion, Roma, 2020, 382 p.
Nel suo libro, Amy Erdman Farrell si concentra sul percorso che ha portato alla comparsa del fatshaming, sulle sue radici culturali, industriali e mediche, mettendo in risalto i dispositivi che creano la narrazione del "corpo grasso" come un corpo primitivo, inferiore, difforme rispetto ai canoni stabiliti dalla società.
In arrivo in Biblioteca

Pierluigi De Pascalis, **Ortoressia. Quando il cibo diventa ossessione**, Armando, Roma, 2020, 207 p.
L'autore descrive le tappe di individuazione e definizione di una condizione nota come ortoressia, che si manifesta quando la ricerca del cibo buono o sano diventa un'ossessione che compromette la sfera sociale e la salute dell'individuo. Il testo descrive i test diagnostici, i principali fattori di rischio, le strategie terapeutiche e preventive, il ruolo della famiglia e dell'ambiente riguardanti questo disturbo ossessivo compulsivo. Inoltre, presenta uno studio che delinea la situazione in Italia in merito al tema, individua i soggetti più a rischio e i regimi alimentari più facilmente coinvolti. Il volume è rivolto ai professionisti della nutrizione, ai terapeuti e ai famigliari di soggetti a rischio o con diagnosi di ortoressia.
Collocazione Biblioteca: 18989

Benedetta Canonaco, **Demoni allo specchio. Esperienze vissute di anoressia e bulimia**, Abra Books, Vicenza, 2020, 44 p.
Il libro raccoglie pensieri e riflessioni sui disturbi del comportamento alimentare, bulimia e anoressia, scaturiti dalla personale esperienza dell'autrice. È una testimonianza che vuole sottolineare i processi evolutivi e le conseguenze di questi disturbi, non dal punto di vista medico o psicologico, ma più rivolta agli aspetti intimi e comportamentali.
Collocazione Biblioteca: 18985

Rita Marrama, Gioia Piazzi, Laura Thouverai, **Obesità e sovrappeso. Un corpo per nascondersi**, L'asino d'oro, Roma, 2020, 145 p.
L'obesità è ormai un fenomeno epidemico a livello globale e i dati più preoccupanti riguardano proprio le nuove generazioni. Nel testo sono esposte le principali ipotesi formulate per spiegare perché una persona arrivi a fare delle abbuffate o a piluccare tutto il giorno fino ad ingrassare a dismisura. Le autrici, psicologhe e psichiatre, suggeriscono che il comportamento alimentare è

solo la punta dell'iceberg di qualcosa da indagare nel pensiero non cosciente, un'alterazione dell'identità della persona. Contiene una filmografia.
Collocazione Biblioteca: 19854

Stefano Vicari, Andrea Pamparana, **Il Filo teso. I Disturbi mentali di adolescenti raccontati da due amici improbabili: un neuropsichiatra infantile e un giornalista**, Giunti, Firenze, 2019, 122 p.
Uno dei due protagonisi, Francesco Nitti (alias di Stefano Vicari), primario di neuropsichiatria infantile all'Ospedale Santa Maria del Carmelo, ci accompagna nel mondo spesso sconosciuto dei disturbi psichiatrici che coinvolgono i ragazzi in età evolutiva: anoressia, psicosi, disturbi del comportamento, autolesionismo, autismo, ritardo mentale. Antonio Martini è un giornalista che lo ha contattato per una consulenza su un documentario sull'Autismo ed è diventato compagno di "avventure" del primario nell'intervento su alcuni casi difficili fuori reparto. Le storie dei ragazzi che costellano il volume, seppur rielaborate, prendono spunto da storie vere, raccolte da Stefano Vicari durante la sua carriera professionale. Il libro, che avvicina con delicatezza storie reali e attuali di ragazzi in difficoltà, si prefigge di rimodulare la definizione di disagio mentale, esplorare le sue molteplici forme dall'interno e ridargli l'aspetto che ha per natura: quella di una malattia come tante, da riconoscere e curare.
Collocazione Biblioteca: 19648

Leonardo Mendolicchio. **Prima di aprire bocca. Il corpo nel disagio contemporaneo tra disturbi alimentari, autolesionismo, identità di genere e dipendenze**, Guerini e Associati, Milano, 2018, 119 p.
Questo saggio nasce dall'esperienza maturata dall'autore come direttore sanitario di una comunità per la cura dei disturbi alimentari, con giovani affetti, dice l'autore, non solo da anoressia, bulimia, obesità, autolesionismo, ma soprattutto malati di solitudine. L'autore si incarna nelle storie di ragazzi affetti da disturbi alimentari, oggi così diffusi, per precipitare dentro le esperienze di vita di ciascuno, trovando alcuni spunti di riflessione sui grandi temi umani: la sessualità, la differenza di genere, le genitorialità, le dipendenze, gli abusi e i traumi. Il medium del discorso è il corpo, che smette di essere sostanza dialettica e aperta al mondo per diventare un'icona disumanizzata.
Collocazione Biblioteca: 18942

R. Anderson ... [et al.] ; a cura di Emanuela Quagliata, **Adolescenti in crisi**, Astrolabio Ubaldini, Roma, 2018, 195 p.
Da una prospettiva psicoanalitica, gli autori intendono offrire al genitore un nuovo punto di vista per osservare e comprendere il proprio rapporto con i figli, sostenerli nella crescita e affrontare le aree critiche del toro sviluppo. Questo undicesimo volume della collana affronta le complesse problematiche legate all'adolescenza e ai cambiamenti fisici, emotivi e sociali che tale fase comporta. Questo stadio spesso implica una difficoltà da parte dell'adolescente a riprendere contatto con la realtà, che può assumere la forma di un isolamento con ritiro dalla vita sociale, di comportamenti violenti o autolesionistici, di disturbi alimentari. Spesso un intervento terapeutico può aiutare parallelamente adolescente e genitori ad attraversare questo momento di crisi.
Collocazione Biblioteca: 18027