

## La storia. Bulimia e anoressia, una app (e un'amica) per fermarle

Costanza Oliva sabato 1 giugno 2024



*L'esperienza dei disturbi alimentari attraversata nella propria vita l'ha resa sensibile a chi soffre lo stesso problema. Così Giorgia Bellini ha realizzato il suo sogno: un progetto per aiutarli*

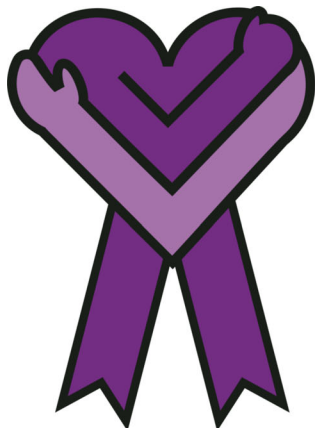


Giorgia Bellini, ideatrice di Corabea - .

Corabea, "avere cuore". È il nome della prima applicazione nata in Italia per i disturbi alimentari. Ed è la storia di Giorgia Bellini che in questo suo progetto e in questo suo sogno ha davvero messo il cuore. «Io per prima ho sofferto per tanti anni di disturbi alimentari, bulimia – spiega –. Ho iniziato ad ammalarmi intorno ai 12 anni. Andavo dalla nutrizionista e dalla psicologa, ma dopo alcuni incontri abbandonavo».

La situazione è progressivamente peggiorata, finché a 19 anni non ha deciso di chiedere aiuto. «Ero arrivata al limite: vomitavo anche sette volte al giorno. Ero a un punto di disperazione e sono stata ricoverata per quattro mesi». Ma c'è voluto molto altro tempo per uscirne. «Sono stata seguita a livello ambulatoriale per cinque anni, è stato un percorso molto lungo». Ora ha 27 anni e ha deciso di usare la sua esperienza per aiutare chi sta combattendo contro questi disturbi. La storia ci aiuta a capire meglio il senso della Giornata mondiale dei disturbi alimentari che si celebra il 2 giugno.

In Italia sono più di tre milioni le persone che soffrono di disturbi del comportamento alimentare (Dca), e il 30% ha meno di 14 anni. Secondo i dati del Ministero della Salute, tra il 2019 e il 2022 i nuovi casi sono più che raddoppiati passando da 680mila a un milione e 450mila. A crescere sono soprattutto le diagnosi di anoressia nervosa.



Il logo di Corabea - .

# Corabea

Il pericolo dell'isolamento e della chiusura forzata in casa denunciato dagli esperti lo ha percepito in modo chiaro anche Giorgia. «Durante il Covid tutti cucinavano in casa e in televisione e sui social si parlava molto di

cibo, di diete e del “pericolo” di ingrassare – ricorda –. Mi resi conto che non era il messaggio giusto da comunicare, soprattutto per chi stava affrontando un disturbo alimentare». È da lì che è partito tutto. «Ho iniziato a usare Instagram per raccontare la mia esperienza e fare dei post di sensibilizzazione. Pian piano ho iniziato a vedere che arrivavano i primi ringraziamenti, le prime richieste di aiuto». Bellini ha deciso di non lasciarle cadere nel vuoto, e ha cercato il modo per aiutare tutte le persone che le scrivevano. «Non mi sono mai permessa di sostituirmi a un medico, sapevo di non avere gli strumenti necessari, ma volevo fare qualcosa. Ho iniziato un po' a fantasticare e dall'anno scorso, più meno in questo periodo, ho dedicato tutto il mio tempo, la mia vita e i miei risparmi per realizzare questo sogno».

Il suo sogno si chiama Corabea. Giorgia Bellini ha lanciato questa applicazione il 15 marzo, in occasione della Giornata nazionale dei disturbi alimentari (quella del 2 giugno è la Giornata mondiale). Si tratta di un percorso online, che inizia con una chiamata conoscitiva con la stessa Bellini. «Ci tengo particolarmente a fare io in prima persona questa prima chiamata, per entrare in contatto con le persone e per far sì che si sentano capite, avendo io vissuto la stessa esperienza. Spesso c'è un grande senso di vergogna nel parlare di queste problematiche, e in questo senso avere una piattaforma online aiuta molto perché permette di superare le resistenze iniziali». «La scorsa settimana ho fatto una call con una signora di 52 anni che inizialmente non voleva farsi vedere, ma pian piano sono riuscita a convincerla». Corabea è uno strumento molto utile anche per chi per questioni personali non riesce ad andare in una sede fisica. «Grazie all'online si riesce a raggiungere più persone. Noi, per esempio, abbiamo pazienti che ci contattano anche dalla Spagna, dalla Germania, dall'America. Spesso sono ragazzi che studiano o lavorano all'estero e sono agevolati da un percorso online».

A oggi, l'équipe di Corabea è formata da 34 professionisti specializzati nel trattamento dei disturbi alimentari tra psicologi e nutrizionisti – e in futuro si aggiungerà anche la figura dello psichiatra – che seguono il paziente con un percorso di sedute online. «Attraverso l'applicazione abbiamo anche creato strumenti innovativi: ciascuno ha la propria cassetta degli attrezzi dove i professionisti inseriscono del materiale per far lavorare la persona tra un colloquio e l'altro, e da giugno partiranno dei corsi di mindfulness», spiega Bellini. Un altro aspetto su cui insiste molto è il supporto familiare: «È importante guidare la famiglia. Per questo abbiamo creato un videocorso gratuito per i familiari, è fondamentale che anche loro abbiano gli strumenti giusti». Al momento sono più di 350 le persone che stanno seguendo il percorso di Corabea. «Sono soprattutto ragazze, due maschi ogni dieci persone, mentre la fascia di età è molto varia: sono perlopiù giovani tra i 22 e i 35 anni, ma la settimana scorsa, ad esempio, ho fatto una chiamata con una bambina di 10 anni, ovviamente con la madre presente».

Tra pochi minuti ha un'altra chiamata, ma prima di raccogliere una nuova richiesta d'aiuto la memoria di Giorgia torna a dove tutto è iniziato. «Quando ero ricoverata, tra le varie attività, realizzavamo dei cartelloni. Su uno di questi in caratteri grandi c'era scritto: cor habeo. La parola “coraggio” viene proprio da quell'espressione latina. Ho scelto quella frase, riformulata in Corabea, perché sono convinta che quando si soffre di disturbi alimentari serve trattarli con il cuore. Le persone hanno bisogno di amore, sia da parte di chi hanno intorno sia dell'amore che uno deve dare a sé stesso: perché quando si ha un disturbo alimentare ci si odia e ci si maltratta in qualche modo, attraverso le restrizioni, le abbuffate, il vomito. È una ricerca di quell'amore che si è un po' perso».

***Abbonati alla newsletter di "è vita": ogni settimana gratis il meglio dell'informazione bioetica. [Clicca qui](#)***

© RIPRODUZIONE RISERVATA

[ISCRIVITI ALLE NEWSLETTER DI AVVENIRE](#)