

LE VELE DI GENOVA **LUCIA COMPAGNINO**

Mangiatori compulsivi, un'associazione cerca di aiutarli

Il gruppo OA compie vent'anni
Domenica 24 riunione aperta

COMPIE 20 anni, il gruppo OA (Overeaters Anonymous, mangiatori compulsivi anonimi) Le Vele di Genova, e invita tutte le persone interessate alla riunione aperta di domenica 24 settembre, dalle 14.30 alle 16.30, al centro civico Remiglio Zena, in salita del Prione 26/1. L'incontro è intitolato "Festeggiamo 20 anni e la forza che continua a farci tornare" e ha lo scopo di far conoscere l'attività del gruppo, uno dei tre in città, di auto mutuo aiuto per persone con disturbi alimentari: dal mangiare compulsivo all'anoressia, dal-

la bulimia al *binge eating*. «La nostra dipendenza è una malattia, anche se siamo liberi, per oggi, dall'ossessione della compulsione sappiamo che da questa malattia non si guarisce mai, perchè c'è sempre il rischio di una ricaduta. Ci aiutiamo con la condivisione della nostra esperienza e il reciproco sostegno e non ci sostituiamo certo ai medici, dai quali ognuno di noi è seguito autonomamente» spiega un membro del gruppo. L'associazione Overeaters Anonymous infatti è nata nel 1960 negli Stati Uniti sull'esempio degli alcolisti anonimi e ne utilizza il metodo di

recupero, un percorso spirituale conosciuto come metodo dei 12 passi e delle 12 tradizioni. In Italia è arrivata nel 1988 e ad oggi conta 67 gruppi ai quali partecipano circa 1.000 persone. Non si chiede né si accetta denaro ed esistono anche dei gruppi telefonici per chi ha problemi a spostarsi.

Il gruppo Le Vele, formato da una dozzina di persone, si riunisce ogni giovedì dalle 17.45 alle 19.15 in salita del Prione ma i membri si tengono in contatto. «So che in qualsiasi momento, se mi sentissi vulnerabile, posso chiamare qualcuno, ognuno di noi ha

uno sponsor e una serie di numeri telefonici da chiamare in caso di bisogno».

Perché ci sono particolari momenti che per i mangiatori compulsivi sono più rischiosi, come le feste o i ricevimenti, e il recupero è reso più difficile dal fatto che non si possono eliminare del tutto i pasti, così come si fa con l'alcol, il fumo o la droga. «Anche se ognuno di noi ha dei cibi che scatenano la fame compulsiva, e quelli vanno evitati». Una volta ogni tre mesi circa c'è una riunione aperta a tutti gli interessati. Per informazioni: o.a.genova@gmail.com e 348-2949703.