



Comune di Bologna



istituzionebibliotechebologna

Biblioteca  
Corticella

# *GENITORI E FIGLI: ISTRUZIONI PER L'USO*



**“I disturbi del comportamento alimentare in età  
scolare e in adolescenza”  
Incontro a cura della Dott.ssa Luisa Barbieri  
e della Dott.ssa Paola Calzolari**

*Proposte Bibliografiche*  
*a cura della Biblioteca Corticella*



**Anoressia, bulimia e obesità** / Massimo Recalcati e Uberto Zuccardi Merli - Torino : Bollati Boringhieri, 2006

*Inventario:*                      *Collocazione:* 616.85 REC

Il libro è opera di due psicoanalisti che da anni si dedicano a esplorare i cosiddetti disturbi alimentari. In un linguaggio chiaro e accessibile a tutti, gli autori rispondono ai quesiti fondamentali che l'anoressia-bulimia e l'obesità pongono non solo al clinico ma anche al soggetto che ne soffre e ai suoi familiari. Quale rapporto c'è tra anoressia, bulimia e obesità? Quali sono i problemi sottesi alla diagnosi differenziale? Quali sono le cause dei disturbi dell'alimentazione? Perché essi si manifestano prevalentemente nell'adolescenza e nei paesi del benessere? Perché l'anoressia-bulimia è una patologia femminile? Vi sono segnali che possono annunciare il rischio della malattia? Qual è la cura e come orientarsi nelle sue difficoltà? Che cosa fare con i familiari e la loro angoscia? Ne risulta una "conversazione" che aiuta a sgombrare il campo da molte delle approssimazioni che ancora circolano intorno a queste malattie, che sono sicuramente tra le forme più diffuse e più scabrose del disagio contemporaneo.



**Briciole : storia di un'anoressia** / Alessandra Arachi. - 5. ed.

Milano : Feltrinelli, 1995 / [Milano] : A. Mondadori, 1992

*Inventario:* CR 4837                      *Collocazione:* 858.914 ARA

È difficile credere all'anoressia mentale. Chi la osserva da fuori non concepisce che il cibo possa diventare un nemico così, all'improvviso, apparentemente senza motivi. Chi la vive non riesce più a capire come le persone possano mangiare senza problemi, senza l'ansia, senza l'angoscia. L'esistenza della protagonista di questo racconto parzialmente autobiografico si riduce un po' alla volta "in briciole". Si tiene in vita con pillole che anticipano l'alimentazione del futuro oppure alternando mangiate che la fanno star male a digiuni inflessibili. Ma sarà proprio una briciola di emozione, la riscoperta dei sentimenti, a ribaltarla e salvarle la vita.



**La gabbia d'oro: l'enigma dell'anoressia mentale** / Hilde Bruch ; traduzione di Lotte Dann Treves - Milano : Feltrinelli, 2003

*Inventario:*                      *Collocazione:* 616.85 REC

Le vittime dell'anoressia sono, spesso, ragazze adolescenti o preadolescenti, figlie modello di "buona famiglia" che si sentono spesso imprigionate da mete irraggiungibili e aspettative irrealizzabili. Sembrano chiuse in una "gabbia d'oro" di privilegi nella quale sentono di non essere al proprio posto e di non poter sopravvivere. La manifestazione principale della malattia è sconvolgente e comporta perdite di peso catastrofiche; la terapia è difficile e la guarigione incerta; i meccanismi di formazione della patologia non sono ancora definiti. Hilde Bruch, utilizzando numerosi esempi della propria casistica, disegna un quadro delle cause, degli effetti e della possibile terapia che, per essere efficace, necessita di una diagnosi precoce.

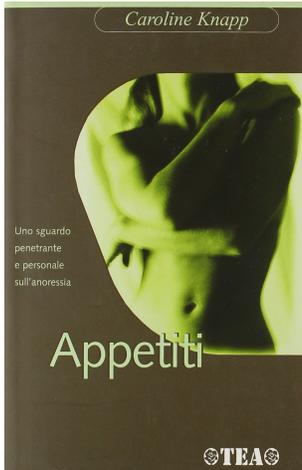


**Donne che mangiano troppo : \*quando il cibo serve a compensare i disagi affettivi** / Renate Göckel

Milano : Feltrinelli, 1991

*Inventario:* CR 14983      *Collocazione:* 616.85 GOC

Come risolvere i problemi di alimentazione attraverso l'analisi dei problemi inconsci che ne stanno alla base. I disturbi della nutrizione nelle loro diverse connotazioni (anoressia, volontaria riduzione dell'apporto alimentare; bulimia, bisogno incoercibile di mangiare; obesità, eccesso di grasso e conseguente aumento di peso), che si manifestano prevalentemente nelle donne, hanno assunto nella società odierna dimensioni preoccupanti. Attraverso la descrizione della psicoterapia di Anna K., affetta da bulimia, Donne che mangiano troppo analizza i motivi che possono indurre una persona a cercare compensazione nel cibo. E dimostra che, individuando i problemi inconsci, è possibile eliminare questi disturbi e liberarsi della "sindrome di dipendenza".



**Appetiti : cibo, look e identità femminile** / Caroline Knapp ; traduzione di Lucia Corradini Caspani Milano : Corbaccio, [2003]

*Inventario: CR 11511 Collocazione: 616.8 KNA*

L'appetito riguarda il mangiare, ovviamente, cosa che per molte donne determina una parte della vita, ma riguarda anche una costellazione più ampia di voglie, desideri e bisogni. Tocca il desiderio più profondo, spesso sperimentato con particolare intensità e sofferenza dalle donne, di essere partecipi del mondo, di provare una sensazione di abbondanza e di possibilità rispetto alla vita, di sperimentare il piacere. Ma soddisfare quelle voglie, accoglierle in sé, indulgere ai piaceri del corpo, sono questioni difficili per molte donne e i confini tra appagamento ed eccesso, tra moderazione e abbandono, tra piacere e autodistruzione sono troppo sottili.



**Cuore di ciccio** / Susanna Tamaro ; illustrazioni di Tony Ross. - 4.rist

Milano : Mondadori, 1994

*Inventario: CR 2858 Collocazione: R RR TAM*

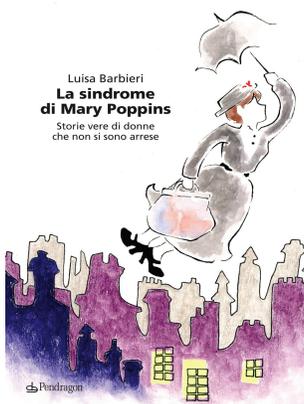
Michele è un bambino grasso, che ha come unico amico il frigo Frig. La mamma di Michele è una donna molto bella, magra e in perfetta forma e non accetta il corpo di suo figlio, non riesce a capire per quale motivo sia così grasso: più fa ginnastica, più Michele ha fame. Lei non può sapere che Frig racconta delle bellissime storie e che la solitudine di Michele sembra meno brutta quando lo apre. Frig, un giorno, decide che anche Michele è un eroe e lo nomina cavaliere con il nome di Cuore di Ciccio. La mamma decide di rinchiudere Michele all'Istituto Acciughini, un luogo dove i bambini diventano magri come grissini, e da quel momento... Età di lettura: da 10 anni.



**La nutrizione** / Emanuele Djalma Vitali - Roma : Editori riuniti, 1980

*Inventario: 178953      Collocazione: 613.2 DJA 1*

In questo volume sono presi in esame tutti i fattori nutritivi indispensabili per l'alimentazione: carboidrati, grassi, proteine, sali minerali. Di ciascun fattore nutritivo sono segnalate le quantità giornaliere necessarie per una corretta nutrizione, atta a favorire l'efficienza fisica e psichica e a prevenire numerose, diffuse, malattie. Numerose tabelle forniscono al lettore chiare risposte a interrogativi di largo interesse e molti dati per facilitare la preparazione di diete particolarmente ricche di determinati fattori nutritivi. In questa nuova edizione aggiornata sono stati maggiormente approfonditi alcuni argomenti di capitale importanza igienico-sanitaria, primo fra tutti quello del colesterolo.



**La sindrome di Mary Poppins : storie vere di donne che non si sono arrese** / Luisa Barbieri - Bologna : Pendragon, 2014

*Inventario: D 17751      Collocazione: 155.633 BAR*

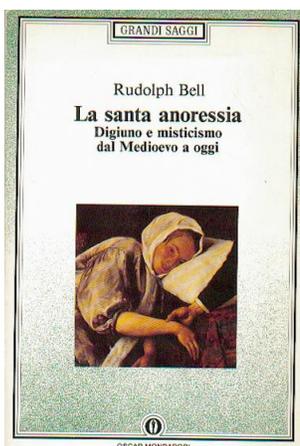
Una tata, una piccola Mary Poppins, alberga dentro ogni donna, nella capacità femminile di comprendere, supportare, accogliere. A volte, però, questo ruolo tende a ingigantirsi sino a dominare il mondo interiore, rinchiudendolo nella gabbia degli stereotipi e dell'asservimento a un sistema declinato al maschile. È così che si diventa mogli, madri e figlie pronte al sacrificio di se stesse, votate a un'esistenza che qualcun altro immagina e rappresenta, fino a soffrire il disagio di vivere. Quindici toccanti storie, raccolte dall'autrice nel corso di decenni di professione medica, in cui altrettante donne narrano la propria battaglia di emancipazione, la ribellione alla violenza e all'omologazione, fino alla vittoria sul consolidato, l'immutabile, il pregiudizio.



**Volevo essere una farfalla : come l'anoressia mi ha insegnato a vivere / Michela Marzano - Milano : Mondadori, 2011**

*Inventario: CR 20581 Collocazione: 616.85 MAR*

Michela Marzano è un'affermata filosofa e scrittrice, un'autorità negli ambienti della società culturale parigina. Dalla prima infanzia a Roma alla nomina a professore ordinario all'università di Parigi, passando per una laurea e un dottorato alla Normale di Pisa, la sua vita si è svolta all'insegna del "dovere". Un diktat, però, che l'ha portata negli anni a fare sempre di più, sempre meglio, cercando di controllare tutto. Una volontà ferrea, ma una costante violenza sul proprio corpo. "Lei è anoressica" le viene detto da una psichiatra quando ha poco più di vent'anni. "Quando finirà questa maledetta battaglia?" chiede lei anni dopo al suo analista. "Quando smetterà di volere a tutti i costi fare contente le persone a cui vuole bene" le risponde. E ha ragione, solo che è troppo presto. Non è ancora pronta a intraprendere quel percorso interiore che la porterà a fare la pace con se stessa. "L'anoressia non è come un raffreddore. Non passa così, da sola. Ma non è nemmeno una battaglia che si vince. L'anoressia è un sintomo. Che porta allo scoperto quello che fa male dentro. (...) Oggi ho quarant'anni e tutto va bene. Perché sto bene. Cioè... sto male, ma male come chiunque altro. Ed è anche attraverso la mia anoressia che ho imparato a vivere. Anche se le ferite non si rimarginano mai completamente. In questo libro racconto la mia storia. Pensavo che non ne avrei mai parlato, ma col passare degli anni parlarne è diventata una necessità." Michela Marzano



**La santa anoressia digiuno e misticismo dal Medioevo a oggi**

/ Rudolph M. Bell ; epilogo di William N. Davis

[Milano] : A. Mondadori, 1992

*Inventario: CR 606 Collocazione: 305.922 BEL*

Un affascinante racconto, ampiamente documentato, che illustra le impressionanti analogie tra la moderna anoressia nervosa e il percorso alla santità di tante figure d'eccezione – da Chiara d'Assisi a Caterina da Siena, da Francesca Romana a Veronica Giuliani.

*“Non si nasce donne: si diventa”.*  
*Simone de Beauvoir*



**Biblioteca Corticella**

Via Gorki, 14

Autobus 27 A - Capolinea Via Byron

Tel. 051/700972

Orari: lunedì-venerdì 8.30-19.00 - sabato 8.30-13.30

