

Dopo aver letto la lettera di «Sara», abbiamo deciso di rispondere soprattutto per esprimere la nostra solidarietà a lei e alla famiglia, che in questo periodo della loro vita stanno combattendo contro un problema ahimè molto diffuso tra i nostri giovani, l'anoressia.

Parlo al plurale perché rappresento un gruppo di professioniste che da poco più di 1 anno ha fondato *Libra*, un'associazione senza

## LETTERA A SARA

# ANORESSIA, IL VALORE DELL'ASCOLTO

scopo di lucro, riconosciuta dalla Regione, che offre un servizio gratuito per la prevenzione dei disturbi alimentari.

Riteniamo infatti che l'informazione sia uno strumento importante per la prevenzione e per la diagno-

si precoce di queste problematiche. Come dimostrano studi recenti, di particolare efficacia sono interventi che aiutino a migliorare l'autostima e la fiducia verso se stessi, individuati come fattori quasi «protettivi» nei confronti dell'insor-

genza dei disturbi alimentari.

In questo primo anno di esperienza si sono rivolti allo sportello d'ascolto numerosi giovani, ma anche familiari che si trovano spesso a combattere in solitudine

contro un forte senso di smarrimento, di impotenza e spesso di colpa. Lo sportello d'ascolto rappresenta uno strumento utile per rompere quel muro del silenzio che avvolge che si trova a combattere con queste problematiche.

Ci rivolgiamo infine a Sara e alla sua famiglia: non mollare, guarire è faticoso e doloroso, ma possibile.

Stefania Pallini  
*presidente Libra*