Il disturbo da dismorfismo corporeo

Nel dismorfismo corporeo la persona è seriamente preoccupata da (immaginari) difetti riguardanti il proprio aspetto fisico, tanto da non uscire più di casa o da sottoporsi a frequenti interventi di chirurgia estetica. Questo tipo di disturbo può diventare una patologia psichiatrica molto importante.

Durante l'**adolescenza**, periodo in cui sono evidenti importanti cambiamenti che mettono a dura prova l'immagine di ciò che si è con quella che si vorrebbe essere, si possono creare conflitti interiori dove il corpo gioca un ruolo chiave. Attraverso il modo di apparire, cercando di aderire più o meno ai canoni di bellezza comunemente condivisi, l'adolescente cerca un'approvazione presso il mondo esterno. In questa fase, i piccoli o grandi difetti fisici possono creare difficoltà di integrazione nei gruppi di coetanei, anche se spesso sono solo frutto di una errata valutazione e di una ricerca esasperata della perfezione. L'attenzione esagerata al **dettaglio**, spesso considerato irragionevolmente negativo, svia dalla visione d'insieme dell'immagine della persona e concentra nel dettaglio, appunto, l'ostacolo alla propria realizzazione.

L'abitudine di **guardarsi troppo allo specchio**, di occuparsi eccessivamente della cura del proprio corpo o di fare continui confronti con quello di altri sono i sintomi che manifestano una preoccupazione eccessiva per il proprio aspetto esteriore. Questo può travolgere la persona arrivando a occupare molto, troppo, del proprio tempo e delle proprie energie nella ricerca ostinata di **verifiche e confronti** per arrivare al convincimento che qualcosa di negativo c'è nel proprio aspetto a cominciare dal sentirsi poco attraenti o addirittura brutti, fino a considerarsi quasi deformi.

Quando il disagio arriva a livelli eccessivi, di un'intensità che pregiudica il normale corso della propria vita ci si può anche convincere che interventi chirurgici possano risolvere il problema e con operazioni più o meno invasive si cerca di modificare aspetti del proprio corpo, molte volte arrivando a raggiungere risultati peggiori, perché troppo "finti" e poco adeguati ai propri tratti estetici.

La terapia di questo disturbo deve affidarsi ad un **professionista di psicoterapia** perché il disagio coinvolge anche il rapporto con le persone con le quali si hanno relazioni, colpevoli di non capire quale è il problema e di che intensità è, fatto che induce ad un ulteriore livello di sofferenza.

In genere, la terapia adeguata indaga la storia della propria vita per riuscire a ritrovare le cause di un disturbo che ha origine in una difficile, o addirittura negativa, costruzione dell'immagine di sé: diagnosi precoci e interventi specifici possono arrivare a rapide risoluzioni, viceversa si può incorrere in stati di **deformazione della personalità**, dove il corpo che si vede non corrisponde più all'immagine che abbiamo di noi, con conseguenti problemi psichiatrici anche molto importanti.