



15 marzo 2025
Giornata nazionale del “Fiocchetto Lilla”



Buongiorno.

domani, 15 marzo, è la giornata nazionale del “**Fiocchetto Lilla**”, giornata dedicata alla sensibilizzazione al tema dei *Disturbi del Comportamento Alimentare* (DCA).

Vorrei rivolgere questa riflessione alle ragazze e ai ragazzi più giovani ma anche lasciare un messaggio che attiri l'attenzione e la vicinanza di noi tutti alle famiglie che affrontano, con grande fatica e preoccupazione, il problema del disturbo del comportamento alimentare dei propri figli. È uno stimolo che rivolgo anche al resto della cittadinanza di Mozzo, cui chiedo di non considerare questo ...*un problema di altri...* e di valutare come offrire un supporto, a volte basta anche solo quello morale, ma che aiuti ad affrontare una problematica che non può lasciarci indifferenti.

Viviamo in un'epoca in cui l'immagine ha un peso enorme e a volte oppressivo, in cui siamo costantemente esposti a modelli di perfezione irraggiungibili. La pubblicità, i social media e la società stessa ci impongono standard che spesso ci fanno sentire inadeguati. E quando l'insicurezza prende il sopravvento, il cibo può diventare un rifugio o, contrariamente e come spesso accade, un subdolo nemico.

Quello che gli esperti chiamano il *binge eating disorder* al pari dei più noti fenomeni della bulimia e dell'anoressia, non vanno visti solo problemi alimentari: **sono segnali di un disagio più profondo, di un dolore che spesso resta inascoltato**. Ecco perché è fondamentale parlarne, rompere il silenzio, chiedere aiuto e... senza avere vergogna.

A voi, giovani della nostra Comunità, voglio dare un messaggio chiaro: **non siete soli**. I vostri concittadini, le istituzioni, gli amici, la vostra scuola e le vostre famiglie sono qui per sostenervi. Nessuno deve affrontare questa battaglia da solo. Esistono percorsi di aiuto, strutture con professionisti pronti ad ascoltarvi ed esservi accanto.

Ma c'è una cosa ancora più importante da fare: **impariamo insieme a cambiare lo sguardo su noi stessi**. Va bene per quello che siete e la cifra del vostro valore non la dà il numero che appare sulla bilancia. La bellezza non sta nella perfezione, ma nella vostra unicità. E la salute, fisica e mentale, viene prima di ogni altra cosa.

Oggi vi invito a fare un gesto semplice ma potente: parlate. Condividete i vostri pensieri, le vostre paure, i vostri dubbi. E, rivolgendomi agli adulti, dico: tendiamo la mano a chi ne ha bisogno. Perché una Comunità forte è una Comunità che non lascia indietro nessuno... e la nostra è una Comunità forte.

Grazie.

Il Sindaco
Gianluigi Ubiali