

# La paura del proprio aspetto ai tempi della rivoluzione digitale

## Dismorfofobia e problemi di pelle

a cura di

**dr. Antonio Del Sorbo**

Specialista in Dermatologia e Venereologia - Dottore di Ricerca in Dermatologia Sperimentale

[www.ildermatologorisponde.it](http://www.ildermatologorisponde.it)

Il termine dismorfofobia fu introdotto nel 1891 dallo psichiatra modenese Enrico Agostino Morselli. Questa forma di disagio si manifesta sotto forma di eccessiva focalizzazione e inquietudine a causa di un'imperfezione o un inestetismo, oggettivamente irrilevante, trascurabile o persino inesistente.

La dismorfofobia è l'eccessiva preoccupazione per un difetto corporeo immaginario o trascurabile. Un esempio è il timore infondato di perdere tutti i capelli dinanzi a un minimo diradamento, o di sviluppare troppi peli, pur avendo una peluria normale.

Altri motivi di dismorfofobia riguardano le rughe, la seborrea, il rossore, il pallore, l'acne, la sudorazione e le asimmetrie del viso.

Oltre agli aspetti che riguardano la pelle e i suoi annessi, al dermatologo vengono spesso richiesti consigli sulla forma o la grandezza del naso, delle orecchie, sul profilo degli occhi, dei denti, del seno, e di qualsiasi altra parte del corpo oggetto

di attenzione. L'esagerata preoccupazione di aver contratto una malattia venerea (venereofobia) perdura anche in assenza di manifestazioni cliniche e quando gli esami per le malattie sessuali risultano nella norma. In questi casi il paziente diventa ipervigile sul colore della lingua o dei genitali esterni.

**Le persone dismorfofobiche si descrivono come brutte, anormali, deformi e di aspetto sgradevole, con ricadute anche relazionali, dal momento che focalizzando tutta l'attenzione su un proprio difetto fisico, quest'ultimo sarà considerato la causa degli scarsi rapporti sociali.**

Durante la visita, spesso il paziente con dismorfofobia racconta che se non fosse per quel problema, la sua vita affettiva sarebbe normale. Se l'ossessione si concentra su una determinata parte del corpo, ne consegue un rituale irrefrenabile di osservarsi ripetutamente durante la giornata.

Il terrore di perdere i capelli costringe a comportamenti compulsivi come quello di contare ogni giorno quanti ne cadono.

Le persone affette da dismorfofobia si sentono poco ascoltate, e persino derise da quanti minimizzano tale disagio e ne attribuiscono le cause unicamente a fattori psicologici, in maniera sbrigativa e senza mostrare sensibilità nei confronti di un problema che invece è reale, perché anche in assenza oggettiva di difetti fisici, la sofferenza è sempre qualcosa di soggettivo, reale e non affatto immaginario.

Dire al paziente che non ha niente, malgrado tanta sofferenza interiore, non gli è di alcun aiuto e spesso conduce a sentimenti di rabbia perché non si è capiti da nessuno, né dai familiari, né dai medici.

Questo è il motivo per il quale dobbiamo sempre onorare le storie dei nostri pazienti. In assenza di patologie derma-

tologiche può essere utile una consulenza con uno psicologo, in un lavoro di squadra tra paziente, dermatologo e psicologo, così da meglio comprendere il peso della componente organica rispetto a quella emozionale, entrambe importanti ai fini della salute psicofisica del paziente.

**Con la rivoluzione digitale il genere umano si è trovato all'improvviso a trascorrere molto più tempo di fronte alla propria immagine**

Il fugace contatto mattutino con lo specchio si è trasformato in un rapporto prolungato con la propria immagine digitale, ostentata al mondo intero attraverso i social network.

Il contatto sociale è stato rimpiazzato dai "selfie", abbelliti con i filtri fotografici del telefono, con cui rimuovere macchie, rughe e altre piccole imperfezioni.

Nel 2020 il lungo periodo di quarantena forzata ha stravolto per sempre le nostre abitudini sociali (didattica a distanza, smart working, videoconferenze), facendoci trascorrere ancor più tempo di fronte alla nostra immagine e a soffermarci su particolari del nostro aspetto estetico che prima passavano inosservati. A questa pandemia sanitaria seguirà una pandemia più silente, geopolitica, mediatica, economica, tecnologica, psicologica e soprattutto sociale.

