

# Tanoressia: *una patologia emergente*

*Si può essere dipendenti da molte cose, materiali e immateriali, ma per la psicologia esistono casi in cui non si può proprio fare a meno dell'abbronzatura.*

di Matteo Cagnoni\*

**A**l lungo elenco dei disturbi identificati con il termine dipendenza che sempre più numerosi affliggono l'uomo moderno, se ne è aggiunto un altro per il quale la letteratura scientifica anglosassone ha coniato il termine "Tanoressia". Tale definizione si riferisce a un abuso, su base compulsiva, di esposizione ai raggi solari. Il motivo di tale scelta, sta nel fatto che in questo tipo di addiction, il comportamento si presenta simile a quello dei pazienti con anoressia nervosa. In realtà la definizione è almeno in parte inappropriata. Infatti, i soggetti che abusano dei raggi solari, hanno note comuni con tutte le altre forme di dipendenze: al-

col, sesso, droghe in generale, ma l'abuso di sole richiama alla mente più il comportamento dei soggetti affetti da bulimia. In tutte le varianti la motivazione che trasforma un piacere in una necessità incontrollabile è alla base di un bisogno di auto-gratificazione. Tuttavia si deve osservare che il limite fra uso e abuso dei raggi solari è difficilmente definibile. Molti fattori concorrono a dilatare il range della normalità, in particolare la moda che, in tempi recenti, spinge ad assimilare l'immagine della buona salute, se non addirittura della bellezza, con l'abbronzatura. Tutto questo nonostante la campagna informativa di massa sui pericoli dell'eccessiva esposizione al sole. Pericoli prevalentemente legati alle mutazioni importanti che si sono andate manifestando

nelle caratteristiche fisiche dell'irraggiamento solare. L'aumento di tumori cutanei come melanomi ed epitelomi, è un dato statistico incontrovertibile e allarmante. Si sa che, in particolare, nel caso dei melanomi l'aumento dell'incidenza correlata all'esposizione è conseguente a esposizioni saltuarie e intense, nel caso invece degli epitelomi il fattore determinante è l'esposizione costante e prolungata. Il minimo comun denominatore dell'aumento dell'incidenza di entrambi è tuttavia, a prescindere dalle modalità di esposizione, attribuibile al notevole inquinamento radioattivo attuale. Per quale motivo, quindi, tante persone, pur informate sui rischi che corrono, insistono ad abusare del sole e oltretutto tendono ad esporsi in fasce orarie nelle quali le radiazioni UV sono più nocive? Un elemento ad alto significato promozionale è, come detto, la moda, capace di condizionare le scelte e i comportamenti degli uomini, in tutte le fasce di età. Non è da sottoestimare anche il condizionamento culturale sollecitato in particolare negli anni '60 da tante canzoni i cui titoli facevano riferimento al sole e all'abbronzatura.





Ma quando un comportamento, ormai generalizzato, si converte in alcuni in una manifestazione patologica? Qual è il limite fra colui che nell'abbronzarsi rivela una naturale e attenta cura di sé e invece chi denota un ossessivo desiderio di sole? Tralasciando il riferimento alle ricerche che indicano gli effetti negativi e quelli positivi relativi all'esposizione alle radiazioni ultraviolette (UV) comprese fra 280 e 400 nm, soffermiamoci su alcuni aspetti meno noti, come il senso di benessere, l'aumento della performance fisica e la sensazione di miglioramento del tono dell'umore che si accompagnano all'esposizione prolungata agli UV. Sembra inoltre dimostrata da uno studio di M. Kaur e Coll. una riduzione dell'intensità del dolore somatico. Da una ricerca di M.L. Rao e Coll. risulta inoltre che le variazioni stagionali dell'irraggiamento influenzano l'umore oltre che nei soggetti normali anche in quelli affetti da patologia depressiva. Alla ricerca di un aumento, dopo irradiazione, di quei fattori (sostanze oppioidi) implicati nel mantenimento dello stato di benessere e nella riduzione del dolore, sono state condotte ricerche allo scopo di verificare un incremento della produzione di endorfine cutanee. Se per P.C. Levins e Coll. e M. Kaur e Coll. tale rapporto sarebbe dimostrato, altri studi non hanno confermato i risultati di queste indagini. Si deve inoltre osservare che la mancata concordanza dei risultati, potrebbe essere legata alla possibilità che solo alcuni frammenti attivi delle beta-endorfine siano proporzionalmente aumentati dopo irradiazione da UV e che quindi il valore totale delle endorfine risulti invariato o aumentato in modo non significativo. Si ritiene che la proteina p53, indotta dai raggi UV, promuova la produzione della pro-opiomelanocortina (POMC) da cui deriva la b-endorfina e l'innesco del processo biochimico favorevole al manifestarsi di questa dipendenza. Ciò, tuttavia, non significa che questo sia il principale o il solo fattore responsabile del disturbo comportamentale. Non tutti i soggetti infatti che fanno uso di sostanze capaci di determinare una dipendenza ne diventano dipendenti e molti altri fattori vanno considerati nel complesso meccanismo dell'abuso: di tipo psico-dinamico, genetico, neurochimico, sociale, comportamentale, anche se, in sintesi, le forme di addiction sono sempre caratterizzate da una patologica incapacità a controllare il proprio comportamento anche quando i danni che possono

La dispercezione corporea definita come "tanoressia" coinvolgerebbe circa il 20% della popolazione, mentre in quasi 6 italiani su 10 esisterebbe una forte propensione ad abusare dei raggi solari.

conseguirne appaiono evidenti. Uno studio su 145 soggetti usi a esporsi al sole è stato condotto dall'American Psychiatric Association valutando le risposte a un questionario che utilizza, con alcune modifiche, il test CAGE (Cut Down, Annoyed, Guilt, Eye-opener). Gli autori della ricerca hanno osservato che, a diversi livelli di coinvolgimento, il 79% dei soggetti intervistati presentavano comportamenti che suggerivano la presenza di una dipendenza o una predisposizione a svilupparne una. In particolare il 26% degli intervistati, selezionati per la loro abitudine a esporsi al sole sulla spiaggia, presentava segni evidenti di questo disturbo compulsivo. Allo scopo di verificare la frequenza con la quale il disturbo incide nella popolazione italiana, è stata commissionata un'indagine all'Istituto Demoscopico SWG di Trieste, su un campione di 600 soggetti fra i 16 e i 60 anni, estratti a caso dagli elenchi telefonici della rete nazionale. La dispercezione corporea definita come "tanoressia" coinvolgerebbe circa il 20% della popolazione, mentre in quasi 6 italiani su 10 esisterebbe una forte propensione ad abusare dei raggi solari. La ricerca suggerisce anche che il disturbo compulsivo si presenta con maggiore frequenza nel sesso femminile, con maggiore incidenza fra i 25 e i 54 anni, più nelle regioni del nord, fra chi ha una scolarità media e una pelle di natura scura e poco delicata. Nel complesso il tanoressico si identifica, sulla base dei dati ottenuti, come un soggetto che tende a prolungare l'esposizione al sole per oltre 6 ore, che si espone anche nelle ore più a rischio, che in 1 caso su 4 ricorre anche durante l'estate alle lampade abbronzanti e che le usa ripetutamente anche dopo l'estate e infine che impiega prodotti a effetto accelerante l'abbronzatura. Un soggetto su 3 considera esagerati gli allarmi lanciati dagli esperti, 1 su 4 ritiene che l'esposizione alle lampade abbronzanti non costituisca rischio alcuno; il 20% accetta il rischio di un aumento delle rughe; il 17% accetta anche di correre rischi maggiori pur di ottenere un'abbronzatura soddisfacente.

**\*Specialista in Dermatologia - IRDEG, Ravenna**