# „Estetoreksja” – nowy rodzaj uzależnienia

**A: Dałam sobie ostatnio zrobić botoks na kurze łapki i kwas hialuronowy na usta. Myślę jeszcze o wolumetrii. Znacie jakieś fajne miejsca? U dr X, gdzie regularnie chodzę, jest w porządku, ale chętnie poznam nowe dobre adresy.**

**B: Robiłam wolumetrię u dr Y. Jestem w sumie zadowolona, ale tak myślę, czy nie lepsze byłyby nici PDO. Któraś z was to sobie robiła?**

**C: Tak, robiłam i polecam. Chociaż ja osobiście wolę wypełniacze. Po prostu bardziej widać zmianę. Choć moja lekarka twierdzi, że to zależy od indywidualnych warunków.**

**D: Na pewno! Mnie bardziej odpowiadało PDO. Zmiana była niesamowita! Ale i tak szukam czegoś lepszego. Możecie coś polecić?**

Czy to rozmowa majętnych „ryczących siedemdziesiątek” z Beverly Hills, pragnących udawać trzydziestolatki? Nic podobnego. Na taką wymianę zdań można natrafić na polskich forach kosmetycznych, a rozmawiają młode dziewczyny w wieku dwudziestu, góra trzydziestu lat. Które z racji swego wieku nie mogą mieć zmarszczek, opadających rysów twarzy, a ich naturalna młodość nadrabia ewentualne braki w proporcjach twarzy – jeśli takie w ogóle występują. Dlaczego decydują się na głęboką ingerencją w swą urodę?

Może nie powinno nas to bulwersować – bądź co bądź w Brazylii czy w Kalifornii już nastolatki dostają od swoich mam czy chłopaków w prezencie bon na powiększanie biustu czy inny zabieg mocno ingerujący w urodę. Można więc uznać, że to norma naszych czasów i że nadążamy za światem. Czy to jednak dobry kierunek?

Sądząc po internetowych komentarzach na temat bulwersujących zmian w urodzie hollywoodzkich gwiazd, które jakiś czas temu zachwycały naturalną urodą i wdziękiem, a dziś prezentują się jak „ofiary” wypełniaczy i skalpela, nie jestem odosobniona w swoich spostrzeżeniach. Medycyna estetyczna – niewątpliwe dobrodziejstwo nauki – bywa dziś coraz częściej nadużywana przez samych pacjentów.

## TO ŁADNE, CO SIĘ KOMU PODOBA

W książce *Przetrwają najpiękniejsi* Nancy Etcoff z Harvard Medical School zwraca uwagę na wielką rolę urody we wszystkich cywilizacjach. Powiedzenie „jak cię widzą, tak cię piszą” jest chyba tak stare jak świat – choć kanony urody niewątpliwie zmieniały się zarówno w czasie, jak i w przestrzeni.

Patrząc jednak dziś na niektóre celebrytki, można odnieść wrażenie, że ideałem urody wszech czasów jest lalka Barbie: wydatne usta, zdziwione oczy, nieruchoma maska na twarzy, duży biust. Wszystkie podobne jedna do drugiej toczka w toczkę. Martin Scorsese żalił się niedawno, że ostatnio trudno znaleźć do ról odpowiednie aktorki, ponieważ wskutek swego przywiązania do operacji plastycznych hollywoodzkie gwiazdy utraciły zdolność zniuansowanej gry za pomocą mimiki twarzy.

Na przestrzeni dziejów kanony urody zmieniały się nieraz diametralnie – wystarczy porównać Wenus z Willendorfu i Wenus z Milo, Gracje na obrazach wielkich mistrzów renesansu i Gracje Rubensa. Pojęcie tego, co ładne, zmienia się z dekady na dekadę, a często nawet współistnieją z sobą jednocześnie rozmaite ideały urody. Przykładem są dwie jakże różne ikony stylu – Audrey Hepburn i Marilyn Monroe, żyjące przecież w tej samej epoce. Pierwsza o naturalnym wdzięku i urodzie i o młodzieńczej, prawie chłopięcej sylwetce, druga mocno wystylizowana, o urodzie zmienionej w stosunku do swego oryginału i o bujnych kształtach. Obydwa style mają swoich zwolenników, większość z nas potrafi nawet docenić i jeden, i drugi. Czy więc istnieje jeden obowiązujący wzorzec urody? Można powiedzieć, że uznanych wzorców urody jest tyle, że dają one swobodę wyboru i możliwość zachowania własnego, naturalnego wyglądu. Nie ulegajmy mediom.

## ESTETOREKSJA?

Weźmy na przykład problem anoreksji i bulimii, znany od lat. Te dwa rodzaje poważnych zaburzeń można wręcz uznać za współczesną formę ascezy. Chorobliwie wychudzone młode dziewczyny nie tylko narażają własne zdrowie, ale i wyglądają brzydko. Mechanizm specyficznego uzależnienia od nadmiernej dbałości o urodę prowadzi do utraty kontaktu z rzeczywistością. Chorobliwe odchudzanie się nie jest zresztą jedynym jego przykładem. Od lat spotyka się osoby uzależnione od sesji w solarium cierpiące na tanoreksję.

Nadmierne albo wręcz zbędne korzystanie z zabiegów medycyny estetycznej, które opisaliśmy na początku, to najnowszy przejaw uzależnień spod znaku urody.

„Jestem zdumiona – wypowiada się doktor, ceniona specjalistka medycyny estetycznej. Pacjentki

***Anna Pikura***
Twórczyni marki luksusowych biokosmetyków ANNA PIKURA, właścicielka Klinik ANNA PIKURA. Wdrożyła koncepcję Nowej Kultury Urody, której przyświeca zasada konkretnych rezultatów, uzyskiwanych dzięki cennym naturalnym składnikom i metodom. Z wykształcenia socjolog.

przychodzące na zabiegi znakomicie orientują się w sprawie preparatów, stężeń, dawek, znają to wszystko na pamięć, wręcz dają do zrozumienia, że same wiedzą lepiej, co powinniśmy im zaaplikować. Z jednej strony można powiedzieć, że to dobrze, że podchodzą do sprawy świadomie, jednak z drugiej strony jest w tym coś anormalnego. Zabieg medycyny estetycznej to przecież ingerencja medyczna w organizm, jednak zdarzają się pacjentki, które traktują temat podobnie jak zmianę koloru lakieru do paznokci. Coraz częściej spotykam się z przypadkami żądania wykonania niepotrzebnej procedury u kobiet o bardzo dobrze zrobionych ustach, być może nawet aż za dobrze, domagających się ich dalszego poprawiania, czyli mówiąc wprost, powiększania. Jako lekarz przeżywam dylematy, medycyna ma przecież pomagać, a nie szkodzić."

„Potrafię uzależniać się od wszystkiego – śmieje się Olga, dziennikarka – Mam na koncie uzależnienia od gier komputerowych, od tasiemcowych seriali, od kupowania perfum. Wszystkie te moje uzależnienia zaczynały się niewinnie, jako krótka odskocznia od codziennej harówki, w końcu jednak potrafiły mi zabierać wiele godzin dziennie i mocno uszczuplać portfel. Zauważyłam też, że reaguję na nie niczym alkoholik – gdy zbliżała się godzina serialu albo chwila wydania pieniędzy na kolejny zbędny flakonik, przypływ ekscytacji był niesamowity. Drżały mi ręce, serce waliło jak młot. W końcu dotarło do mnie: szkoda na to życia".

*Dwie jakże różne ikony stylu XX wieku*

1926–1962 1929–1993

## URODA JAKO JEDNOSTKA CHOROBOWA?

Pojęcie uzależnienia jest szerokie i nie wszystkie objęte nimi zjawiska zostały sklasyfikowane przez psychiatrię jako zaburzenie. Jak wyjaśnia słynny psycholog Philip Zimbardo, określeniem tym obejmuje się również takie przypadki, gdy ktoś odczuwa przymus do angażowania się w zachowania ryzykowne, wymykające się spod kontroli.

Niezdrowym nawykiem może stać się każde teoretycznie pożyteczne zajęcie. Wiadomo – co za dużo, to niezdrowo.

Coraz więcej osób uzależnionych jest od komputera i internetu. Uzależnienie od komputera znalazło się już w międzynarodowym wykazie chorób ICD-10 jako zaburzenie psychiczne. Uzależnienie od zabiegów kosmetycznych i procedur medycyny estetycznej nie osiągnęło jeszcze statusu jednostki chorobowej, co nie oznacza, że jest mniej niepokojące i mniej szkodliwe. Dzięki telewizyjnym show obcej i rodzimej produkcji „estetoreksja", czyli z grecka „apetyt na ładny wygląd", osiąga rozmiary niezdrowej epidemii, podobnie jak w czasach, gdy jako kanon urody obowiązywała bladość, a kobiety prześcigając się w coraz bielszych odcieniach bieli, smarowały sobie twarze bielidłami z ołowiem. I podobnie jak w przypadku anorektyczek i bulimiczek, „zabiegoholiczka" nie dostrzega tego, że wygląda karykaturalnie.

## POWRÓT DO NORMALNOŚCI

Jerzy Mellibruda, autorytet w dziedzinie uzależnień, nazwał uzależnienia główną chorobą cywilizacyjną końca XX wieku. Psychologowie obserwują dziś rosnącą liczbę uzależnień behawioralnych, czyli nie od substancji, lecz od wykonywania określonych czynności. Jak się okazuje, związki chemiczne powstające w mózgu pod wpływem uczucia satysfakcji z wykonania pewnej czynności – jak na przykład udziału w grze w przypadku hazardzisty czy dokonaniu kolejnego zakupu w przypadku zakupoholika – są podobne do tych, które tworzą się po zażyciu narkotyku czy innych substancji uzależniających.

Najnowszy podręcznik diagnostyczny Amerykańskiego Towarzystwa Psychiatrycznego (*American Psychiatric Association*) nie zawiera już terminu „uzależnienie", psycholodzy wolą dziś mówić o „zaburzeniu w korzystaniu z pewnych substancji". Analogicznie spotykamy się coraz częściej z „zaburzeniami w korzystaniu z pewnych czynności".

Dlaczego tak się dzieje? Dlaczego nie umiemy powiedzieć: dość, choć zachęcają nas do tego zarówno reakcje otoczenia, jak i zdrowy rozsądek? Teorii na ten temat jest wiele: od traumatycznych przeżyć bądź skłonności genetycznych po hedonizm, chęć zaznania przyjemności tu i teraz, bez liczenia się z konsekwencjami, brak pracy nad sobą i brak samokontroli.

Tak naprawdę przyczyna nie ma znaczenia – istotne jest, że przyzwyczajenie to druga natura, o czym wiedzieli już starożytni Rzymianie. Obok przyzwyczajeń dobrych równie łatwo jest nabrać nawyków złych. Lecz zły nałóg – nasza druga natura – nie jest czymś wrodzonym. Został nabyty – i może zostać porzucony.

„Dziś gry komputerowe, seriale, zakupy nie robią na mnie wrażenia – mówi Olga. – Oczywiście wiem, że jak każdy człowiek muszę zachować pewną dyscyplinę, jednak zawsze jest to kwestia mojej decyzji. Gdy staję przed pokusą, mogę przecież dokonać wyboru – ulec jej czy nie? Postanawiam nie ulec – oto cała tajemnica".

Olga stosuje nieco podobną zasadę, jak „why, how and when" znanego blogera finansowego Michała Szafrańskiego, tyle że od strony negatywnej, jako bodziec zniechęcający do bezsensownych zajęć. „Zadaję sobie pytanie: po co mam to zrobić, czemu to ma służyć? Zazwyczaj oczywiście zajęcie uprawiane nałogowo nie służy niczemu, choć nałogowcy potrafią znaleźć na nie miliony uzasadnień. Grałam w gry komputerowe, bo mówiłam sobie, że mam prawo do odrobiny wytchnienia. Kupowałam perfumy, bo mówiłam sobie: temat mnie interesuje, może kiedyś wypuszczę własną markę? Oczywiście sama w głębi serca nie kupowałam tych swoich tłumaczeń" – zauważa Olga.

Czy piękna kobieta, która nadużywa zabiegów, znajdzie w sobie siłę, by zerwać z tym nałogiem?


Colour Control Cream

CHARMINE ROSE®

Sekret działania kremu tkwi w połączeniu pielęgnacji z perfekcją długotrwałego rezultatu lekkiego makijażu.

**Skóra promienieje!**
Jest wyraźnie ujednolicona, wolna od niedoskonałości.

**Krem CC** zawiera substancje odżywcze, nawilżające, kojące i ochronne (mineralny filtr SPF 20) oraz pigmenty niwelujące niedoskonałości cery.

Kompleksowa Korekcja Koloru

www.charminerose.eu