

ste d'aiuto al Centro antiviolenza Telefono Donna Italia, come spiega la fondatrice, Stefania Bartocchetti: «Molte donne vivono per anni in relazioni segnate da continue umiliazioni, svalutazione e manipolazioni emotive. All'inizio scambiano il controllo per amore, ma poi la loro vita diventa un incubo».

Come Carla, 26 anni, oggetto di stalking da parte dall'ex, perseguitata con messaggi ossessivi, pedinamenti sotto casa e sul luogo di lavoro, minacce via social e biglietti intimidatori sull'auto. «Bisogna chiedere aiuto alle persone giuste», dice Bartocchetti. «In questo caso l'uomo è stato sottoposto a una misura cautelare con braccialetto elettronico e divieto di avvicinamento».

Le storie simili sono molto frequenti, basta farsele raccontare. «Al liceo eravamo la coppia più invidiata, stavamo sempre insieme», dice Teresa. «Dopo due anni, gli ho detto: "Senti, rallentiamo un po'". Una sera torno a casa, mi arriva alle spalle e mi atterra. Mi gira e mi dà un calcio in faccia. Mi ha spaccato il naso, un labbro, i denti. Ho dovuto subire tre interventi. Mi ha detto: "Se mi denunci, ti uccido". E diceva sul serio».

«Non eravamo proprio fidanzati, ma flirtavamo», ricorda Francesca. «Studiavamo insieme. Un giorno io l'ho preso un po' in giro. Gli ho dato una "sberleffata", forse ho sbagliato, ma piano. Mi è arrivato uno schiaffo, improvviso, violento, a mano piena, fino all'orecchio, ho ancora la sensazione addosso. Gli ho detto: "Ma che cosa hai fatto?". Ho capito che sarei finita male e ho smesso di andare a casa sua».

«Ieri mi ha chiamato la madre di una ragazza incinta che si è appena lasciata con il fidanzato, tossicodipendente, che l'ossessiona», racconta la ginecologa Monica Calcagni, di Roma. «Lei vuole portare avanti la gravidanza da sola, ma lui la perseguita e parla male di lei con gli amici. Purtroppo oggi, tra gli adolescenti, va di moda avere il fidanzatino

che ti controlla il telefono, che ti impedisce di andare in discoteca con le amiche, che non ti fa mettere il rossetto. Si mostrano tutte fiere su TikTok con la scritta "È mia". Ma non capiscono che questa è manipolazione».

Conferma Bartocchetti: «Addirittura quei maschi considerano giusto avere la password dei social dell'altra». Spiega Soemia Sibillo, direttrice del Centro di Aiuto alla Vita Mangiagalli: «È una violenza psicologica, più subdola da fare emergere, che crea dipendenza affettiva. Arrivano donne incinte che continuano a giustificare i compagni, nonostante le privino della loro libertà. Vengono portate a credere di non valere niente senza quell'uomo e si sentono colpevolizzate».

Alessandra Kustermann, ginecologa, fondatrice del primo centro pubblico per le donne e i minori vittime di violenza alla Clinica Mangiagalli a Milano, ora presidente del Centro Antiviolenza Svs Donna aiuta Donna, spiega quali sono i segnali per capire in tempo quando una relazione è tossica: «Il primo è l'indifferenza. Tu non ti comporti come dico io, allora ti punisco non facendomi sentire per giorni. I desideri e le aspirazioni della partner vengono ignorati. Il messaggio è: "O diventi come voglio o io me ne vado". Il ricatto è una forma di manipolazione e l'umiliazione è costante». Un altro segnale è la gelosia. «La donna viene convinta a lasciare il lavoro, con la scusa che è meglio che stia a casa a curare i figli, salvo rinfacciarle quanto costi, a lui, mantenere da solo la famiglia». Poi c'è l'intrusione nella privacy, far sembrare normale il fatto di possedere la password della propria compagna. E si arriva all'intimidazione. «Se mi lasci ti uccido o, peggio, se mi lasci mi uccido». Secondo Kustermann il rischio che una vittima non parli nemmeno in ospedale è altissimo. «L'uomo spesso accompagna la donna e, se resta presente alla visita, lei non potrà mai dire che cosa è successo», dice.

A CHI CHIEDERE AIUTO, SUBITO

Un software di intelligenza artificiale ha analizzato i referti del Pronto soccorso dell'ospedale Mauriziano di Torino e ha scoperto 2000 casi di violenza sulle donne non dichiarati. Denunciare è la parte più difficile. Giulia, che oggi ha 25 anni, viveva reclusa in casa, si è salvata solo chiamando Telefono Donna Italia (attivo 24 ore su 24: telefono 0264443043 oppure 0264443044). Ci si può rivolgere anche al Centro Antiviolenza Svs Donna aiuta Donna (telefono 0239628739) o cercare il centro nella propria città.