

QUANDO LA BELLEZZA DIVENTA OSSESSIONE

Alessandro Del Vecchio | 18/03/2025 | Orizzonte salute

La bellezza, da sempre un ideale a cui aspirare, è oggi diventata una vera e propria ossessione, soprattutto per le nuove generazioni. Non è più solo un concetto astratto, ma una meta da inseguire a tutti i costi, un'aspirazione che sembra definire il nostro valore in un mondo sempre più visibile e connesso. Eppure, in un'epoca in cui la perfezione viene costantemente esibita sui social media, la domanda che ci dobbiamo porre è: che cosa è davvero "bello"? Quanto della nostra ricerca di bellezza è autentico, e quanto invece è un prodotto di un'industria che ci spinge verso modelli estetici che spesso non appartengono a noi?

Oggi la bellezza non è solo un ideale da contemplare, ma un imperativo da raggiungere. Le immagini curate, filtrate, ritoccate che inondano le nostre bacheche social ci raccontano un mondo in cui l'imperfezione non ha spazio, e in cui i giovani si trovano spesso intrappolati nella ricerca di un'identità che sia allo stesso tempo unica e conforme. [Ma a quale prezzo?](#) E quali sono le conseguenze di questa corsa incessante alla perfezione digitale?

La bellezza come nuovo dogma

Siamo immersi in una cultura che ha imposto modelli estetici uniformi, spesso lontani dalla realtà, ma incredibilmente potenti. Le immagini perfette che popolano le nostre bacheche su Instagram, TikTok e YouTube sono state minuziosamente selezionate, modificate, curate, eppure sono quelle che plasmano i desideri e le percezioni di milioni di ragazzi e ragazze. La bellezza è diventata il nuovo dogma: avere il corpo giusto, la pelle perfetta, il viso simmetrico. Chiunque si distacchi da questo schema rischia di essere emarginato, escluso o, peggio ancora, invisibile.

In questa corsa sfrenata alla perfezione, i social network hanno assunto un ruolo di prim'ordine. Non sono solo una vetrina per mostrarci agli altri, ma anche uno specchio deformante in cui riflettere i nostri difetti, reali o presunti, amplificati dalla comparazione incessante. La ricerca della bellezza, in questo contesto, si fa sempre più simile a una competizione senza fine. Un selfie non basta mai, una modifica non è mai abbastanza. E tutto ciò alimenta un circolo vizioso, in cui l'autostima dipende dalla reazione altrui, dall'approvazione che arriva sotto forma di like, commenti e condivisioni.

L'impatto psicologico dei social e la perdita di sé

Ma cosa sta accadendo ai giovani, che sono i principali consumatori di queste immagini e i principali produttori di contenuti? La pressione di adattarsi ai modelli estetici proposti dai social, a volte in modo subliminale, ma spesso in modo diretto e senza freni, ha conseguenze devastanti sulla salute mentale. Ansia, depressione, disturbi alimentari, insicurezze sempre più radicate sono solo alcuni dei risvolti psicologici legati all'imperante inseguimento della bellezza. La cosiddetta "[beauty standard anxiety](#)" è un fenomeno sempre più diffuso, un malessere che si nutre di comparazioni incessanti con l'ideale di bellezza digitale.

Nonostante i continui sforzi da parte di esperti e attivisti per sensibilizzare su questi temi, il messaggio che arriva è spesso quello della "perfezione" come condizione irrinunciabile per il successo, l'amore, la felicità. E se la perfezione non si raggiunge, si finisce per sentirsi inadeguati, incapaci, falliti. Si innalza un muro che separa il "prima" e il "dopo", un abisso che difficilmente si

giovani riescono a colmare senza perdere la propria identità.

Le cause profonde: dall'industria alla psicologia sociale

Le cause di questa ossessione per la bellezza sono molteplici. Da una parte, c'è l'industria della moda, della cosmetica e del fitness che, con una precisione chirurgica, ha costruito attorno alla bellezza un mercato globale che vale miliardi di dollari. L'estetica diventa, quindi, un business che alimenta se stesso, creando una domanda che poi viene soddisfatta con prodotti, servizi e trattamenti sempre più invasivi, spesso inseguendo modelli irraggiungibili. Ma non è solo una questione economica: l'influenza dei social media, che hanno democratizzato la possibilità di essere visti e notati, ha trasformato l'immagine in uno strumento di potere. Essere belli, oggi, significa avere voce, essere ascoltati, e non solo nel campo della moda, ma anche in politica, nelle carriere e nelle relazioni sociali.

D'altra parte, la psicologia sociale ci offre un'altra chiave di lettura: la paura di non appartenere, di non essere accettati dal gruppo. L'adolescenza, in particolare, è il periodo in cui l'individuo cerca il proprio posto nel mondo, ed è proprio in questa fase che l'idealizzazione della bellezza può trasformarsi in un fardello difficile da sostenere. La ricerca spasmodica dell'approvazione altrui, alimentata dai social, diventa il motore principale del comportamento. I "like", i "commenti" e i "follower" non sono più solo numeri, ma diventano l'indice del valore personale.

Il futuro della bellezza

La domanda che ci poniamo ora è: dove ci porterà tutto questo? Come evolverà la nostra concezione di bellezza? È difficile prevedere un futuro senza la presenza dominante dei social e dei modelli di bellezza imposti da essi, ma c'è una speranza. Negli ultimi anni, alcune tendenze stanno iniziando a rompere il silenzio: il movimento "body positive", la crescente visibilità di corpi e volti non conformi agli stereotipi tradizionali, la ricerca di una bellezza più autentica e meno perfezionata. Le nuove generazioni stanno cominciando a interrogarsi su cosa significhi veramente sentirsi belli, e su come la bellezza possa essere definita da ciascuno in modo unico e personale.

Tuttavia, la strada per una reale rivoluzione è ancora lunga. Le pressioni sociali sono forti e i cambiamenti culturali avvengono lentamente. Ma forse il primo passo è proprio quello di imparare a guardarci con occhi più sinceri, ad abbandonare la ricerca della perfezione e a valorizzare la bellezza della nostra unicità. Un cambiamento che non può venire solo dall'esterno, ma che deve partire da dentro, dalla consapevolezza che, come diceva Oscar Wilde, "si è più belli quando si è se stessi".

Il futuro della bellezza potrebbe non essere un futuro di perfezione, ma un futuro di autenticità. Un futuro in cui la bellezza è finalmente una questione di come ci sentiamo, non di come ci vedono gli altri. E forse, solo allora, troveremo una pace duratura.