



Le pillole non bastano all'anima

Boom di disturbi mentali, allarme degli psichiatri. Ma gli psicofarmaci risolvono?

■ di Francesco Buda



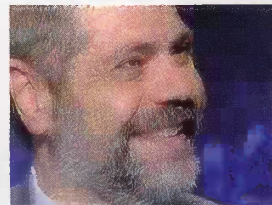
È palpabile in fila alle poste, in attesa dal dottore, sul bus, in treno, al supermercato: un grigiore disturba la bellezza delle persone. Persino quelle meraviglie in fiore che sono i

bambini e i ragazzi. Nelle scuole maestre e prof sono spesso allo stremo e inermi di fronte agli scolari "di oggi". A ondate periodiche arrivano allarmi sul disagio interiore della popolazione. Tra i più recenti, probabilmente tra i più preoccupanti, quello degli psichiatri: una persona su 4 ha disturbi mentali in Europa.

VELOCITÀ CHE RALLENTA L'ANIMA

"Come va? Eh, sempre di corsa!". Un ritornello che rispecchia la tragica e frammentaria frenesia in cui passiamo il nostro tempo. «Ad aumentare la sofferenza è innanzitutto la velocità del nostro mondo, l'incremento della com-

“Stiamo costruendo un mondo che favorisce la malattia psichiatrica. La scorciatoia farmacologica non è la vera risposta”

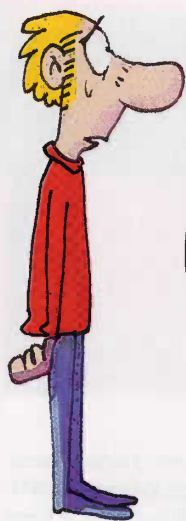


TONINO CANTELM
Psichiatra, psicoterapeuta, docente universitario alla Gregoriana, alla Sapienza e alla Lumsa di Roma

pettività fa emergere sempre più le fragilità - spiega alla rivista *Acqua & Sapone* il prof Tonino Cantelmi, psichiatra e psicoterapeuta e docente universitario -, c'è una stretta micidiale dal punto di vista psicosociale. A ciò si aggiunge la grande instabilità dei legami affettivi». «Il nostro modello di società è una fabbrica di disagio, per l'ossessione di performance, in cui c'è sempre meno la capacità di relazione con l'ambiente e con ciò che ci circonda», dice Luca Poma, portavoce di 'Giù le mani dai bambini',

il più rappresentativo Comitato italiano sui disagi dell'infanzia, da anni attentissimo in particolare sulle diagnosi e sulla somministrazione di psicofarmaci ai piccoli.

«A ogni congresso di psichiatri ci sono numeri sempre più allarmanti - afferma Poma, che è anche giornalista scientifico - che vanno presi con accortezza: a sentire certe cifre arriveremo all'estinzione della specie!». C'è il marketing schiacciasassi della lobby farmaceutica per "impasticcare" più gente possibile e non è un mistero la tendenza ad etichettare come 'malato' chi non lo è. Ma è indiscutibile che si sta male, si soffre dentro. «Un adulto su quattro -



MI PRENDA QUESTA PASTICCA PER L'ANSIA, 3 GOCCE PER L'INSONNIA, 6 MISURINI PER GLI ATTACCHI DI PANICO, 2 EFFERVESCENTI AL GIORNO PER LA DEPRESSIONE E QUESTA SUIPOSTA PERCHÉ COSÌ LA PROSSIMA VOLTA ARRIVA PUNTUALE AL NOSTRO APPUNTAMENTO!!!

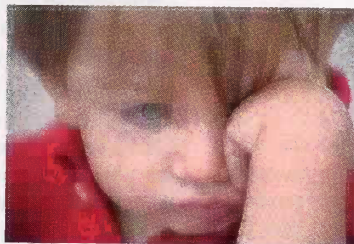


ANPUS VENTURA

prosegue il prof Cantelmi - ha bisogno di cure psichiatriche nel corso della vita, secondo l'Organizzazione mondiale della sanità, e nel 2020 la depressione sarà la prima causa di disabilità: stiamo costruendo un mondo che favorisce la malattia psichiatrica».

GLI PSICOFARMACI NON BASTANO

Di fronte a questa tragedia, l'unica risposta non può essere lo psicofarmaco. «Tutto si gioca su che tipo di risposta noi diamo al disagio: ci interessa la scorciatoia di tipo farmacologico che mira a sedare solo il sintomo o comprendere i motivi profondi di questo disagio e intervenire su di essi?», domanda Poma con "Giù le mani dai bambini", che raggruppa oltre duecentotrenta tra Università, Ordini dei Medici, associazioni genitoriali, socio-sanitarie e di promozione sociale. «Le 'pillole della felicità' sono una falsa soluzione: certo il farmaco non va demonizzato, ma noi ci poniamo un problema di carattere culturale e informativo. Ad esempio, lo psicofarmaco al bimbo allontana la soluzione vera, poiché, appoggiandoci su di esso, sedo i disagi, risolvo solo apparentemente il problema e paradossalmente mi passa la voglia di fare una inda-



gine più profonda. Ecco perché vigiliamo per una massima cautela nel somministrare psicofarmaci ai ragazzini».

EMERGENZA IMPASTICCATI

Una certa allerta appare giustificata se si considera che i 30mila bambini italiani 'curati' con questi prodotti «potrebbero presto diventare oltre 700mila, perché - spiegano gli esperti di 'Giù le mani dai bambini' - secondo dati del Ministero della Salute, questo è il numero dei bambini che sarebbero affetti da disturbi psichici». «Se questo dato rispecchiasse la realtà - avverte Luca Poma - e non lo credo, vorrebbe dire che ogni 100 bambini italiani, 9 sono candidati ad assumere psicofarmaci. È come dire che in ogni classe, dalla materna alle medie, almeno due bambini dovrebbero essere medicalizzati. A nessuno 20 anni fa sarebbe mai passato per la mente di dare ad un bimbo di 8 o 9 anni il Prozac (l'antidepressivo definito 'pillola della

«La pillola data al bambino allontana la soluzione vera, induce a non approfondire e quindi a non cercare la radice del problema»

felicità', dal 2006 in Italia può essere dato a bambini ed adolescenti dagli 8 anni in su, ndr). Oggi si fa tranquillamente, poi però non si analizzano i problemi dei bambini». Del resto sono i grandi i primi ad aggrapparsi a pasticche e gocce per mettere a tacere la sofferenza interiore. Anche per il 'semplice' mal di testa. Ma da dove viene quel dolore, ce lo domandiamo? I dati più aggiornati forniti dall'Aifa, Agenzia italiana per il farmaco, ci dicono che i medicinali per il sistema nervoso centrale sono al quarto posto per prescrizione (gli antidepressivi sono i più utilizzati), tra le principali componenti della spesa farmaceutica pubblica. «Nell'ultimo decennio il consumo di antidepressivi è cre-

sciuto in maniera drammatica - ha spiegato Luca Pani, direttore generale Aifa, presentando gli ultimi rilievi relativi al 2014 - da una parte, per l'aumentata prevalenza di depressione ed altri disturbi psichiatrici di comune riscontro nella popolazione generale, quali ansia

ed attacchi di panico; dall'altra, per la maggiore maneggevolezza di altri antidepressivi di recente commercializzazione. I dati segnalano l'insorgenza e la progressiva affermazione di un problema sanitario: sempre più persone (in particolare gli anziani) denunciano forme di assuefazione e dipendenza dagli oppioidi contenuti nei farmaci per la cura dell'ansia e della depressione».

BASTA COL MATERIALISMO SANITARIO

«Bisogna fermare il materialismo sanitario incentrato su una soluzione farmacologica anche di problemi che attengono alla sfera psichica ed emozionale», ribadisce il suo appello -

Studenti italiani primi in Europa per consumo di psicofarmaci

Gli studenti italiani tra i 15 e i 19 anni sono i ragazzi che più consumano psicofarmaci in Europa. Continuano ad aumentare i consumatori abituali, che li hanno cioè mandati giù 10 o più volte nell'ultimo mese: da 27mila nel 2007, ora sono 43mila. Un minore italiano su 10 utilizza impropriamente psicofarmaci senza alcuna

prescrizione medica. Lo rileva l'ultima ricerca Espad, condotta dal reparto di Epidemiologia e ricerca dell'Istituto di fisiologia clinica del Consiglio nazionale delle ricerche di Pisa. 10 giovanissimi italiani su 100 assumono tutti questi psicofarmaci per concentrarsi e andare bene a scuola, per tenere botta nelle notti in discoteca, per rilassarsi, dormire

dopo aver assunto eccitanti o per non ingrassare e, mixati con alcolici, per sballarsi. La media europea è del 6%. Il 17% dei teenagers italiani ha poi dichiarato di avere preso almeno una volta nella vita psicofarmaci non prescritti, 9 su 10 nell'ultimo anno. Soprattutto farmaci per dormire, usati più dalle ragazze che dai maschi.



► lanciato all'indomani dello sdoganamento degli psicofarmaci ai bambini cosiddetti iperattivi - il dottor Giovanni Maria Pirone, che dal 1990 al 2007 ha diretto l'Istituto italiano di medicina sociale.

«Oggi con l'Istituto romano di San Michele, la più grande Istituzione pubblica di assistenza e beneficenza di Roma, stiamo puntando molto sulla inclusione sociale - spiega Pirone - con iniziative tese a creare una società più unita. In particolare, con il Villaggio del benessere intergenerazionale, che presenteremo a settembre, favoriremo le buone relazioni e le capacità espressive della persona, come arti e mestieri, a tutte le età. Questa è l'impostazione da seguire, mentre gli americani per ogni disagio hanno la pillolina... Ma se uno ha difficoltà a socializzare, si trova in un contesto poco favorevole ed ha una sua fragilità, soffre e si chiude in se stesso».

RELAZIONI SANE, ANIMA, AMORE

«Le terapie farmacologiche non vanno demo-

nizzate - afferma il prof Cantelmi -, ma di sicuro scoprire i rapporti umani e la psicoterapia è la risposta più importante. Non bisogna vergognarsi del proprio disagio e di ammettere la fragilità. È necessario fondamentalmente ricostruire i legami affettivi, le trame relazionali. La cura dei rapporti interpersonali è essenziale. La vera risposta al disagio psichico è nell'amore, nell'amicizia, nei legami». Avere sane relazioni, una 'medicina' per l'anima e quindi per l'interezza della persona, che certo non è riducibile al solo corpo o ai soli neuroni. «Serve amore. Dell'amore non se ne può fare a meno - incalza Cantelmi - è come l'aria che respiriamo. Sono stati descritti casi di neonati accuditi e

nutriti, ma morti per mancanza d'amore, accuditi, ma senza genitori - spiega lo psicoterapeuta psichiatra citando gli studi del grande René Spitz -. Si possono utilizzare farmaci nel bimbo, ma nessuno sa esattamente in un cervello in crescita cosa comporti ciò. Sappiamo invece bene che un bambino ben accudito ed amato ha molte più probabilità di una vita felice». Ce n'è abbastanza per domandarsi quanto, gli adulti di oggi, siano stati visti, sostenuti, amati davvero quando erano piccoli.

“I farmaci non vanno demonizzati, ma la risposta più importante è curare quel giardino interiore che è la nostra anima”

NUTRIRE IL NOSTRO SPIRITO

Quanto ciascuno ama se stesso? Quanto veramente ci prendiamo cura del nostro bimbo che comunque sta lì dentro e attende rispetto e positività? Non ci si può adattare alle tante, troppe, negatività.

Dentro, ognuno profondamente ha bisogno di ritrovare il respiro più profondo, quel soffio che rinfresca, rigenera, disseta, vivifica. Se sto male, qualcosa da dentro mi sta probabilmente dicendo che perdo l'armonia con me stesso e tutto il resto. Che non lascio spazio e tempi alla mia anima. E hai voglia allora a ingurgitare pillole! Al massimo mi anestetizzeranno, allontanandomi dalla parte più vera e profonda di me stesso. Se la mia anima, il mio inconscio, soffre, ne risente tutta la mia persona, mente inclusa. Detto in termini più "tecnici", «i fattori spirituali sono fattori protettivi per la salute mentale - sottolinea il prof Cantelmi -, anche la scienza è molto interessata alla spiritualità, tant'è che esiste una terapia di 'coping spirituale' nei pazienti oncologici con depressione». Dobbiamo insomma far respirare l'anima? «Come dice il grande psicanalista jungiano James Hillmann, ognuno di noi deve curare quel giardino interiore che lui chiama anima». Sotto con il vivaio, altro che farmacie: buon giardinaggio a tutti!

Terrore e media ansiogeni: scoppia la deimosfobia

4 ITALIANI SU 10 SI SENTONO SOTTO ATTACCO

Una società che si sente sotto assedio, per minacce interne ed esterne. Complice l'ossessiva insistenza con cui i mass media danno risalto al male, alle notizie negative ed ansiogene. È la 'diagnosi' tracciata al 23esimo congresso dell'Associazione europea di psichiatria: deimosfobia dilagante. «Paura del terrore - afferma il prof Claudio Mencacci, ex presidente della Società italiana di psichiatria -, un blocco psicologico che sta assumendo i contorni della sindrome. Emotività estrema, angoscia, panico, paura, smarrimento, vulnerabilità, la sensazione di fragilità e di essere sotto attacco. Le inda-



CLAUDIO MENGACCI
Psichiatra

gini europee ci dicono che la paura del terrorismo raggiunge percentuali massime in Francia (90%) e Gran Bretagna (70%). Per l'Italia possiamo stimare un 40% di persone vittime di una sensazione di forte minaccia sociale. Anche l'informazione amplifica i timori - nota lo psichiatra - e rischia di diventare un'arma nelle mani dei terroristi, che vogliono generare panico anche attraverso la trasmissione ripetuta delle scene del terrore». In Italia «a dominare restano anche le paure per la situazione economica e la disoccupazione giovanile, con timori crescenti per l'assenza di prospettive per il futuro».