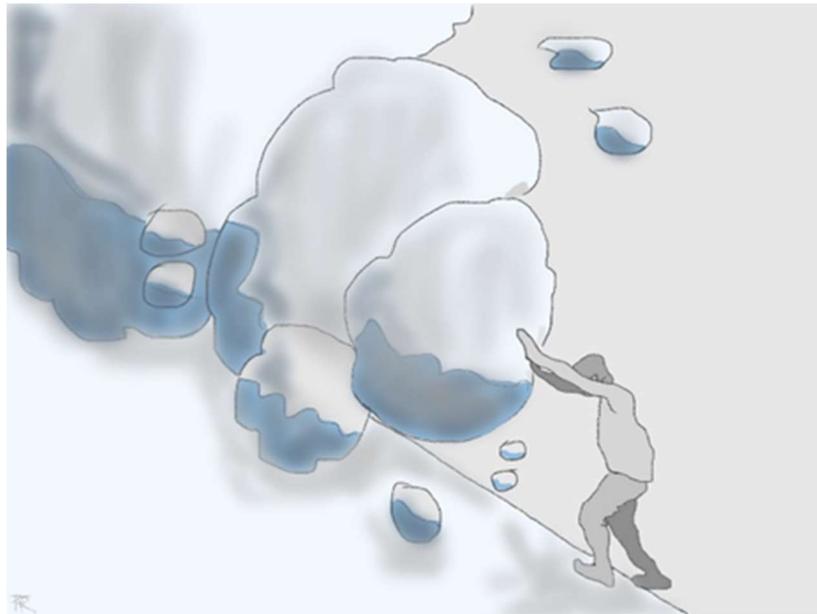


Annamaria Di Pasqua, Riccardo Russo
SIPINapoli

(06 giugno 2020)

L'IMPORTANZA DELLA PSICOTERAPIA



Gli autori, in questo articolo hanno come orizzonte di riferimento il postulato “matti non si nasce ma si diventa”. All’interno di questo, partendo dalla loro esperienza clinica (guidata dal Modello Strutturale Integrato), presentano la “forza della psicoterapia” come strada per la cura della Malattia Mentale sia al suo esordio che in fase conclamata. Infatti, una volta diventati “matti” si può guarire correggendo gli apprendimenti non funzionali e diventando persone più capaci di affrontare i problemi. La Malattia Mentale non è quindi “biologica” ma un disturbo della “soggettività ed intersoggettività”. Oggi, purtroppo, in Italia la farmacologia regna nei Dipartimenti di Salute Mentale generando cronicità che porta sofferenza per i pazienti, le loro famiglie e un aggravio economico alla società.

La via maestra nel campo della salute mentale è la psicoterapia perché è, tra le varie discipline necessarie, quella che ha una visione più ampia e complessa del problema da affrontare. Inoltre, possiede gli strumenti per mirare alla ricostruzione della soggettività del paziente, il cui crollo causa i sintomi, e per renderlo capace di costruire visioni del mondo condivisibili in base alle quali scegliere liberamente. Sia nell'emergenza psicologica legata all'attuale pandemia che fuori di essa il problema da affrontare riguarda la persona nel suo insieme e non può essere ridotto alla sola sedazione dei sintomi. Il farmaco e gli interventi assistenziali quindi vanno considerati strumenti per

rendere possibile il trattamento psicoterapeutico.

In una visione moderna e scientificamente fondata i problemi complessi vanno affrontati con decisioni ampie, puntando sulla sinergia delle professionalità coinvolte nella gestione del problema. Lo stiamo vedendo chiaramente con il Covid-19: non basta curare i pazienti gravi in sala di rianimazione, non serve ragionare solo sull'urgenza e sull'imminenza, serve molto di più e non solo a livello medico. Immaginate ad esempio quanto meno e quanto peggio potremmo fare oggi rispetto alla pandemia se, pur avendo i nostri validi medici e infermieri, cui nessun valore va tolto, la virologia e l'epidemiologia non venissero ascoltate dalla politica nel pianificare le misure e gli interventi necessari.

Nella salute mentale pubblica italiana, invece, proprio la psicoterapia non viene presa in considerazione così che l'intervento si riduce da sempre alla sola somministrazione farmacologica e al contenimento/intrattenimento sociale. Questa è purtroppo la triste situazione ante COVID, figuriamoci adesso che diversi paesi segnalano (ANSA, 7/5/20) incrementi delle manifestazioni di disagio psicologico (ansia, depressione, disturbi del sonno, patologie del gioco, uso di sostanze, violenza domestica) ed aggravii delle preesistenti patologie mentali, cui vanno aggiunti i casi di burn-out degli operatori sanitari. In alcuni paesi addirittura i servizi di salute mentale si sono fermati, quando invece il direttore generale dell'OMS Ghebreyesus sostiene chiaramente che vanno rafforzati per far fronte all'impatto secondario del COVID-19 (ANSA).

Su un campione di circa 1000 pazienti seguito col Modello Strutturale Integrato¹, nel quale l'aspetto centrale è quello psicoterapeutico integrato con quello riabilitativo, sociale, e con quello farmacologico solo quando serve, si è visto che il 60% dei pazienti è migliorato tanto da trovare una normale realizzazione nella vita sociale, lavorativa e affettiva; il 20% è riuscito a ridurre i sintomi, mantenendo un discreto equilibrio lavorativo. Un'altra parte, circa il 15%, pur evidenziando un discreto miglioramento lungo il processo di cura ha avuto bisogno di brevi e mirati ricoveri in strutture psichiatriche. Infine, solo il 5% è diventato purtroppo serbatoio di cronicità, evidenziando una sostanziale staticità o qualche volta anche un graduale deterioramento (fonte: Coop. Soc. Integrazioni). Questa sembra un'ottima risposta, scientificamente accreditata, al pregiudizio corrente secondo il quale dalla patologia mentale non si esce: l'80% delle persone se seguito bene in realtà torna a vivere.

Va detto che tale campione purtroppo non appartiene agli ambulatori e alle strutture pubbliche, questo perché per le dirigenze sanitarie la via maestra dell'intervento purtroppo non è la psicoterapia ma il contenimento dei sintomi (psicofarmaci), con la conseguente cronicizzazione del paziente e la relativa idea che dalla patologia mentale non si possa uscire. Serve allora in Italia un modo diverso di pensare alla questione e serve una politica che scelga i suoi

¹ In questo modello la malattia mentale è considerata frutto di apprendimenti spontanei da parte del soggetto che si rivelano inefficaci nello sviluppo della persona; nello stesso tempo questi apprendimenti disfunzionali deformano la capacità riflessa dell'uomo di correggere questi stessi apprendimenti. Si ritiene cioè che "matti" non si nasce ma si diventa. Una volta diventati "matti" si può guarire correggendo tali apprendimenti e diventando persone più capaci di affrontare i problemi. La malattia mentale non è quindi "biologica" ma un disturbo della soggettività ed intersoggettività.

indirizzi programmatici in base a ciò che la scienza, psicoterapia in prima fila, conosce e afferma.

Cosa faremo adesso con chi sta soffrendo psicologicamente e con chi ha subito un aggravio della preesistente patologia mentale? Ogni volta che in Salute Mentale gli interventi si riducono al solo contenimento farmacologico e all'urgenza, senza avere una visione più ampia ed efficace del problema che si vuole affrontare, si può solo venire travolti dal problema stesso, come provando a fermare una valanga con le sole braccia. Di fronte agli impatti psicologici del Coronavirus, così come in generale nella salute mentale, potremmo fare solo poco e male finché le discipline centrali nella soluzione del problema verranno escluse dal SSN. L'Italia rischia ancora una volta di rimanere senza psicoterapia, tranne per quei pochi fortunati che la conoscono, possono permettersela economicamente e sanno scegliere le strutture e gli operatori giusti.