

Direttore Francesco Bottaccioli

# pneireview

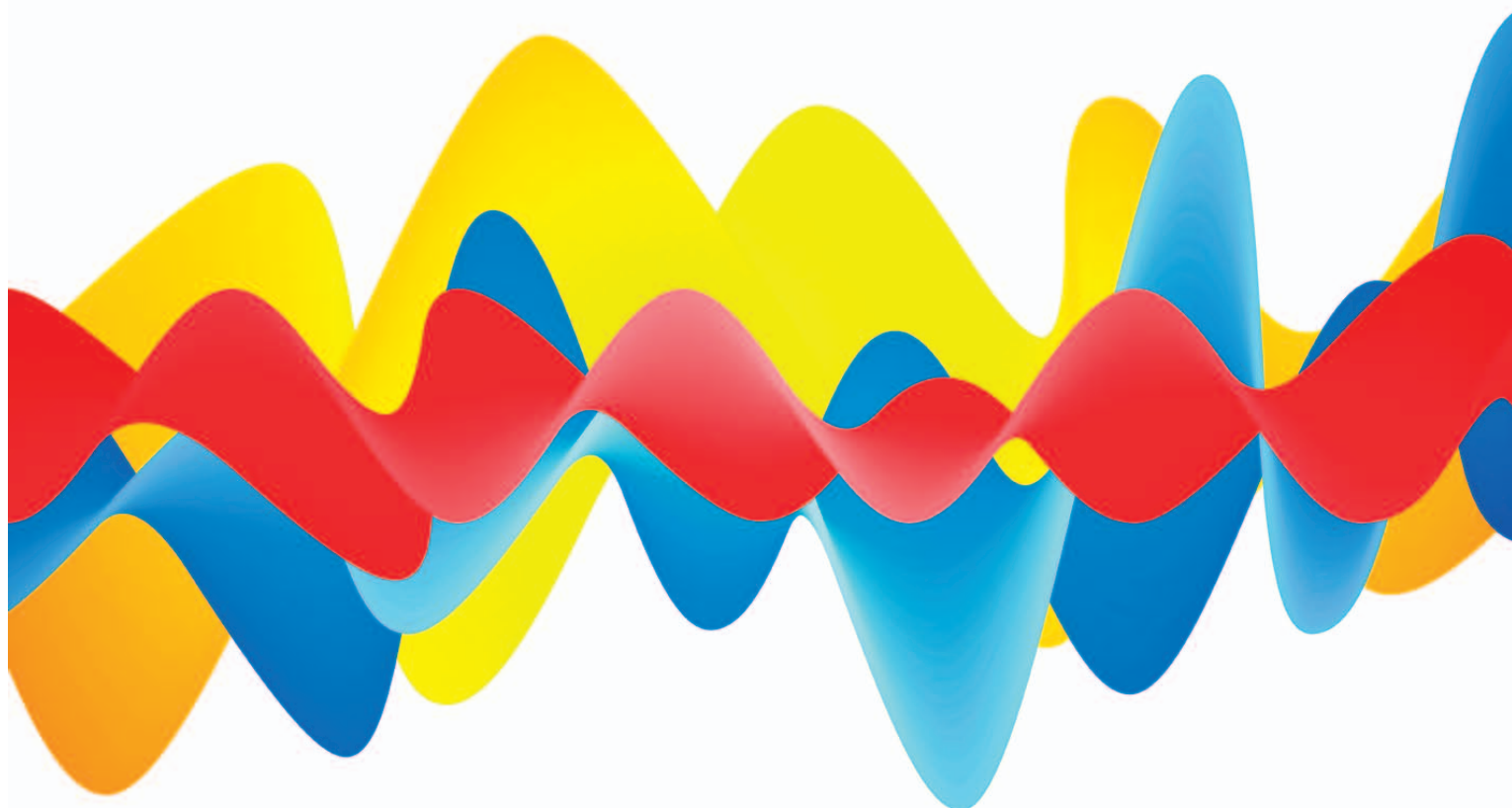
Rivista della Società Italiana di Psiconeuroendocrinoimmunologia



1

2013

## DEPRESSIONE, SI CAMBIA.



Sipnei statement on depression.

La Sipnei la pensa così.

**monografia**

Programma Ics Integrated Care Science - Scienza della Cura Integrata

<b>Capitolo 1</b>	<b>pag</b>
<b>David Lazzari</b> La depressione nel Programma ICS, Integrated Care Science <i>Integrated Care Science Program and Depression</i>	4
<b>Capitolo 2</b>	<b>pag</b>
<b>Francesco Bottaccioli</b> La fine di un'era e la necessità di una svolta <i>The end of an age and the need for a breakthrough</i>	14
<b>Capitolo 3</b>	<b>pag</b>
<b>Anna Marigliano</b> Depressione: quanto contano i determinanti psicosociali? <i>Depression: how important are the social determinants?</i>	21
<b>Capitolo 4</b>	<b>pag</b>
<b>Antonella Palmisano</b> I ritmi circadiani, sonno infiammazione e depressione <i>Circadian rhythms: sleep, inflammation and depression</i>	27
<b>Capitolo 5</b>	<b>pag</b>
<b>Marina Risi</b> Depressione, infiammazione e malattie autoimmuni <i>Depression, Inflammation and Autoimmune Diseases</i>	33
<b>Capitolo 6</b>	<b>pag</b>
<b>Adriana Roncella</b> Depressione e malattie cardiovascolari <i>Depression and cardiovascular disease</i>	41
<b>Capitolo 7</b>	<b>pag</b>
<b>Irving Kirsch</b> Antidepressant drugs: the collapse of a myth <i>I farmaci antidepressivi, il crollo di un mito</i>	46
<b>Capitolo 8</b>	<b>pag</b>
<b>Andrea Delbarba</b> Il ruolo dell'alimentazione <i>Nutrition at the core of treatment for patients with depression</i>	56
<b>Capitolo 9</b>	<b>pag</b>
<b>Vidheya Del Vicario</b> Il ruolo dell'attività fisica <i>Exercise and depression</i>	64
<b>Capitolo 10</b>	<b>pag</b>
<b>Franco Cracolici</b> Il ruolo della Medicina cinese e di altre terapie complementari <i>The role of Traditional Chinese Medicine and other complementary therapy</i>	72
<b>Capitolo 11</b>	<b>pag</b>
<b>Raffaella Cardone e Monica Mambelli</b> Ripensare la cura: il ruolo delle psicoterapie <i>Rethinking the treatment of depression according pnei view</i>	80
<b>Capitolo 12</b>	<b>pag</b>
<b>Antonia Carosella, Anna Giulia Bottaccioli e Francesco Bottaccioli</b> Il ruolo delle tecniche meditative <i>The contribution of meditation to the treatment of depression</i>	88



Depression:  
scientific basis,  
and integrated care.

## Monograph

Direttore Responsabile  
Editor in Chief  
Francesco Bottaccioli

Supplemento al n. 2/2013  
di Pnei News

Registrazione  
Autorizzazione del Tribunale Bologna  
n. 8038 del 11/02/2010

Redazione  
Via Lancisi, 31 - 00185 Roma

Grafica e impaginazione  
Argento e china

Stampa  
Fina estampa

Acquisti/Purchase  
Abbonamenti/Subscription  
segreteria.sipnei@gmail.com  
www.sipnei.it

# La posizione della sipnei sulla cura della depressione

## La scienza della cura integrata della depressione

Francesco Bottaccioli, David Lazzari, Marina Risi - SIPNEI Presidency

L'epoca della monoterapia farmacologica della depressione va dichiarata conclusa. Va aperta l'era della cura integrata. Al riguardo proponiamo a tutti gli operatori sanitari che trattano la depressione i seguenti punti di orientamento, che per i soci SIPNEI costituiscono il riferimento della propria attività clinica, di insegnamento e di ricerca:

- Ogni operatore dovrebbe realizzare una valutazione della persona nella sua interezza con strumenti di analisi adeguati e quindi biomedici e psicologici integrati in un modello (Diagnosi Integrata secondo il paradigma della Psiconeuroendocrinoimmunologia, DIPNEI)
- L'asse centrale della cura dovrà fondarsi sulla gestione psicologica e dello stress tramite psicoterapia e tecniche antistress e meditative
- Andrà fatto un uso circoscritto dei farmaci e attivamente ricercate e adattate alla singola persona proposte di sostituzione dei farmaci con approcci meno invasivi, scientificamente affidabili (agopuntura, fitoterapia e altre metodiche complementari validate)
- Il terapeuta sarà un promotore attivo del cambiamento delle basi della vita della persona in trattamento, fornendo indicazioni scientifiche su dieta, attività fisica, condizioni socio-ambientali.
- Qualsiasi operatore che approcci una persona affetta da depressione dovrebbe dare un'informazione completa sul disturbo e sull'efficacia dei vari strumenti terapeutici.
- Se è uno psichiatra o un medico di base dovrebbe far presente i limiti del trattamento farmacologico soprattutto nel lungo periodo e proporre un trattamento integrato.
- Se è uno psicoterapeuta dovrebbe far presente i limiti della psicoterapia e lavorare per sorreggere il cambiamento nei fondamenti della vita (gestione dello stress, dieta, attività fisica, uso dei farmaci) proponendo un trattamento integrato

## The sipnei statement on the treatment of depression

### The Depression Integrated Care Science

The age of the monotherapeutic pharmacological approach must be declared over. A new age of integrated therapy is taking its place. For this reason, we recommend that all health care workers treating depression adopt the following guidelines, which constitute the point of reference for clinical, training and research activities of the members of SIPNEI:

- Every health professional should make an evaluation of the whole patient, using the appropriate tools, i.e. integrating biomedicine and psychology into one single model (integrated diagnosis according to the paradigm of Psycho-neuro-endocrino-immunology, IDPNEI/DIPNEI).
- The principal line of treatment should be based on psychological and stress management through psychotherapy and anti-stress and meditation techniques.
- The use of medication should be restricted and recommendations made following research and adjustments to meet individual needs for less invasive and scientifically proven approaches (acupuncture, phytotherapy and other complementary methods of health care).
- The therapist should actively encourage the patient in treatment to change lifestyle, giving advice on diet, physical activity and socio-environmental conditions.
- Every health care worker involved with a person suffering from depression should provide the patient with comprehensive information on the disorder and on the efficacy of the various methods of treatment.
- In the case of a psychiatrist or general practitioner, the doctor should advise the patient on the limits of the pharmacological treatment, especially over the long term, and propose integrated therapy.
- In the case of a psychotherapist, the doctor should advise the patient on the limits of psychotherapy and recommend that the patient change lifestyle (stress control, diet, physical activity, use of medication) providing support through integrated therapy.

# Perché una nuova rivista?

Francesco Bottaccioli - Direttore

Perché siamo convinti serva una rivista di psiconeuroendocrinoimmunologia diversa da una di neuroscienze o di psicosomatica. Una rivista interdisciplinare, che quindi favorisca lo scambio tra discipline scientifiche, ma anche interculturale, che quindi promuova lo scambio tra cultura scientifica e umanistica. Uno spazio di riflessione con un linguaggio unitario, che sappia parlare ai ricercatori e ai professionisti della salute senza ridurre il contenuto scientifico e clinico della comunicazione.

Crediamo che sia possibile, perché la psiconeuroendocrinoimmunologia è un programma di ricerca che potenzialmente interessa tutte le scienze che si occupano dell'essere umano e del suo contesto: dalla fisica alla biomedicina alla psicologia alla socio-antropologia fino alla filosofia.

Nell'antichità, a Oriente e a Occidente, lo scambio tra filosofia e scienza è stato ampio e costante: l'una ha tratto alimento dall'altra. In epoca moderna, come ricorda Hans-Georg Gadamer, si è realizzato "un progressivo estraniamento reciproco" che ha cacciato la "filosofia nel privato" e ha reso "irresponsabile la scienza".

L'unico esempio contrario è venuto dalla fisica quantistica e dai fisici-filosofi del Novecento, ma, complessivamente, da oltre mezzo secolo, il dialogo tra scienze della natura, della vita e dell'uomo è praticamente interrotto.

Con la Psiconeuroendocrinoimmunologia è possibile riprendere questo dialogo perché la Pnei, con il suo paradigma sistemico a base molecolare, consente a ciascuna disciplina di mantenere la peculiarità del proprio sguardo scientifico, ma al tempo stesso di dialogare effettivamente, di influenzare ed essere influenzati dai reciproci saperi, per l'avanzamento della conoscenza e della saggezza umana.

Questo è il programma di **Pnei Review** che, con l'aiuto generoso dei lettori, dei soci Sipnei e dei ricercatori disinteressati, ci proponiamo di sviluppare nel tempo.

English version in [www.sipnei.it](http://www.sipnei.it)

**Editors:** Francesco Bottaccioli (Editor in chief ), David Lazzari (SIPNEI President), Andrea Minelli (Research Head), Marina Risi (Executive editor)

**Scientific Board:** Franco Baldoni (Psychosomatic Medicine, Bologna University), Fabrizio Benedetti (Neuroscience, Torino University), Gianluca Bocchi (Philosophy of Science, Bergamo University), Mauro Bologna (General Pathology, L'Aquila University), Francesco Bottaccioli (Psychoneuroendocrinoimmunology, Siena, Perugia, Lecce University), M. Grazia Cifone (Immunology, L'Aquila University), Claudio Franceschi (Interdepartmental Center Bioinformatics, Biophysycs, Biocomplexity, Bologna University), Irving Kirsch (Psychology, Plymouth University (UK), Program in Placebo Studies Harvard Medical School, Boston (USA), David Lazzari (Medical Psychology, Perugia University), Victoria Maizes (Integrative Medicine, Arizona University), Andrea Minelli (Physiology, Urbino University), Marina Risi (Integrated Medicine, Siena and Perugia University), Tullio Seppilli (Medical Antropology, Emeritus, Perugia University), Andrea Sgoifo (Physiology of Stress, Parma University).

## Editorial Board

Anna Giulia Bottaccioli MD, Roberta De Bellis Ph.D., Andrea Delbarba MD, Antonella Palmisano M.Sc., M. Psy.

**Online, cartaceo, copia singola, abbonamento. Tutti i modi per leggere Pnei Review**

### Numeri singoli

1 Copia cartacea: 12 euro / 1 Copia online: 9 euro

1 Copia cartacea: 10 euro / 1 Copia online: 7 euro RISERVATO ABBONATI PNEI NEWS

1 Copia cartacea: 8 euro / 1 Copia online: 5 euro RISERVATO SOCI SIPNEI

### Abbonamenti biennali cartaceo e/o online

Abbonamento a 4 numeri: 40 euro/Solo online: 30 euro

Abbonamento a 4 numeri: 36 euro / Solo online 25 euro RISERVATO ABBONATI PNEI NEWS

Abbonamento a 4 numeri: 30 euro/ Solo online: 20 euro RISERVATO SOCI SIPNEI

**Acquisti/purchase: [www.sipnei.it](http://www.sipnei.it) - Info/contact: [segreteria.sipnei@gmail.com](mailto:segreteria.sipnei@gmail.com)**

