

Salute e Psicologia: dalla ricerca alle risposte per i cittadini ¹

di **David Lazzari** - Presidente nazionale Ordine Psicologi, past-President SIPNEI

Ieri (26 gennaio 2022) all'auditorium del Ministero della Salute abbiamo fatto il punto sulla ricerca relativa all'impatto della psiche sulla salute a 360° gradi e sulla efficacia degli interventi psicologici e psicoterapici e loro ricadute economiche. La prima sessione (Santo Di Nuovo presidente Ass. Italiana Psicologia, Vittorio Lingiardi presidente Società Ricerca in Psicoterapia e Francesco Bottaccioli presidente on. Società Psiconeuroendocrinoimmunologia) ha fatto il punto sulle evidenze della ricerca, che mostrano la maggiore efficacia delle cure psicologiche, anche per gli effetti di più lunga durata, per i problemi e disturbi psicologici più diffusi. Ci si è poi soffermati sull'impatto del disagio psichico sui processi biologici ed epigenetici, mostrando come la riduzione delle funzioni immunitarie per cause psichiche sia importante e fortemente sottovalutata nel corso della pandemia.

La seconda sessione (Silvio Garattini dell'Istituto Mario Negri, Ezio Sanavio e Paolo Michielin dell'Università Di Padova e Gemma Calamandrei dell'ISS), ha illustrato i risultati della Consensus Conference dell'Università di Padova sulle cure psicologiche per ansia e depressione. La conferenza durata 3 anni, che ha visto il coinvolgimento di oltre un centinaio di studiosi di diverse discipline biomediche e psicologiche, personalità indipendenti della società civile, società scientifiche, ha fatto una sintesi dei dati scientifici di efficacia clinica e di appropriatezza disponibili a livello internazionale per la prevenzione e il trattamento di ansia e depressione, mostrando come le cure psicologiche debbano essere considerate una prima scelta nella maggior parte delle situazioni.

Sono dati importanti, considerato che la sintesi epidemiologica ad oggi (review) ci dice che una persona su tre manifesta disturbi dell'adattamento (distress psicologico), che tra gli under 18 i sintomi di stress riguardano uno su due (Ma et. Al. 2021), che un terzo delle donne incinte soffre di disturbi d'ansia (Tomfhor-Madsen et al. 2021). Oggi su 10 persone che hanno problemi, sette hanno problemi di tipo psicoemotivo e relazionale, definibili come disagio e disturbi psicologici comuni. Non sono malati mentali in senso stretto ma non stanno bene e sempre di più stanno prendendo coscienza dei loro problemi e chiedono aiuto.

Spesso sono persone che stanno affrontando sfide importanti (come la nascita di un figlio, una malattia, un problema familiare, le difficoltà dell'adolescenza, sintomi vari che limitano la vita e le relazioni, e così via). Situazioni di non salute e di non (ancora) malattia, una zona d'ombra di milioni e milioni di persone, che impattano, in modo documentato, sulle varie dimensioni della vita, sul lavoro e sull'economia.

E' un popolo non considerato ancora in Italia dai servizi sanitari, anche se i LEA del 2017 invece se ne sono fatti carico in modo significativo, garantendo (sulla carta per ora) un accesso diretto ai servizi (inesistenti) di psicologia. L'Italia investe nel campo denominato "Salute mentale" 3,1 miliardi ogni anno ma si tratta di servizi e attività psichiatriche destinate alle persone con disturbi più gravi, è il frutto, magari migliorabile, della riforma Basaglia. In questi servizi psichiatrici, ambulatoriali, domiciliari e residenziali, di psicologia e psicoterapia se ne fa molto poca. Basti dire che su 100 operatori solo 7 sono psicologi-psicoterapeuti e su 100 interventi solo 6 sono di questo tipo.

Quindi poca psicologia nella cura delle malattie mentali. E per questo popolo del disagio e disturbi psicologici comuni? Che, come mostrano le esperienze internazionali, come quella inglese dei "psychological wellbeing centre", richiedono servizi psicologici specifici negli ospedali e di prossimità, lavoro insieme ai medici e pediatri di famiglia, centri di riferimento vicini ai cittadini? Per questi in Italia poco o nulla: qualche realtà come eccezione che conferma la regola.

¹ pubblicato in Quotidiano sanità del 27.01.22

Persino i gloriosi “consultori familiari”, fatti per dare un approccio integrato psicologico e sanitario ai problemi della maternità ma anche della coppia, dei minori, sono diventati ambulatori ostetrico-ginecologici. In 7 sedi su 10 non ci sono psicologi.

I servizi psicologici hanno un approccio che mette insieme la prevenzione e la promozione delle risorse con il sostegno, la consulenza e la terapia riparativa quando occorre. Perché non basta curare, oggi occorre mettere in campo una visione in grado di prevenire e intercettare per impedire l’aggravamento, una metodologia che punta a rinforzare la psiche e le capacità adattive delle persone.

Ma la Sanità non ce lo lascia fare. Gli psicologi sono pochi ma anche relegati e “legati”. I cittadini non li trovano perché nelle ASL e negli ospedali non c’è un indirizzo di riferimento per la psicologia, che vuol dire per i problemi psicologici, che le persone sentono come tali.

Al convegno CNOP i rappresentanti istituzionali, il segretario generale del Ministero Giovanni Leonardi, il presidente ISS Silvio Brusaferrò e Antonio Fortino di Agenas, hanno dato segnali incoraggianti, sembra che finalmente qualcosa si muove.

[Il CNOP e 21 Società Scientifiche](#) hanno proposto il bonus per l’immediato ma l’attivazione di “consultori psicologici” in tutti i distretti e case di comunità per domattina. Il sistema sarà capace di recepire i bisogni psicosociali dei cittadini? Di tradurre in servizi quello che la stragrande maggioranza degli italiani pensa e chiede come naturale, ovvio, scontato, stupendosi che nel 2022 ancora queste cose non ci siano nelle ASL? Le Regioni e le Aziende Sanitarie voglio andare verso i cittadini o vogliono allontanare le persone da una Sanità che non comprende i loro bisogni più umani?

Vedremo nelle prossime settimane quali risposte ci saranno da parte del Governo e delle Regioni su questi temi, oggi finalmente sotto i riflettori, sia pure per motivi che nessuno si auspicava, una pandemia che ha modificato e complicato le nostre vite.