



**ASSOCIAZIONE FAMIGLIE PER LA SALUTE MENTALE**

Via F. Simonetti, 32 - 55100 S.Vito - Lucca

Tel. e Fax +39.0583.440615 – Tel. Presidente +39.0583.29205

www.fasm.it - e.mail: associazione@fasm.it

Codice fiscale : 92012720469

**Relazione del Seminario**  
**Psicoterapia, farmacoterapia e trattamenti non tradizionali.**  
**Interventi personalizzati per migliorare la qualità delle cure**

**Martedì 19 aprile 2011**

**Palazzo Ducale Lucca - Sala Accademia 1**

A cura di Gilda Madrigali

Martedì 19 Aprile 2011 la FASM ha organizzato un seminario di studio dal titolo “Psicoterapia, farmacoterapia e trattamenti non convenzionali” che ha avuto come relatore principale il Prof. Andrea Fagiolini, direttore della clinica psichiatrica dell’Università di Siena, il quale ha tenuto una lezione magistrale su “Psicoterapia, Farmacoterapia e Trattamenti non tradizionali” toccando con sapienza e chiarezza alcuni punti cardine del percorso di cura di persone con disturbi mentali. Molte le persone nel pubblico, parecchie già del settore o coinvolte direttamente in tali problematiche, ma altrettante venute per conoscere più a fondo certi tipi di disagio che sono in aumento e che ci riguardano tutti in prima persona. Erano presenti anche parecchi operatori dell’Azienda USL 2 di Lucca, alcuni dei quali sono intervenuti e si sono confrontati anche alla luce dell’esperienza senese che il prof. Fagiolini ha riportato e condiviso. Un ringraziamento alle autorità presenti, l’Ass. al sociale del Comune di Lucca Angelo Monticelli, il Consigliere Provinciale Arturo Nardini, la Dott.ssa Cristina Petretti per l’Azienda USL2 e soprattutto la Dott.ssa Marzia Fratti, in rappresentanza dell’Assessore Regionale Daniela Scaramuccia che ha mandato i suoi saluti congratulandosi con la FASM per aver organizzato tale iniziativa. Presenti nel pubblico anche alcune Associazioni facenti parte del Coordinamento Toscano delle Associazioni per la Salute Mentale.

Il Prof. Fagiolini ha riflettuto sull’importanza nella pratica clinica del tema di studio scelto ovvero come integrare e cosa scegliere, quando è possibile o consigliabile privilegiare un solo intervento, tra psicoterapia, farmacoterapia e trattamenti non tradizionali. Purtroppo le malattie sono in netto aumento, ma fortunatamente gli strumenti a nostra disposizione per affrontarle sono in rapido miglioramento, così come le nostre conoscenze, in modo da permettere una scelta oculata rispetto a quale specifico strumento sia più adeguato per uno specifico paziente non dimenticando che ogni persona è diversa dall’altra e quindi necessita di un percorso individualizzato. Permangono ancora difficoltà rispetto alla conduzione di studi specifici, non tanto relativi a identificare le percentuali di pazienti che rispondono o meno a un certo tipo di trattamento, che sono gli studi ancora oggi prodotti e finanziati, quanto finalizzati a individuare le caratteristiche specifiche di un determinato paziente che risponde, per esempio, all’uno o all’altro farmaco. Questo vale anche per le psicoterapie che possono essere più funzionali, o meno, in base alle caratteristiche proprie di quella particolare persona con un proprio contesto di vita e proprie specificità. Sarebbe importante che ciascun operatore della salute mentale prendesse le distanze, in un certo senso, dal proprio orientamento o da ciò che si pensa sia la cosa migliore, perché non esiste qualcosa di assoluto e valido per tutti, ed è necessario quindi mantenere una certa apertura mentale in modo da indirizzare i pazienti all’intervento migliore per la singola persona. I dati a nostra disposizione non sono incoraggianti: è vero che aumenta il consumo di farmaci, ma è anche vero che sta aumentando in modo stratosferico, nel mondo occidentale in particolare, l’incidenza del disagio mentale. Si calcola che per esempio la depressione nel 2020 sarà la seconda causa di disabilità nel mondo, senza contare che questo non include tutti i danni che la depressione comporta sulle altre malattie mediche il cui esito è pesantemente influenzato dalla essa. Ci sono ormai tutta una serie di ricerche che porteranno nei prossimi anni a possibilità di intervenire direttamente sui geni, con le cellule staminali, in modo molto più innovativo rispetto alle cure sui sintomi e sugli episodi acuti e che andranno direttamente alle cause della malattia, ma ci vorranno anni. Non potendo parlare di tutte le

problematiche mentali il Professore ha scelto di approfondire il tema della depressione che di solito si caratterizza per una capacità di funzionamento, tra un episodio e l'altro, migliore rispetto ad altri disturbi tipo la schizofrenia o un disturbo schizoaffettivo, ma è anche una malattia che ha una prevalenza decisamente superiore e interessa il 16% della popolazione. La depressione, negli Stati Uniti è una malattia che comporta costi molto elevati che non sono dovuti tanto al trattamento farmacologico, psicoterapico o clinico, quanto alla ridotta produttività della persona, per non parlare dell'influenza drammatica su tutta un'altra serie di malattie come malattie cardiovascolari, cancro, ictus, malattie cerebrovascolari, diabete, hiv, ecc. Quindi si può capire quanto la depressione abbia la capacità di esercitare danni sulla qualità della vita, sulla capacità di funzionamento e sul benessere generale del paziente e dei suoi familiari anche da punto di vista strettamente fisico. Ognuno di noi nasce con un certo rischio di depressione, c'è una componente biologica, la maggior parte della quale deriva da fattori genetici che possono esprimersi o meno a seconda di quello che può accadere, condizioni stressanti, condizioni traumatiche, eventi di vita avversi. Bisogna tener presente che comunque se le strade per arrivare alla depressione sono molte, anche le strade per curare la depressione però sono molteplici e dovrebbero essere personalizzate. Il peggior predittore di episodi depressivi è il numero di episodi pregressi, perché ogni episodio aumenta il rischio di uno successivo quindi si capisce l'importanza di interventi precoci e di tipo preventivo.

Rispetto ai farmaci, il Prof. Fagiolini dopo essersi soffermato in modo breve, ma chiaro sui vari meccanismi di azione, sottolinea l'importanza di una conoscenza accurata degli stessi in modo da valutare e scegliere consapevolmente, anche all'interno della medesima categoria farmacologia, la molecola più adatta per certi tipi di sintomi, evitando laddove possibile combinazioni di farmaci.

La scelta tra psicoterapia e farmacoterapia trascende la semplice dicotomia tra mente e cervello o tra malattie che nascono dall'ambiente o malattie che nascono dalla biologia perché è possibile assistere a depressioni con impronta biologica che rispondono in modo eccellente a una psicoterapia e non ai farmaci o viceversa. Oggi esistono dati inconfutabili sull'efficacia della psicoterapia che ormai sono incontestabili. Anche per la depressione è stata dimostrata una fortissima efficacia delle psicoterapie nella maggior parte dei pazienti, talvolta, ma non necessariamente, in associazione con una farmacoterapia. Kay Jamison, una professoressa americana che è una delle massime esperte di disturbo bipolare e che ha un disturbo bipolare lei stessa scrive: "Non posso immaginare di vivere una vita normale senza prendere il Litio e senza i benefici che ho tratto dalla psicoterapia...innegabilmente, la psicoterapia cura. Riesce a dare un qualche senso alla confusione, regna nei pensieri terrorizzanti e nei sentimenti, restituisce un po' di controllo, la speranza e la possibilità di imparare da quello che ci fa soffrire... E' lì che ho sperato- o ho imparato a sperare- che un giorno potrò essere in grado di vincere contro la mia malattia".

Rispetto agli interventi non tradizionali il Prof. Fagiolini dopo essersi complimentato con il lavoro svolto in Toscana in questo senso e soprattutto in Valle del Serchio, sottolinea, in certi casi, l'efficacia dei prodotti di erboristeria, omeopatia e medicina cinese, ma ribadisce più volte l'importanza di un utilizzo sicuro e non casuale.

Infine riflettendo sulle controindicazioni dei farmaci soprattutto di nuova generazione rispetto al metabolismo e in particolare all'obesità, il Professore si sofferma sull'importanza di interventi mirati sullo stile di vita di ciascun paziente solitamente di tipo sedentario con ridotta attività fisica, con tutto ciò che ne comporta (maggior rischio di infarto, pressione alta, colesterolo, ecc). Inoltre, studi dimostrano che ci sono una serie di attività, come quella di tipo aerobico, l'apprendimento di una nuova lingua, il seguire un certo tipo di musica o l'acquisizione di nuove abilità fisiche, che contribuiscono a stimolare la plasticità cerebrale ovvero il rigenerarsi di cellule, neuroni e connessioni e ad aumentare la neurogenesi ovvero la formazione di nuovi neuroni. In alcuni studi su sottotipi di depressione o ansia l'attività fisica opportunamente somministrata ha avuto un effetto paragonabile a quello dei farmaci e a quello della psicoterapia. Quindi aumentare l'attività fisica è un sistema non solo per migliorare la salute mentale, ma per migliorare anche la salute fisica. Per concludere il Prof. Fagiolini ribadisce il fatto che la prevalenza dei disturbi psichiatrici e purtroppo in netto aumento e quindi è fondamentale un'adeguata qualificazione o riqualificazione rispetto agli interventi farmacologici, psicoterapici, di tipo alternativo o sullo stile di vita che richiedono di essere utilizzati in modo realistico anche nel rispetto delle risorse a disposizione ed evitando inutili sprechi.

## **Curriculum Vitae Andrea Fagiolini**

Il Prof. Andrea Fagiolini si è diplomato al “Liceo Scientifico Statale” di Livorno (60/60), laureato in Medicina e Chirurgia all’Università di Pisa (110/110 lode) e specializzato in psichiatria all’Università di Modena (70/70 lode). Nel 1998 è diventato membro della Facoltà di Medicina dell’University of Pittsburgh negli Stati Uniti ed ha nel tempo ricoperto i ruoli di Istruttore, Professore Assistente, Professore Associato, e Direttore Medico del Centro per la Depressione e il Disturbo Bipolare.

Il Prof. Fagiolini ha ricevuto la cittadinanza Americana (USA) per meriti scientifici e pubblicato più di 200 capitoli e articoli nelle maggiori riviste internazionali, citati da più di 800 articoli pubblicati da altri Autori.

Rientrato dagli Stati Uniti, è attualmente Professore Associato, titolare della Cattedra di Psichiatria, direttore della Scuola di Specializzazione e dell’Unità Operativa Complessa di Psichiatria dell’Università di Siena e Azienda Ospedaliera Universitaria Senese.

Gli argomenti della sua ricerca includono il trattamento della depressione, del disturbo bipolare e dei disturbi d’ansia, il suicidio, la disabilità, la qualità di vita nei pazienti psichiatrici e l’impatto delle malattie mediche sul decorso dei disturbi psichiatrici.