

■ Su una cosa gli specialisti che si occupano di disturbi mentali sono d'accordo: con l'aumento delle diagnosi è aumentato anche il fai da te. **Claudio Mencacci**, presidente della Società italiana di neuropsicofarmacologia e già presidente della Società italiana di psichiatria, quantifica il fenomeno in un buon 35%. Da dove nasce l'uso e l'abuso di psicofarmaci? «I disturbi mentali sono in assoluto aumentati, soprattutto in alcune fasce di età (adolescenti/giovani adulti e over 65). Questa tendenza, che già esisteva prima del Covid, è stata fortemente amplificata dalla pandemia, ma buona parte delle difficoltà di natura emozionale nasce con la crisi finanziaria del 2008». Per **Mencacci**, «la difficoltà nel tracciare le traiettorie del futuro ci pone in uno stato di allerta che provoca disturbi del sonno: un terzo del pianeta

non dorme. E il disturbo del sonno è alla base di tutti i disturbi mentali». Un disturbo che, insieme con l'ansia, l'italiano cura *out of pocket*, ossia senza rimborso. «I farmaci più prescritti sono gli ansiolitici (le benzodiazepine), che rientrano nella fascia C. Gli antidepressivi, gli stabilizzatori dell'umore e gli antipsicotici, invece, sono quasi tutti rimborsati dal Sistema sanitario nazionale», spiega **Mencacci**. Le prescrizioni sono troppe o troppo poche? «Il nostro mandato è quello di indicare, a fronte di diagnosi precise, trattamenti il più possibile precisi e mirati. E quindi direi che c'è un uso molto disinvolto di farmaci - ansiolitici ma anche alcuni antipsicotici - per ottenere un effetto antiansia o sedativo o facilitante il sonno, che sicuramente andrebbe gestito con maggiore accuratezza».

«Gli psicofarmaci sono usati da pazienti e medici

Gli specialisti lanciano l'allarme: «C'è un uso disinvolto dei farmaci»

Con il boom delle diagnosi di questi anni sono aumentati autoprescrizioni e fai da te

troppo e troppo poco: soprattutto sono usati male», osserva **Emilio Mordini**, medico e psicoanalista. «Sono usati troppo per gestire situazioni che riguardano il senso della vita e non sono risolvibili chimicamente. I medici non comprendono più gli aspetti umani della malattia. Dal canto loro i pazienti, abituati a pensare che conti solo "funzionare bene", chiedono unicamente di tornare "come prima", senza capire che, se si sono ammalati, è proprio perché erano "come prima". Gli psicofarmaci però», nota **Mordini**, «sono anche usati

troppo poco. I medici cercano di non prescrivere i farmaci più potenti per evitare qualsiasi grana medico-legale. Persino gli psichiatri prescrivono raramente un farmaco fondamentale nei disturbi deliranti, la clozapina, perché temono possibili effetti collaterali». **Mencacci** conferma: «La clozapina è, insieme con il litio, uno dei due capisaldi dei trattamenti dei disturbi mentali severi. È considerato un salvavita ma viene prescritto con grande difficoltà perché ci vuole una mano esperta per saperlo gestire».

«Oltre che troppo e trop-



MEDICO Claudio Mencacci

po poco, gli psicofarmaci sono usati anche male», continua **Mordini**, «perché si pensa guariscano. Invece non agiscono sulle cause ma solo - checché ne dicano le case farmaceutiche - sui sintomi. Assumere uno psicofarmaco è come prendere una medicina contro la tosse quando si ha una bronchite o una polmonite: è utile ma per curare la malattia è necessario ben altro. Agli psicofarmaci si dovrebbe sempre associare una cura psicologica, che può persino aumentarne l'efficacia. Oggi si tende a semplificare tutto: voler ignorare, però, la comples-