

Non è più un tabù andare dallo **PSICOLOGO**

E tu, ne hai bisogno?

*servizio della dottoressa Sonia Rita Piana,
psicologa e psicoterapeuta di Torino*

Prima di tutti gli altri professionisti, il medico di base riesce a rilevare le problematiche psicologiche nel paziente e/o nel suo sistema familiare. Tuttavia, frequentemente, il disagio psichico continua ad essere visto come riguardante solo parte della popolazione; pertanto, consultare uno psicologo, o un altro operatore della salute mentale, è ancora oggi percepito

negativamente, quasi come fosse segno di debolezza, e soggetto a pregiudizio. Questo, inevitabilmente, fa sì che spesso lo psicologo non possa "prevenire", ma si ritrovi ad affrontare e confrontarsi con un disagio ormai profondo e innestato.

Un lavoro d'équipe

Generalmente, invece, si è più propensi ad accettare la malattia organica, ed è per questo che si assiste all'attuale situazione della salute pubblica: un medico di

Generalmente si è più propensi ad accettare la malattia organica, che non un problema psicologico. Fortunatamente, però, le cose stanno cambiando...



base tempestato di domande e richieste, spesso non inerenti al proprio campo di azione e uno psicologo, talora consultato poco, per problematiche ormai gravi e quasi come ultima soluzione. Medico e psicologo lavorano spesso sullo stesso paziente, quasi sempre, però, senza conoscersi, né confrontarsi; sarebbe invece fondamentale uno scambio di informazioni sul lavoro che ciascun professionista sta portando avanti, al fine di svolgere un intervento ottimale e una completa analisi dei bisogni dell'individuo.

In Gran Bretagna sono state recentemente iniziate numerose campagne

per la promozione della salute psicologica, come il programma governativo IAPT (Improving Access to Psychological Therapies); secondo uno studio della London School of Economics, infatti, i costi di assistenza a un individuo che presenta un disagio psicologico risultano di gran lunga maggiori rispetto a quelli che sarebbero stati spesi per una terapia psicologica preventiva.

Il paziente nella sua totalità

Per la prima volta il paziente viene valutato nella sua totalità di "persona", svolgendo un'efficace azione di prevenzione o di orientamento verso un intervento psicologico specialistico. L'intervento dello psicologo non riguarderebbe i casi di grave psicopatologia (identificabili dal medico di base e affrontabili con i servizi sanitari già esistenti), ma quelle problematiche legate al vivere quotidiano, troppo spesso rinnegate. Dal punto di vista economico, il risultato della ricerca del professor Solano ha portato una notevole diminuzione della spesa farmaceutica.●

Che cosa ci aspetta nell'immediato futuro

Non dimentichiamo i vantaggi formativi e professionali derivanti da una collaborazione fra medico di base e psicologo: essa consentirebbe l'integrazione attiva fra due saperi, non raggiungibile con nessun corso di formazione, ma data solo dal confronto diretto e continuo fra professionisti. Tuttavia, nonostante gli ottimi risultati ottenuti e i potenziali benefici economici, la ricerca attuata dal professor Solano fatica a trovare finanziamenti per proseguire. Il 1 giugno 2010 è stata formulata una proposta di legge (n. 3215) per l'istituzione della figura professionale dello psicologo di base. La speranza è che tale progetto diventi al più presto una realtà, soprattutto perché sia la medicina sia la psicologia hanno bisogno di nuove forme per adattarsi alla realtà in cui viviamo.

L'esperienza del professor Luigi Solano a La Sapienza di Roma

La sperimentazione rivoluzionaria

Ormai da un decennio, in Italia, è condotta l'esperienza del professor Luigi Solano, docente di psicosomatica presso l'Università La Sapienza di Roma, con i suoi collaboratori della Scuola di Specializzazione in Psicologia della Salute; si tratta di una sperimentazione di collaborazione professionale tra medico di base e psicologo. Nello specifico, nel progetto suddetto, **medico e psicologo ricevono i pazienti nello stesso setting**, lavorando quindi congiuntamen-

te per l'ascolto e per la valutazione dei sintomi e della storia clinica. **Lo psicologo propone, eventualmente, degli incontri a parte** (per il singolo, la coppia o il nucleo familiare, a seconda delle problematiche), per una valutazione più approfondita e il paziente è libero di scegliere se usufruirne o meno. **Da questa sperimentazione sono emersi dati estremamente interessanti.** Prima di tutto vi è una rivisitazione in chiave psicologica di un disagio fisico, non più provocato solo da cau-

se organiche, ma talora acuito o addirittura causato proprio da difficoltà psicosociali (legate a problemi coniugali, familiari o a passaggi cruciali della vita). In un'ottica di tal genere, **l'individuo è visto come parte attiva della propria guarigione**; non è più solo soggetto passivo di un percorso medico, fatto di esami talora superflui, referti negativi e spese sovente inutili, se non addirittura (quando non si trova una causa organica del disagio), causa di un aggravamento dei disturbi.