
Il futuro dei Servizi per le Dipendenze Adolescenti al tempo di Internet

05 novembre 2020

I Servizi per le Dipendenze Patologiche

Antonietta Grandinetti
Direttore U.O.C. Dipendenze Salerno



I Servizi per le Dipendenze Patologiche

I Ser.T. con la legge 79 del 2014 sono stati ridenominati Ser.D. Servizi Pubblici per le Dipendenze Patologiche.

Tale modificazione evidenzia il cambiamento culturale e di mandato istituzionale ormai riconosciuto a questi servizi: non si tratta più di assistere solo tossicodipendenti principalmente da eroina, ma di fornire servizi di elevata specializzazione a soggetti con diverse tipologie di dipendenza, sia da sostanze illegali che legali, sia con sostanza chimica che senza sostanza.

-
- I Ser.D. assicurano l'accesso diretto alle cure, nella garanzia dell'anonimato e in una ottica di integrazione multidisciplinare.
 - La dislocazione capillare dei Ser.D. garantisce una ampia accessibilità alle cure.
-

Decreto 99

Le nuove aree della dipendenza possono essere così schematizzate:

- sostanze stupefacenti
 - alcol
 - farmaci non prescritti
 - tabagismo
 - comportamenti compulsivi e additivi (gambling, sesso compulsivo, shopping compulsivo, dipendenza da internet, ecc...).
-

La nuova complessità richiede dunque una rinnovata organizzazione che possa esprimere risposte coordinate mediante l'utilizzo di strumenti diversificati che permettano un accesso facilitato nel rispetto della *privacy* del paziente, necessaria per una buona *compliance* terapeutica.

L'estensione delle dipendenze a nuove fasce di popolazione, specie i minori, a nuovi ambiti sociali e di genere, la difficile identificazione della dipendenza in quanto tale, rendono ragione della necessità di una *mission* che sia sempre di più esterna ai luoghi classici di cura, perché l'azione di presa in carico del paziente deve passare attraverso la presa di coscienza e l'accettazione della dipendenza in quanto patologia.

IMPORTANZA DEI SINTOMI SENTINELLA

Il piano regionale (decreto 99) affida alle ASL il compito di promuovere una vigorosa e capillare azione di sensibilizzazione e informazione sulla necessità di individuare ogni possibile condizione di rischio e vulnerabilità, nonché la presenza di sintomi sentinella che consentano di porre con tempestività la diagnosi e di intraprendere il trattamento quanto più precocemente possibile.

Tale azione dovrà essere rivolta ai MMG e ai PLS e alle molteplici organizzazioni che nell'ambito della propria attività, possano venire a conoscenza di comportamenti compulsivi legati alle dipendenze.

Nei nuovi LEA sono rientrate tutte le patologie di competenza dei Ser.D.; infatti il mutamento di definizione consente di includere tutte le dipendenze sia da sostanza che “*sine substantia*”.

Modello I.P.I.B.

- L'ASL Salerno ha deliberato l'attivazione di una Rete Aziendale per *l'Identificazione Precoce e Intervento Breve* per alcol, gioco d'azzardo e altre addiction.
 - Tale progetto ha, per la prima volta in Regione Campania, l'obiettivo di sperimentare il programma di *Identificazione Precoce e di Intervento Breve* delle Addiction promosso dall'Istituto Superiore di Sanità.
-

Si pone in sintonia con le linee guida di politica sanitaria nazionale, regionale e locale mirante ad osservare i Livelli Essenziali di Assistenza (LEA), con particolare riferimento alla “sorveglianza e prevenzione delle malattie croniche, inclusi la promozione di stili di vita sani...” (cfr. DPCM sui nuovi LEA 2016).

L'IPIB è un modello clinico innovativo. E' stato validato sul piano internazionale dall'OMS per l'identificazione precoce e l'intervento breve nel campo delle dipendenze al fine di bloccare l'evoluzione verso forme più complesse di dipendenza e lo sviluppo di complicazioni. Tale modalità di intervento può essere applicata a tutte le Dipendenze, comprese quelle *sine substantia*.

Cambiamenti

Nel DSM-5 è scomparsa la distinzione tra abuso e dipendenza ed è emerso il concetto di dipendenza comportamentale, inserito nel generale Disturbo da Dipendenza, in cui sarebbero implicati i circuiti neurali del rinforzo e della gratificazione.

Dipendenza Patologica

Esiste una vera e propria sindrome da dipendenza che è prodotta dalla ripetizione di qualsiasi comportamento che assuma rilevanza psicologica per l'individuo.

La persona dipendente è compulsiva e spesso dissociata dall'ambiente che la circonda e sembra vivere di momento in momento.

Il comportamento dipendente riduce gli stati emotivi percepiti negativamente e contemporaneamente intensifica gli stati positivi di percezione di sé e del mondo.

Le dipendenze comportamentali sono profondamente collegate ai modelli di vita contemporanei e alla tematica generale della gratificazione immediata.

-
- Nelle dipendenze comportamentali manca il confine tra ciò che è lecito e ciò che non lo è. Questo è la grossa differenza con le dipendenze da sostanze.
 - Laddove il confine in cui un comportamento è lecito ognuno di noi deve costruire un proprio confine.
-

Perché sono definite dipendenze

Le dipendenze comportamentali presentano grosse analogie con le T.D.:

- Sensazione di impossibilità di resistere all'impulso di mettere in atto il comportamento(compulsività),
 - Sensazione crescente di tensione che precede l'inizio del comportamento (craving),
 - Piacere e sollievo durante la messa in atto del comportamento,
 - Percezione di perdita di controllo,
 - Persistenza del comportamento nonostante la sua associazione con conseguenze negative.
-

Per la maggior parte dei disturbi del controllo degli impulsi esiste una tentazione crescente di tensione o di eccitazione prima di compiere l'azione, che è seguita da piacere, gratificazione o sollievo quando questa viene commessa.

I comportamenti impulsivi e compulsivi che coinvolgono corpo e mente rappresentano ciò che la psicopatologia attuale ha definito craving.

Il craving è il desiderio impulsivo per una sostanza psicoattiva, per un cibo o per qualunque comportamento gratificante: questo desiderio sostiene il comportamento additivo e la compulsione.

-
- Questo fenomeno va inteso come una inarrestabile e improcrastinabile spinta a compiere una azione o ad assumere una sostanza .
 - La perdita di controllo rappresenta il craving ed è la caratteristica essenziale dell'addiction.
-

L'urgenza di attuare un comportamento stimolato dal craving è connesso a un conflitto in ambito cognitivo tra la motivazione alla messa in atto del comportamento e la consapevolezza del rischio che ne deriva.

Benvenuto nella tua desertica nuova realtà (dal film Matrix)



Dipendenza da Internet

Quando navighiamo, anche se sembriamo concentrati, siamo assorti in uno stato simile a quello del sogno ad occhi aperti, con la differenza che i continui stimoli che internet invia contribuiscono a mantenerci dissociati per un periodo temporalmente indefinito. Ciò assorbe le nostre risorse cognitive e la capacità di concentrazione e risposta.

Internet ha creato il paradosso di darci in tempo reale informazioni da ogni parte del mondo, ma questa velocità rischia di generare un sentimento di estraneità e di distacco proprio dal mondo in cui stiamo.

Quanto più la linea di demarcazione tra reale e reale simulato e tra immaginario e immaginario virtuale diverrà sottile, tanto più aumenterà la confusione.

Il computer favorisce gli scambi verbali in assenza di uno spazio fisico e sensoriale condiviso, viene meno la comunicazione non verbale, che comprende i segnali statici (volto, abiti) e segnali dinamici (postura, tono vocale, distanza dall'altro), che è da sempre deputata alla trasmissione degli atteggiamenti nelle relazioni interpersonali.

Il virtuale non simula solo il reale, ma costruisce una esperienza di simulazione dell'immaginario, come avviene con alcuni videogiochi che consentono di assumere identità fantastiche (i giochi di ruolo).

In adolescenza la sperimentazione di identità virtuali può aumentare la confusione su chi si è e su chi si vuole essere e far perdere il senso di un progetto personale che abbia le sue fondamenta nella realtà.

-
- Il rischio è quello di esistere solo sotto la maschera di una identità fittizia e di un nome preso a prestito: AVATAR.
 - La scelta di un avatar può essere considerata la prima forma di distorsione dell'identità.
-

-
- Nella dipendenza da computer incontriamo giovani pazienti con una dipendenza relativa ai giochi virtuali interattivi e ai videogiochi.
 - I partecipanti giocano nascondendo la loro vera identità e costruendone una altra.
 - La falsa identità e l'anonimato veicolano, distogliendo il soggetto da sane relazioni affettive, desideri e illusioni, sostituendo pericolosamente la realtà vera con quella virtuale.
-

L'assenza del corpo e di tutto il non verbale
va ad attuare un blocco delle emozioni, con
incapacità a riconoscerle.

I Processi Cognitivi

Il modo di funzionare di internet attraverso gli stimoli che si susseguono rapidamente fornisce un tipo di allenamento che si avvicina più alla distrazione che alla concentrazione.

L'assorbimento che accompagna l'uso di Internet sembra avere caratteristiche diverse dalla lettura concentrata perché assomiglia a una distrazione costante più che ad una concentrazione continua e questo spiegherebbe il motivo per cui una connessione prolungata può favorire alcune forme di dissociazione .

La trance dissociativa da videoterminale

- Una esperienza dissociativa (intesa come stato alterato di coscienza secondo Liotti) permette di arginare le emozioni traumatiche derivanti sia dalle angosce di frammentazione che dalle angosce di colpa e di perdita.
-

Alcune caratteristiche fondamentali di Internet quali l'anonimato e l'assenza di vincoli spazio-temporali offrono la possibilità di vivere una esperienza particolare simile al sogno.

-
- Internet viene intesa come una ragnatela mondiale.
 - In questo senso la rete diventa uno spazio psicologico in cui il soggetto può proiettare i vissuti e le fantasie che facilmente prevaricano sulla vita reale, assorbendolo nella sua totalità.
-

La separazione di una parte o di un gruppo di processi mentali dal resto della coscienza, darà la conseguenza che questa parte sentirà e si comporterà come un' identità mentale indipendente della personalità globale che, a quel punto, risulterà incapace di esercitare alcun controllo sulla porzione scissa. (Caretto)

-
- La persona che sviluppa una *Internet Addiction Disorder* (IAD) rimane collegata per ore ed ore, con una perdita totale della cognizione del tempo.
 - La rete diventa il contenitore di tutte le ansie e le frustrazioni
-

-
- I ragazzi vengono trattenuti da schermi interattivi e quello che si perde è la relazione fisica con l'altro .
 - Altra alterazione è il modo di vivere il tempo: si ci illude di fare più cose contemporaneamente, ma ciò non è correlato alla produttività, né ad una maggiore concentrazione.
-

-
- Manca la capacità di attendere e di stare soli. La capacità di attendere permette di desiderare e differire i bisogni e di non essere compulsivo.
 - Tipico della dipendenza invece è il tutto e subito e illusoriamente la rete sembra soddisfare questo bisogno .
-

L'urgenza di attuare un comportamento indotto dal craving è connesso a un conflitto in ambito cognitivo tra la motivazione alla messa in atto del comportamento e la consapevolezza del rischio che ne deriva.

Il fronteggiamento del craving consiste nella capacità di controllare questa pulsione, arrivando a posticiparla o annullarla (strategie di coping).

-
- Le modificazioni neuropatologiche del cervello *addicted* si traducono sul piano psicopatologico in anedonia, compulsività, disforia, vulnerabilità agli stressor.
 - Si produce un circolo vizioso: l'addiction conduce a un progressivo maladattamento della persona e questo deterioramento a sua volta facilita le ricadute.
-

Terapia cognitivo-comportamentale

- Analisi funzionale del comportamento a rischio (analisi degli eventi che lo precedono e lo seguono).
 - *Skill training* (apprendimento e sviluppo di una serie di capacità e strategie volte a raggiungere il controllo).
-

-
- Sviluppare l'assertività: avere consapevolezza e controllo emotivo.
 - Imparare a riconoscere i pensieri automatici e le azioni che lo inducono a persistere nella dipendenza.
-

La sospensione del comportamento dipendente produce vuoto e senso di perdita (“clinica del vuoto” per citare Recalcati); pertanto vanno attuate nuove strategie e nuovi apprendimenti.

-
- *“E tu chi sei ?” - Domandò il Bruco ...*
 - *Intimidita Alice rispose: “Io a questo punto non lo so più signore, o meglio so chi ero stamattina quando mi sono alzata, ma da allora credo di essere cambiata più di una volta”.*

Lewis Carroll, Le avventure di Alice nel Paese delle Meraviglie.
