

ASI-ADOC

Associazione della Svizzera italiana per i disturbi Ansiosi, Depressivi e Ossessivo-Compulsivi
Dossier stampa

29 settembre 2016

L'Associazione della Svizzera Italiana per i disturbi Ansiosi, Depressivi e Ossessivo-Compulsivi (ASI-ADOC) promuove due iniziative per sensibilizzare il pubblico e i professionisti del settore sanitario sulla specificità della patologia, le conseguenze negative su chi ne soffre, le ripercussioni a livello familiare, i possibili percorsi terapeutici efficaci:

- la conferenza pubblica **LIBERALAMENTE DA OSSESSIONI E COMPULSIONI** che ospiterà un'esperta a livello svizzero del DOC;
- la diffusione dell'opuscolo **LA MALATTIA NASCOSTA**, un mini compendio informativo per pazienti e famigliari.

Conferenza pubblica **LIBERALAMENTE DA OSSESSIONI E COMPULSIONI**

Giovedì 6 ottobre 2016, ore 18.30, a Bellinzona, Biblioteca cantonale (via Franscini 30a).

Interverrà (in italiano), la PD Dr. phil. I **Aba Delsignore**, docente nel Dipartimento di psichiatria dell'Università di Zurigo e membro del comitato della Società Svizzera dei Disturbi Ossessivi Compulsivi (SGZ). Moderatore: Dr. med. **Michele Mattia**, psichiatra e presidente di ASI-ADOC. L'incontro è aperto al pubblico e ai professionisti del settore sanitario.

Opuscolo **LA MALATTIA NASCOSTA: IL DISTURBO OSSESSIVO-COMPULSIVO (DOC)**

ASI-ADOC ha pubblicato un mini compendio divulgativo per conoscere il disturbo ossessivo-compulsivo (DOC), un'utile entrata in materia per pazienti e famigliari, per conoscere il DOC e come può essere affrontato. **Il DOC colpisce tra il due e il tre per cento della popolazione, già nella prima adolescenza. Pochi – lo 0,01% - si curano!**

Pochi parlano del DOC: chi ne soffre tende a nascondere e a evitare i contatti sociali. Pochi sanno che si può curare in modo efficace: una ben sperimentata triplice presa in carico combina psicoterapia (terapia cognitiva comportamentale), cura farmacologica (antidepressivi) e motivazione (in team con la famiglia).

L'azione divulgativa di ASI-ADOC vuole diffondere il messaggio che **una terapia mirata presso specialisti di salute mentale e di disturbi d'ansia migliora in modo durevole la qualità di vita della persona con DOC e del suo entourage.**

L'opuscolo, pubblicato dalla Società svizzera per i Disturbi ossessivo-compulsivi, è stato tradotto e adattato per il pubblico di lingua italiana dall'ASI-ADOC, ad opera di un gruppo di lavoro coordinato dal **dr. med. Tazio Carlevaro**, psichiatra. Può essere scaricato al seguente link: http://www.liberalamente.ch/docs/2016/DOC_opuscolo_2016.pdf; oppure richiesto gratuitamente a: info@liberalamente.ch; oppure telefonare 091 826 39 85 / tel. 091 647 14 17 (orari ufficio).

Il disturbo ossessivo compulsivo *DOC*

Chi non ha mai avuto il dubbio - per esempio - di *non* avere spento le luci di casa e non è tornato indietro a controllare? Il *DOC* è qualcosa del genere ma in una forma assillante che scatena un comportamento ansioso e ripetitivo. Questo “pensiero”, nella sua evidenza patologica, assume carattere pervasivo nella persona e intrusivo nella vita della sua famiglia.

Le ossessioni sono rappresentate da pensieri o immagini mentali improvvisi, angoscianti, vissuti come minacciosi che avvolgono il soggetto nell’ansia e innescano risposte compulsive, ossia gesti fisici o mentali che diventano rituali o pensieri sempre più intensi e complessi, ripetuti per essere “più efficaci”.

Il disturbo è il risultato di un processo complesso. Peggiora negli anni, influisce sulle relazioni, famigliari, sociali e professionali della persona che cade in una spirale di malessere psicofisico. Alla lunga, il *DOC* provoca depressioni, conflitti famigliari intensi e disabilità.

Epidemiologia del *DOC*

Il *DOC* colpisce il 2-3% della popolazione adulta, in proporzioni simili sia le donne che gli uomini, indipendentemente dalla loro situazione sociale. Un’incidenza del 2% è pure osservata su bambini e adolescenti. Il *DOC* non è ereditario, ma la possibilità di svilupparne uno ha una presenza familiare.

Tipi di *DOC*

- *DOC* centrato sulla contaminazione: ossessioni legate alla sporcizia e al contagio sfociano in rituali di pulizia, lavatura, disinfezione.
- *DOC* centrato sull’ordine e la precisione: ossessioni di disporre le cose in un determinato ordine scatenano rituali di controllo ripetuti e prolungati.
- *DOC* centrato sulla sessualità: ossessione di pronunciare parole oscene e/o di compiere atti sessuali inadeguati contro la propria volontà.
- *DOC* centrato sull’aggressività: ossessione di poter compiere atti aggressivi verso terze persone.
- *DOC* centrato sulla raccolta: ossessione di raccogliere e accumulare oggetti nell’ipotesi che possano venir utili.
- *DOC* centrato sulla ruminazione mentale: il rimuginare attorno ai pro e contro di un problema.
- *DOC* centrato su temi religiosi: il pensiero di poter compiere atti blasfemi verso Dio e i Santi, contro la propria volontà, di non essersi confessato con sufficiente chiarezza, sfocia in rituali di preghiere e confessioni mai sufficienti.

Le conseguenze del *DOC*

Chi soffre di uno o più *DOC* si trova in una specie di gabbia psicologica e sociale. L’ossessione lo lega a rituali sempre più complessi, lunghi, e irrazionali. I rituali rubano tempo alla vita quotidiana, alla famiglia, al lavoro, alla vita sociale e al riposo. La complicazione maggiore del *DOC* è la depressione. Talvolta, per calmare ossessioni e compulsioni, la persona ricorre all’alcol e/o ad altre sostanze che creano assuefazione.

Come si cura il DOC

In primo luogo, è utile parlarne con il proprio medico. Una volta esclusa la presenza di una malattia organica con sintomi simili a quelli del DOC, il medico curante potrà inviare il suo paziente a uno specialista di salute mentale e di disturbi d'ansia. La cura consiste nella combinazione di farmaci e psicoterapia. I farmaci riducono l'intensità del disturbo e facilitano la psicoterapia. La terapia ambulatoriale richiede una seduta settimanale su diversi mesi. In casi particolari, è attivata una degenza in clinica di giorno per alcune settimane. Più l'intervento è precoce e maggiori sono le probabilità di guarire.

L'associazione ASI-ADOC

L'Associazione della Svizzera italiana per i disturbi Ansiosi, Depressivi e Ossessivo-Compulsivi (ASI-ADOC) è stata fondata nel 2001 e si prefigge i seguenti scopi.

- Formazione, perfezionamento e aggiornamento nel campo dei disturbi dell'ansia, dei disturbi ossessivi e compulsivi e della depressione.
- Diffusione della conoscenza di questi disturbi: prevenzione, terapia, prevenzione della ricaduta, importanza sociale ed epidemiologia.
- Promozione dello scambio di conoscenze, esperienze e informazione attinenti a questi disturbi per pazienti, famigliari e professionisti del settore psico-sociale.
- Adesione all'associazione mantello svizzera per i DOC e collaborazione con altre associazioni con scopi simili.
- Possono aderire tutte le persone interessate e persone giuridiche.
- Sito dell'associazione: www.liberalamente.ch

Il gruppo di auto-aiuto

Il gruppo ha il pregio di accelerare il lavoro terapeutico, creare legami tra persone che hanno problemi in comune. I gruppi con maggiore successo sono quelli composti dai famigliari: essi hanno spesso un grande bisogno di scambiarsi esperienze, vissuti, progetti, idee, paure, ma anche successi e risultati.

NOTA PER LE REDAZIONI

Per ulteriori informazioni, sono a disposizione:

- dr. med. Tazio Carlevaro, specialista FMH psichiatria e psicoterapia
tcarlevaro@bluewin.ch - tel. 091 826 39 85 / 079 221 66 31
- dr. med. Michele Mattia, specialista FMH psichiatria e psicoterapia e presidente ASI-ADOC
studiomattia@michelemattia.ch – tel. 091 647 14 17 / 079 240 08 70
- Lorenza Hofmann, consulente per la comunicazione
lhofmann@adhoc.ch – tel. 091 825 75 50 / 079 453 72 58