

Tutto il bene e il male della chimica

di Carlo Buffa

Alberto Caputo, Roberta Milanese

PSICOPILLOLE PER UN USO ETICO E STRATEGICO DEI FARMACI

pp. 256, € 18, Ponte alle Grazie, Milano 2017

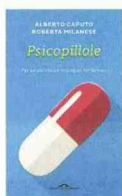
Mettendo in fila il titolo, *Psicopillole*, il sottotitolo, *Per un uso etico e strategico dei farmaci* e l'incipit della prefazione, "Il titolo di questo libro non rappresenta soltanto un felice neologismo, bensì l'indicatore di una pericolosa deriva sociale farmaceutica", si ha la sintesi di buona parte del libro. Il "felice neologismo" è quasi un ossimoro, incontro assurdo tra anima e biochimica, due realtà incompatibili.

Nella prima parte del libro si dipana il processo alle pillole che sono fatte oggetto d'ironia o di vero e proprio sarcasmo, nella denuncia dell'imperante abuso di psicofarmaci, sia per l'eccessivo numero di trattamenti sia per l'eccessiva durata degli stessi. La teoria dello squilibrio biochimico come causa di malattia mentale è, secondo gli autori, non dimostrata e antiquata. Non vi è un solo esame strumentale che possa obiettivamente squilibrare squilibri biochimici o morfologici, tanto nelle patologie mentali maggiori quanto in quelle più lievi. Nella seconda parte del libro è invece indicata la soluzione: l'approccio psicoterapico si è dimostrato più efficace, più duraturo nei risultati e meno costoso. In particolare le psicoterapie brevi o brevissime, di tipo interazionale-strategico o cognitivo-comportamentale, possono agire in modo curativo sul tessuto nervoso, creando nuove connessioni sinaptiche e limitandone altre. I farmaci, secondo gli autori, agiscono solo come sintomatici e la loro azione cessa con la sospensione, mentre le psicoterapie utilizzano la plasticità neuronale, stabilizzando i circuiti positivi e limitano quelli patologici.

I Capitoli 1 e 2 ricostruiscono i passaggi attraverso i quali le aziende del farmaco governano il sistema diagnostico e terapeutico delle malattie mentali. Un interessante e divertente capitolo è dedicato alla nascita e allo sviluppo del sistema diagnostico-classificatorio dei disturbi mentali, adottato a livello internazionale, la serie dei DSM, (nella serie, la parola malattia è bandita e sostituita da "disturbo", per sottolineare che non si tratta di un'interpretazione eziologica o sindromica ma di un semplice elenco di sintomi). Nel DSM l'elenco dei disturbi cresce di anno in anno per creare nuove occasioni di prescrizione di farmaci; alla fine, forse ogni persona avrà il suo disturbo e la sua pillola. Questo percorso deriverebbe dal pesante condizionamento operato dalle multinazionali del farmaco che ricavano colossali utili incrementando il numero di

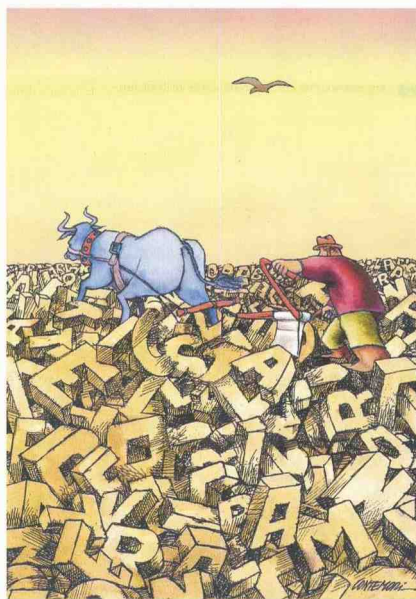
malati, allungando la durata delle terapie farmacologiche, creando nuove categorie diagnostiche, in una perversa inversione di causa/effetto, per cui non è tanto il disturbo a portare allo sviluppo di un farmaco, quanto il farmaco messo in commercio che deve dare nuova linfa a disturbi di cui non eravamo consapevoli. Tra gli anni cinquanta e settanta si abusava di ansiolitici, i soli psicofarmaci all'epoca disponibili, negli ultimi venti/trent'anni è invece cresciuto l'uso dei farmaci serotoninergici, immessi in commercio come antidepressivi, con conseguente aumento esponenziale delle diagnosi di depressione: è una logica perversa per cui le patologie si adeguano ai farmaci, non i farmaci alle patologie.

Il paragrafo intitolato *Dalla medicina evidence-based alla medicina evidence-biased* usa un gioco di parole di quelli che piacciono agli anglosassoni, per indicare le volontarie omissioni e distorsioni (gli



Scienze

delle patologie maggiori, quali la schizofrenia, il disturbo bipolare e la depressione severa) come, almeno nei disturbi d'ansia e in quelli fobico ossessivi, l'approccio con psicoterapia breve sia di norma da preferire essendo più efficace e più stabile nei risultati. È ammesso anche l'abbinamento con psicofarmaci, purché in basse dosi e per un tempo limitato. Il libro è scritto in modo semplice, scorrevole e divertente. È una lettura accessibile a qualsiasi lettore ma non per questo soltanto divulgativa: gli addetti ai lavori, medici, psicologi, psichiatri educatori troveranno qualcosa che arricchisce il loro bagaglio di conoscenze. Il capitolo sui farmaci è completo, divertente, pieno di curiosità e di aneddoti interessanti. Acceno ad alcuni limiti: non si fa cenno a eventuali abusi e *bias* della psicoterapia; il potere della terapia cognitiva, comportamentale e strategica di agire in senso positivo e permanente sulla plasticità neuronale, a differenza dei farmaci o di altre psicoterapie, meriterebbe l'uso del periodo ipotetico; la grande diffusione dei farmaci (e anche della psicoterapia) non esiste solo perché lo vuole *Big Pharma*. A monte c'è l'insopprimibile bisogno dell'essere umano di cancellare il dolore, il lutto, la paura, la diver-



errori sistematici, i *bias*) operate sui risultati delle sperimentazioni farmacologiche, per nascondere ora l'inefficacia ora i pesanti effetti collaterali. Medici e ricercatori sono quindi del tutto asserviti alle aziende produttrici di pillole. Negli ultimi capitoli la polemica sui farmaci si stempera e si apre a una conciliazione fra la prima e la seconda parte del libro; viene proposto un uso ragionato e combinato di farmaci e di psicoterapia, riconoscendo comunque (al di fuori

sità e l'insicurezza. Prima del Cialis e del Viagra erano in uso molti rimedi, spesso meno efficaci e più pericolosi, per far fronte all'ansia da prestazione sessuale. Ed è vero che la sofferenza per un lutto o per un abbandono è uno stato naturale che il tempo cancellerà, ma è altrettanto naturale volersene liberare, con qualsiasi mezzo, chimico o mentale che sia.

carbuffa@gmail.com

C. Buffa è neurologo e psichiatra

