

Importanza della adesione alle cure per la salute mentale durante l'emergenza COvid-19-

Società Italiana di Neuropsicofarmacologia

Il rifiuto delle cure, così come la parziale o assente aderenza alle stesse, è ormai riconosciuto come uno dei principali motivi di insuccesso del trattamento in psichiatria. Diverse sono le motivazioni che possono condurre un soggetto a discontinuare o a modificare autonomamente la terapia psicofarmacologica consigliata, tutte di riscontro abbastanza comune nella pratica clinica. Ne sono solo alcuni esempi gli effetti collaterali dei trattamenti (sia a comparsa immediata sia nel cronico), il peso dello stigma sociale, la scarsa consapevolezza di malattia.

Se questo è vero sempre, una particolare riflessione merita di essere fatta in un momento come quello attuale, in cui l'epidemia del Coronavirus COVID-19 ha, da un lato, influenzato l'accesso alle cure mediche, comprese quelle psichiatriche, rendendone necessaria una riorganizzazione più o meno marcata a seconda anche delle risorse assistenziali disponibili nella specifica area geografica. Dall'altro, la diffusione del nuovo agente patogeno e le misure atte a contenerla si configurano come possibili fonti di destabilizzazione dell'equilibrio psichico, accompagnandosi frequentemente ad un incremento dei livelli di ansia, finanche di paranoia nei soggetti predisposti; concomitano inoltre cambiamenti nelle abitudini quotidiane di ciascuno, in alcuni casi sufficienti ad avere un impatto sui ritmi biologici e sul tono timico, talora anche eventi traumatici come la malattia o la perdita di persone care. L'elevato carico emotivo e di stress che caratterizza il fenomeno attuale può pertanto concorrere all'insorgenza di quadri psicopatologici meritevoli di trattamento psicofarmacologico e suggerisce di porre un'attenzione particolare sui soggetti con problematiche psichiatriche conclamate, che non infrequentemente risultano più vulnerabili. In uno scenario pur così complesso, la promozione di una corretta aderenza alle terapie psicofarmacologiche si conferma un intervento trasversale alle diverse situazioni e di importanza più che mai fondamentale.

Disturbi d'Ansia e Dell'Umore

Fra le patologie di interesse psichiatrico, i disturbi d'ansia risultano complessivamente i più frequenti sia nella popolazione generale che nei soggetti in trattamento psicofarmacologico; si consideri con quale elevata probabilità la diffusione del nuovo agente virale possa facilitare l'insorgenza di paure, angoscia, nervosismo, preoccupazioni (somatiche, per sé e per altri, ma non solo; si pensi, ad esempio, a quelle economiche o a quelle per la gestione di persone o beni lontani), fino al configurarsi di sintomi somatici, insonnia, stati ansiosi persistenti o quadri di panico. In questi casi, l'impostazione di un corretto trattamento psicofarmacologico, così come un tempestivo adeguamento terapeutico sotto supervisione medica, divengono di grande importanza e non soltanto, intuitivamente, per mirare al recupero del benessere del soggetto ed alla prevenzione di un ulteriore aggravamento del quadro clinico. Va altresì scongiurato il ricorso all'autoterapia con farmaci da banco ad azione "ansiolitica", pratica che rischia di diffondersi anche più facilmente in un momento come quello attuale, in cui gli accessi agli studi medici ed i colloqui sono limitati per più motivi; pratica che, come noto, può condurre però con facilità a conseguenze negative nel breve e nel lungo termine.

Le misure atte a contenere la diffusione della pandemia attuale, avvertibili in modo variabilmente marcato anche in base al temperamento ed al funzionamento di base, ma indubbiamente impattanti sulla modalità di condurre le giornate per ciascuno, hanno inoltre il potenziale effetto di compromettere altri aspetti fondamentali per l'equilibrio psichico, quali il ritmo sonno-veglia, un'adeguata e regolare alimentazione, la possibilità di svolgere l'attività fisica preferita. E' noto come uno stile di vita non regolare e l'alterazione dei ritmi biologici siano condizioni di rischio per il peggioramento dei disturbi dell'umore, in particolare di tipo bipolare. Alcune strategie generali di gestione di questi pazienti, quali la verifica dei livelli ematici degli stabilizzanti dell'umore ed il loro aggiustamento posologico, o l'adattamento delle dosi di farmaci ad azione antidepressiva e neurolettica (eventualmente il loro add-on), risultano in questo contesto interventi

fondamentali e da attuare tempestivamente. Anche i soggetti con questo tipo di patologia sono pertanto meritevoli di attenta supervisione: sia per un pronto aggiustamento della terapia farmacologica di mantenimento in caso di compromissione dell'equilibrio psicoaffettivo, sia per il rischio di recrudescenza di malattia, peraltro frequentemente caratterizzata dalla sospensione improvvisa della terapia.

Psicosi

Non va dimenticato infine il potenziale destrutturante dell'attuale emergenza sanitaria sulla psiche di un soggetto affetto da una forma di psicosi, particolarmente a rischio sia di andare incontro a riesacerbazioni sintomatologiche, fino ad entrare in un'atmosfera delirante, sia di incorrere in una ulteriore compromissione di un funzionamento già di base spesso impoverito (si pensi, ad esempio, alla limitazione o possibile sospensione dei contatti sociali di riferimento; alle difficoltà di gestione autonoma, complicate dalle attuali limitazioni logistiche). Tali difficoltà determinano un aumentato rischio anche di irregolarità nelle cure, con l'aggravante che la conseguenza di una loro discontinuità o interruzione potrebbe rivelarsi devastante per il paziente ed esitare in un nuovo episodio di malattia. Ciò mette in luce come non mai la grande potenzialità rappresentata dalle formulazioni di tipo long-acting nel garantire una maggiore continuità terapeutica nei soggetti in trattamento per disturbi cronici gravi.