

Presentazione del Documento finale della “*Consensus Conference* sulle terapie psicologiche per ansia e depressione”*

*Silvio Garattini*** , *Presidente della Giuria della Consensus Conference*

La *Consensus Conference sulle terapie psicologiche per ansia e depressione* ha rappresentato un grande e insolito sforzo culturale per riproporre la validità delle varie forme di psicoterapia nell’ambito delle patologie mentali. La Giuria con un notevole lavoro analitico ha risposto con una serie di raccomandazioni a domande preformulate. Adeguate ricerche scientifiche, purtroppo effettuate in Paesi che non comprendono l’Italia, hanno stabilito che alcune forme di psicoterapia sono comparabili all’efficacia dei farmaci nel trattamento di persone con disturbi d’ansia e depressivi. Le evidenze disponibili sono state prevalentemente ottenute in soggetti adulti, mentre è molto importante che ricerche aggiuntive si riferiscano all’area pediatrica e adolescenziale. Inoltre è anche importante considerare le peculiarità della terza e quarta età. In particolare va sottolineata la possibilità di integrare trattamenti farmacologici con interventi psicoterapeutici realizzando studi clinici controllati. In questo senso sono necessarie adeguate risorse economiche pubbliche perché le ricerche possano venir effettuate con il massimo della indipendenza.

Occorre che i modelli di intervento psicoterapeutico siano effettuati per livello di intensità di trattamento evitando nelle forme più leggere un eccesso di medicalizzazione.

Particolare considerazione va data alla formazione del personale psicoterapeutico da collocare nelle strutture del Servizio Sanitario Nazionale. La Giuria ha raccomandato in questo senso che vengano incrementate le scuole di specializzazione pubbliche mentre venga monitorato il numero eccessivo di scuole di specializzazione private. La varietà delle forme di intervento psicoterapeutico va valutata in rapporto all’efficacia della psicoterapia cognitiva, la più studiata dal punto di vista scientifico. È anche importante che la formazione venga integrata da conoscenze cliniche e sia possibilmente omogenea in tutte le Regioni del Paese. Analogamente, nelle scuole di medicina vanno integrate conoscenze psicologiche in modo da rendere più facili i necessari rapporti fra medici e psicoterapeuti. In questo senso la laurea in psicologia clinica potrebbe rappresentare una forma ideale di integrazione. La formazione deve essere “continua”

* In: Gruppo di lavoro “*Consensus Conference* sulle terapie psicologiche per ansia e depressione”, *Consensus Conference sulle terapie psicologiche per ansia e depressione*. Roma: Istituto Superiore di Sanità, 2022 (*Consensus ISS* 1/2022), pp. ix-x.

** Presidente dell’*Istituto di Ricerche Farmacologiche Mario Negri IRCCS*, Via Mario Negri 2, 20156 Milano, e-mail <silvio.garattini@marionegri.it>.

attraverso corsi e *master* di alta formazione. La presenza degli psicoterapeuti va prospettata non solo in sede ospedaliera, ma soprattutto a livello del territorio attraverso la loro presenza nelle "case di comunità" con un rapporto di lavoro dipendente e una propensione a effettuare interventi a livello domiciliare diretto o attraverso forme di telepsicologia. Vanno effettuati anche studi che stabiliscano il rapporto costi/benefici, essenziale per la sostenibilità del Servizio Sanitario Nazionale, un bene a cui non si può rinunciare. Occorre sensibilizzare il pubblico sugli interventi psicoterapeutici per le forme d'ansia e depressione coinvolgendo istituzioni e soprattutto i *mass-media* e i *social network*.

Si auspica che questo documento venga diffuso il più possibile a livello delle istituzioni pubbliche con particolare riferimento ai Ministeri dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca, e della Salute, perché questi servizi possano essere accessibili a tutti in modo gratuito.



Copertina del Documento finale, di 117 pagine, della *Consensus Conference sulle terapie psicologiche per ansia e depressione*. Roma: Istituto Superiore di Sanità, 2022 (www.iss.it/documents/20126/0/Consensus_1_2022_IT.pdf)