

Padova, 6 giugno 2022

***CONSENSUS CONFERENCE SULLE TERAPIE  
PSICOLOGICHE PER ANSIA E DEPRESSIONE  
I risultati al Complesso di Psicologia dell'Università di Padova***

**Domani martedì 7 giugno in Aula B del Complesso di Psicologia** in via Venezia 14 a Padova dalle ore 10.00 dopo i saluti di **Daniela Mapelli**, rettrice Università di Padova, **Gemma Calamandrei**, Istituto Superiore di Sanità, **David Lazzari**, Consiglio Nazionale Ordine Psicologi, **Luca Pezzullo**, Ordine delle Psicologhe e Psicologi del Veneto, **Santo Di Nuovo**, Associazione Italiana di Psicologia, **Francesca Pazzaglia** - Dipartimento di Psicologia Generale, e **Pasquale Borsellino**, Direzione U.O. Famiglia, minori, giovani e servizio civile Regione Veneto, verrà **presentata la Consensus Conference sulle terapie psicologiche per ansia e depressione** con interventi di **Silvio Garattini**, Istituto Mario Negri, **Ezio Sanavio** e **Paolo Michielin** dell'Università degli Studi di Padova.

Si stima che in Italia siano almeno 5 milioni le persone che soffrono di un disturbo mentale comune (depressione maggiore, distimia e i diversi disturbi d'ansia, da quello di panico al disturbo da stress post traumatico) e che il numero sia cresciuto negli anni di pandemia. Oltre la metà di queste persone non cerca un aiuto professionale, per motivi diversi e spesso concomitanti: scarsa consapevolezza del disturbo, mancanza di informazione, timore dello stigma. Ma anche tra quelli che si rivolgono ad un servizio sanitario, più spesso al proprio medico di famiglia, solo una parte (alla fine 1 persona su 5) riceve una cura appropriata, cura che è quasi sempre farmacologica. I trattamenti psicologici sono poco utilizzati e poco disponibili nel servizio sanitario nazionale; così molti pazienti sono costretti a rivolgersi, se possono, ad uno psicologo privato, con una evidente discriminazione di censo. Questo benché le terapie psicologiche per ansia e depressione abbiano dignità scientifica e livelli di efficacia comparabili con le terapie biologiche.

Obiettivi generali della Consensus conference, che ha riunito psicologi, psichiatri, epidemiologi che lavorano nelle università e nei servizi, oltre a rappresentanti delle istituzioni e delle associazioni, sono due: favorire l'accessibilità della popolazione a cure appropriate, in modo da ridurre l'attuale gap di trattamento; promuovere la conoscenza e l'applicazione delle terapie psicologiche di efficacia dimostrata per ansia e depressione.

L'impulso ad organizzare la Consensus è venuto da un convegno organizzato dal Dipartimento di Psicologia Generale dell'Università di Padova nel novembre 2016. A quel convegno era stato invitato David Clark, che aveva presentato il programma inglese *[Improving Access to Psychological Therapies \(IAPT\)](#)*, da lui promosso nel 2008 e poi attivato dal governo inglese: il punto di partenza di tale programma era rappresentato dall'accumularsi di prove scientifiche che dimostrano che, nel trattamento dei disturbi mentali "comuni" (ansia e depressione), le terapie psicologiche sono spesso più efficace dei farmaci (vi è un minor numero di ricadute, i miglioramenti ottenuti sono più duraturi ed aumentano nel tempo, etc.) e che per molte persone sono sufficienti interventi brevi e meno impegnativi della psicoterapia. Di conseguenza, come è stato calcolato alla *London School of Economics*, migliorando l'accesso ai trattamenti psicologici nei servizi pubblici (nel Regno Unito siamo vicini al milione e mezzo di persone con disturbi mentali comuni trattati ogni anno) è possibile ottenere non solo un maggiore benessere per gli utenti, ma anche un guadagno per le casse dello Stato

(minori assenze lavorative, minori costi indiretti dei disturbi, etc.). Per molti disturbi psicologici comuni quindi le terapie psicologiche - come peraltro indicato dalle principali linee-guida internazionali (inglesi, americane, australiane, etc.) prese in rassegna nel documento finale della *Consensus Conference* – andrebbero considerate come intervento di prima scelta, mentre i medici, sia per il tipo di formazione ricevuta sia per le pressioni esercitate dall'industria farmaceutica, spesso si limitano a prescrivere farmaci senza suggerire adeguatamente una psicoterapia altrettanto efficace o ancor più efficace. Sarebbe quindi nell'interesse generale migliorare l'accesso alle terapie psicologiche nei Servizi di salute mentale, assumendo psicologi e psicoterapeuti (oggi presenti in numero molto limitato) e organizzando un'adeguata formazione per medici e psicologi. Le raccomandazioni della Consensus, per realizzare i due obiettivi generali spaziano da iniziative per informare e sensibilizzare la popolazione a proposte per quanto riguarda la formazione universitaria, e poi permanente, degli operatori sanitari a, infine, indicazioni su come intercettare la domanda di cura e dare ad essa risposte appropriate.

Il [Documento finale della Consensus Conference, di 117 pagine](#), è disponibile sul sito Internet dell'*Istituto Superiore di Sanità* (vi è anche [una versione inglese](#)), con una [Premessa di Silvio Brusafarro](#) (Presidente dell'*Istituto Superiore di Sanità*) e una [Presentazione di Silvio Garattini](#) (Presidente dell'*Istituto Mario Negri* e della Giuria della *Consensus Conference*).

La diffusione dei risultati della *Consensus Conference* può rappresentare un importante contributo per il miglioramento delle politiche nel campo della salute mentale in Italia, oltre ai molteplici significati che essa riveste dal punto di vista sia culturale che scientifico.

Anche in diretta streaming [https://www.youtube.com/channel/UC9RJ8FH\\_aYZZbuiEJGUet3Q](https://www.youtube.com/channel/UC9RJ8FH_aYZZbuiEJGUet3Q)

### **Per maggiori informazioni:**

Ezio Sanavio, [Una Consensus Conference sulle terapie psicologiche per ansia e depressione](#). *Psicoterapia e Scienze Umane*, 2022, 56, 1: 11-20. Dopo questo articolo vi sono la [Premessa di Silvio Brusafarro](#) e la [Presentazione di Silvio Garattini](#) al Documento finale della *Consensus Conference*.

David M. Clark, [Il programma inglese Improving Access to Psychological Therapies \(IAPT\)](#). *Psicoterapia e Scienze Umane*, 2017, 51, 4: 529-550. Alcune informazioni sul programma inglese IAPT sono nell'[editoriale del n. 4/2017](#).