

Padova, 7 marzo 2025

## **ANSIA DA MORTE E DISAGIO PSICOLOGICO**

**Pubblicata su «Nature Human Behaviour» la meta-analisi di oltre 120 studi di un team internazionale dell'Università rumena Babeş-Bolyai e dell'Università di Padova da cui emerge un forte legame tra disturbi mentali e ansia da morte sia nella popolazione generale sia in campioni clinici che già presentavano sintomi di disturbi mentali**

L'ansia da morte, comunemente definita come l'apprensione che si prova al pensiero della morte o del processo di morire, è stata a lungo tempo considerata un aspetto fondamentale del disagio umano, data la sua natura inevitabile e universale. Diversi studi sistematici hanno esaminato il legame tra l'ansia da morte e i sintomi di vari disturbi psicologici, evidenziando che questo tipo di ansia potrebbe svolgere un ruolo chiave nello sviluppo e nel mantenimento di molteplici disturbi mentali.

I ricercatori del Dipartimento di Psicologia Clinica dell'Università Babeş-Bolyai, (Romania) e dei Dipartimenti di Psicologia Generale e di Psicologia dello Sviluppo e della Socializzazione dell'Università di Padova hanno pubblicato sulla rivista «Nature Human Behaviour» una meta-analisi di 129 studi che hanno coinvolto oltre 34.000 partecipanti, riscontrando associazioni positive tra l'ansia da morte e variabili legate al disagio psicologico e alla psicopatologia come ansia (anche legata al Covid), depressione, sintomi del disturbo da stress post-traumatico e ossessivo-compulsivo. Queste associazioni sono state confermate sia nella popolazione generale sia nei campioni clinici che già presentavano sintomi di disturbi mentali, con un'associazione maggiore tra ansia da morte e disagio psicologico nei campioni composti da persone affette da malattie fisiche.



*Ioana Alina Cristea*

«Sebbene i nostri risultati abbiano evidenziato associazioni significative tra ansia da morte, disagio psicologico e psicopatologia, suggerendo un possibile ruolo transdiagnostico (che va oltre i criteri diagnostici) dell'ansia da morte, è importante sottolineare che la maggior parte degli studi inclusi erano *cross-sectional* (tutte le variabili misurate allo stesso tempo) e di bassa qualità metodologica. Inoltre, molti studi hanno utilizzato strumenti che valutavano un'unica dimensione dell'ansia da morte, mentre si tratta probabilmente di un costrutto multidimensionale, che comprende componenti diverse, distinguendo ad esempio tra la paura di morire e la paura di ciò che accade dopo la morte. I nostri risultati supportano la necessità di future indagini attraverso studi longitudinali, che misurino in modo ripetuto e prospettivo l'ansia da morte prima che si siano sviluppati i sintomi dei disturbi mentali, in coorti grandi di individui» commenta Ioana Alina Cristea, autrice dello studio e docente al Dipartimento di Psicologia Generale dell'Ateneo patavino.

«Dal punto di vista metodologico, questa meta-analisi evidenzia le sfide ancora aperte in questo ambito di ricerca: in particolare, l'elevata eterogeneità e la qualità metodologica variabile degli studi analizzati suggeriscono la necessità di adottare approcci più rigorosi. Una possibile direzione per affrontare queste criticità è rappresentata da strategie metodologiche emergenti in psicologia come la pre-registrazione, il definire a priori di ipotesi e analisi e gli studi multi-lab, dove gruppi di ricerca

indipendenti replicano lo stesso protocollo sperimentale aumentando la solidità e la generalizzabilità dei risultati. Un elemento di grande valore della nostra meta-analisi è la sua trasparenza: dati e codici delle analisi statistiche sono stati resi pubblicamente accessibili, permettendo ad altri ricercatori di verificarne i risultati e di utilizzarli come punto di partenza per future ricerche» **conclude Gianmarco Altoè, autore della ricerca e docente al Dipartimento di Psicologia dello Sviluppo e della Socializzazione dell'Università di Padova.**



*Gianmarco Altoè*

La comprensione del ruolo dell'ansia da morte potrebbe migliorare le strategie terapeutiche, soprattutto in contesti clinici dove la consapevolezza della finitudine della vita è più prominente, come nei pazienti oncologici o con malattie croniche. La ricerca futura potrebbe beneficiare dell'inclusione di studi longitudinali più ampi e della considerazione di variabili socio-culturali che potrebbero modulare la relazione tra l'ansia da morte e i disturbi psicologici.

Link: <https://www.nature.com/articles/s41562-025-02115-7#Abs1>

Titolo: *A meta-analysis of the association of death anxiety with psychological distress and psychopathology* – «Nature Human Behaviour» – 2025

Autori: Elisa P. Dumitru, Roxana A. I. Cardoso, Ion Milea, Filippo Gambarota, Gianmarco Altoè, Daniel O. David & Ioana A. Cristea