

# Che cos'è la psicosi?

Il disagio psichico  
nei giovani



## IMPRESSUM

### **Editore:**

Associazione Ariadne - per la salute psichica, bene di tutti  
Provincia Autonoma di Bolzano - Ufficio Ospedali

### **In collaborazione con:**

Comprensorio Sanitario di Bolzano - Servizio Psichiatrico  
Corso di Fotografia artistica della Facoltà di Design e Arti  
della Libera Università di Bolzano

### **Autori:**

Stefano Torresani, Karin Furlato, Sabrina Doimo  
Comprensorio Sanitario di Bolzano - Servizio Psichiatrico

### **Traduzione:**

Elisabeth Plancher

### **Immagini:**

Copertina: Eleonora Frattini  
Pagina 4: Naiara Martinez Ruiz  
Pagina 6: Chiara Comberlato  
Pagina 7: Matteo Camarca  
Pagina 9: Maria Girofletti  
Pagina 11: Maria Teresa Scarabello  
Pagina 12: Elena Parpinello  
Pagina 15: David Schmid  
Pagina 16: Anna Maconi  
Pagina 17: Elisa Pavanello  
Pagina 18: Giorgia Antiga

Studenti della Libera Università di Bolzano - Facoltà di Design e Arti  
Corso di Fotografia artistica sotto la direzione del Prof. Nicolò Degiorgis

### **Grafik und Druck:**

Associazione Ariadne - per la salute psichica, bene di tutti, Bolzano  
Karo Druck, Frangart  
2016

# Premessa

Attualmente in Alto Adige ci sono 4800 uomini e donne che soffrono di un disturbo psichico grave, tra cui la psicosi.

Ma cosa si intende per PSICOSI? Quali sono i primi sintomi e come si possono riconoscere? Perché i giovani sono maggiormente colpiti? A chi ci si può rivolgere e come chiedere aiuto? Quali possibilità di guarigione ci sono?

Questo opuscolo spiega cos'è la psicosi, descrive l'insorgenza e il decorso di tale disturbo, come richiedere aiuto e fornisce informazioni sulle offerte di cura consigliate. Una corretta identificazione precoce e un intervento mirato nelle prime fasi di un disturbo psichico possono incidere favorevolmente sul decorso di malattia ed evitare un percorso di cronicizzazione.

Possedere informazioni corrette riguardo al disturbo psichico permette anche di individuare precocemente stati di sofferenza propri ed altrui, senza provarne eccessivo timore favorendo così un accesso più rapido ai Servizi competenti, riducendone i pregiudizi e aumentando le conoscenze sulla salute mentale.

Questo opuscolo può essere uno strumento importante per genitori, insegnanti, medici, ragazzi e per tutti coloro che sono in contatto con adolescenti e giovani adulti che manifestano i primi segnali di malessere. L'obiettivo è favorire il riconoscimento precoce del disagio ed indirizzare più facilmente la persona in difficoltà ad un sostegno specifico professionale, aiutandolo a comprendere meglio cosa sta succedendo, riducendo i sentimenti di colpa e vergogna.

Prof. Univ. Dott. Andreas Conca

Direttore del Servizio Psichiatrico del Comprensorio Sanitario di Bolzano

Coordinatore del Servizio Provinciale di Psichiatria e Psicoterapia dell'Età Evolutiva

Dott.ssa Martha Stocker

Assessora alla Salute, Sport, Politiche sociali e Lavoro.

Dott.ssa Renate Ausserbrunner

Presidente dell'Associazione Ariadne - per la salute psichica, bene di tutti



## Che cos'è la psicosi?

Il termine „psicosi“ viene usato per descrivere quei disturbi psichici che influiscono sulle funzioni mentali con alterazioni del pensiero, del comportamento e dell'affettività sino alla perdita del senso di sé e del rapporto con la realtà. Il disturbo impatta in maniera significativa nella vita della persona apportando dei cambiamenti nelle attività quotidiane, nelle relazioni sociali e nelle prestazioni scolastiche/lavorative con un progressivo distacco dall'ambiente circostante.

Circa il 3% della popolazione può manifestare un episodio psicotico. Solo l'0,5-1% evolve verso patologie più gravi e durature. Un intervento precoce e tempestivo può risultare determinante per favorire la remissione della sintomatologia e una prognosi favorevole.

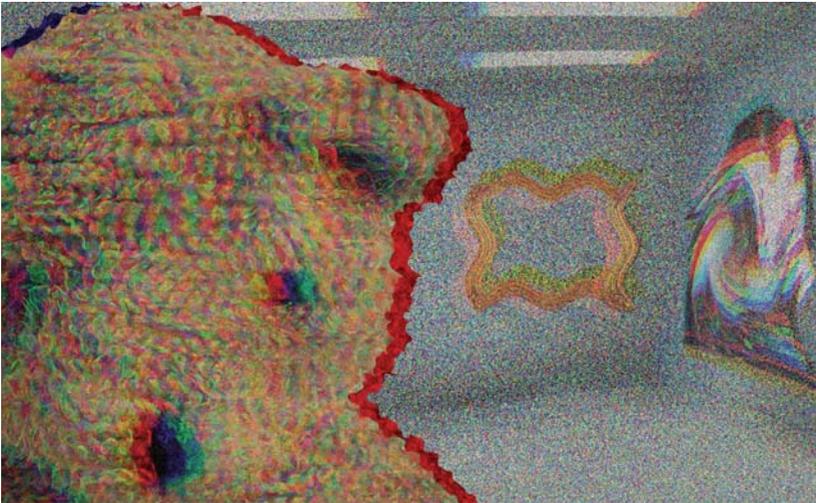
## Perchè i giovani?

La psicosi può emergere in presenza di una vulnerabilità soggettiva. Essa è determinata da un insieme di fattori biologici, psicologici e sociali che, in concomitanza con eventi particolarmente stressanti, tensioni emotive, abuso di sostanze e cambiamenti evolutivi e/o di vita concorrono a dare luogo a sintomi psicotici.

L'adolescenza e la prima età adulta sono caratterizzate da rapidi cambiamenti sul piano fisico, psicologico, di status, di ruolo e dalle conseguenti necessità di adattamento alle continue sfide quotidiane. I giovani inclusi in questa fascia di età (16-30 anni), sono quindi maggiormente a rischio di manifestazioni psicotiche. La probabilità di sviluppare un episodio psicotico, aumenta ancor più se anche i propri familiari hanno sofferto o soffrono di disturbi psichici.



## Come si manifesta?



I primi segni di una psicosi sono spesso molto difficili da riconoscere come tali in quanto facilmente attribuibili ad atteggiamenti tipici adolescenziali, ad uso di sostanze, a mancanza di collaborazione, a svogliatezza e/o ad altre sfaccettature caratteriali.

L'insorgenza del primo episodio psicotico non è mai improvvisa, ma si sviluppa lungo un continuum che va dalla cosiddetta "fase prodromica" alla "fase acuta".

## La fase prodromica

La fase prodromica è caratterizzata dalla comparsa di alcune alterazioni comportamentali, emotive, percettive e cognitive.

Le più comuni sono:

- diffidenza e/o sospettosità
- pensieri ricorrenti e rimuginio su tematiche relative alla propria salute fisica/psichica
- pensiero disordinato e confuso
- tensione, irrequietezza, nervosismo ed irritabilità, episodi di aggressività
- iperattività o rallentamento psicofisico
- dolori fisici generalizzati
- ansia sociale e riduzione dei contatti relazionali
- umore depresso e/o sbalzi d'umore
- inizio e/o incremento dell'uso di sostanze
- cambiamenti nelle abitudini alimentari
- cambiamenti nel ritmo e nelle abitudini del sonno (es. stare sveglio fino a tarda notte e dormire di giorno)
- difficoltà a provare emozioni o ad esprimerle in maniera congrua alla situazione vissuta
- riduzione della concentrazione e attenzione
- riduzione della motivazione, mancanza di obiettivi e scopi futuri
- perdita dell'energia, spossatezza
- aumento della vulnerabilità agli stimoli
- bassa tolleranza alla frustrazione.

In questa fase, non tutti i ragazzi riescono a rendersi conto completamente del malessere che stanno vivendo e spesso i loro cambiamenti vengono notati maggiormente da familiari, insegnanti e amici che potrebbero osservare:

- comportamenti inusuali rispetto al solito
- peggioramento nel lavoro e/o negli studi
- isolamento o chiusura in se stessi
- perdita degli interessi
- passività e trascuratezza.



I sintomi prodromici di psicosi si differenziano da reazioni di breve durata ad avvenimenti stressanti, in quanto, nel tempo:

- aumentano di intensità e gravità
- aumentano di frequenza
- compromettono il funzionamento della persona in vari ambiti (autonomia, scuola/lavoro, relazioni) portando ad un progressivo peggioramento della qualità di vita e delle prestazioni quotidiane.

I sintomi prodromici possono essere precursori di un episodio psicotico e, se non riconosciuti e adeguatamente trattati, possono portare alla fase acuta del disturbo. Affrontare autonomamente e senza le corrette informazioni questi primi segnali di malessere è molto difficile. In questa fase risulta essere molto d'aiuto potersi confrontare con uno specialista per comprendere insieme la natura del disagio e come far fronte ad esso.

## La fase acuta

La fase acuta è caratterizzata dalla comparsa di chiari sintomi psicotici, che incidono significativamente sul modo di percepire il mondo attorno a sé, sul comportamento e sul funzionamento globale.

I tipici sintomi della psicosi si dividono in due gruppi: "sintomi positivi" e "sintomi negativi".

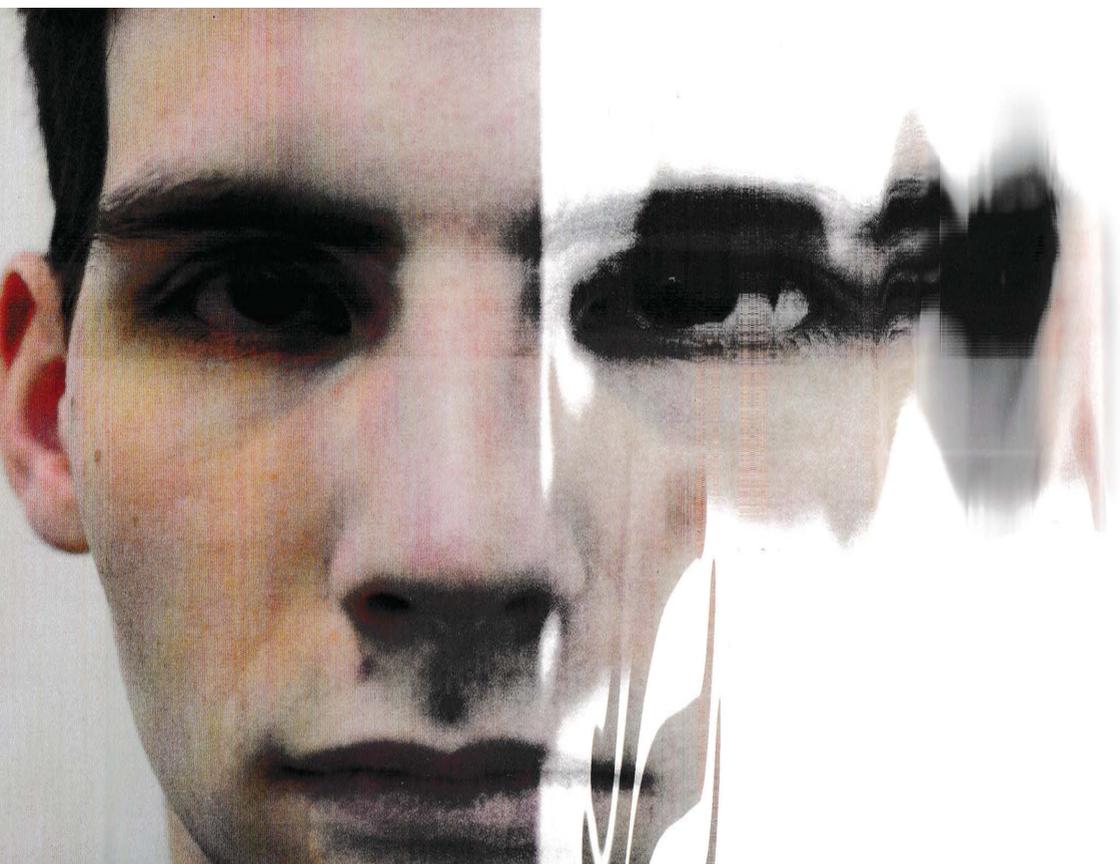


### Sintomi positivi

I sintomi positivi sono i più evidenti e alterano i normali processi di pensiero e percezione sensoriale.

Si distinguono in:

**Deliri** sono false credenze resistenti ad ogni critica, vissute come veritiere e significative per la persona che le esperisce, ma incomprensibili e non accettate dagli altri.



La persona è convinta di:

- essere perseguitata
- essere vittima di complotti
- avere abilità o poteri speciali
- di essere controllata nei pensieri e nelle azioni da forze esterne
- di ricevere messaggi speciali rivolti a sé da parte di terzi e/o dai media (internet, radio, giornali, televisione ...).

**Allucinazioni** sono dispercezioni sensoriali che si verificano senza reali stimoli esterni. Sono vivide e chiare, non sono sotto il controllo volontario e possono presentarsi in qualsiasi modalità sensoriale, in particolare riconosciamo allucinazioni visive, uditive, gustative, olfattive e tattili. Udire voci e/o suoni inesistenti: le allucinazioni uditive sono le più comuni. Si presentano solitamente come voci familiari o estranee che vengono percepite come distinte dai propri pensieri e che possono commentare, denigrare, comandare.

Si possono inoltre vedere cose o persone che gli altri non vedono, avvertire odori e sapori che in realtà non esistono, avere la sensazione di essere toccati o percepire qualcosa sopra o sotto la pelle.

**Disorganizzazione del pensiero:** le funzioni mentali relative alla vita di tutti i giorni diventano confuse o non seguono una successione logica. La persona si esprime con frasi poco chiare, o di poco senso, ha difficoltà a concentrarsi, a seguire una conversazione o a ricordarsi le cose. Il flusso del pensiero può essere molto rapido o, al contrario, molto lento.

**Disturbi del comportamento:** la persona si comporta in maniera diversa dal solito. Mostra comportamenti bizzarri, grossolanamente inappropriati e disorganizzati (es. parlare tra sé e sé, agire in maniera inadeguata verso gli altri, perdita dei freni inibitori, assunzione di movimenti e posture bizzarre e goffe, movimenti estremamente accelerati o rallentati).

### Sintomi negativi

I sintomi negativi sono inizialmente meno evidenti di quelli positivi e portano nel tempo ad una perdita del normale funzionamento psicosociale.

Si differenziano in:

- marcato ritiro sociale
- marcata perdita di interessi, di iniziativa o di spinta ad agire con incapacità di svolgere le consuete attività quotidiane di base
- aggressività immotivata e incontrollata verso sé, altri e/o altri oggetti
- intensa angoscia, umore gravemente depresso, pensieri suicidari
- grave trascuratezza nella cura di sé e nell'igiene personale.

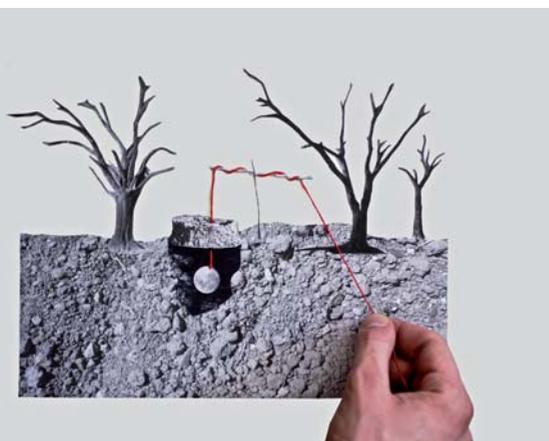
Nella fase acuta la persona può **abusare di sostanze** (alcol, cannabis ed altro) nel tentativo di ridurre il disagio causato dai sintomi psicotici, che non riesce ad alleviare in altro modo. In realtà, dopo un primo possibile apparente miglioramento transitorio, il consumo di sostanze porta ad un aggravamento della sintomatologia esistente.

Tale sintomatologia, a differenza di quella manifestata nella fase prodromica, risulta essere invalidante e compromette pesantemente il funzionamento e la qualità di vita.

Questa fase, nella quale le cure divengono indispensabili, si accompagna spesso ad una scarsa consapevolezza di malattia e conseguente difficoltà nel chiedere aiuto.



## La difficoltà nel chiedere aiuto



Il primo episodio psicotico è un'esperienza particolarmente traumatica e sconvolgente. Alla comparsa dei primi sintomi psicotici si possono provare sentimenti di paura e vergogna. Rivolgersi ad un servizio specialistico può far emergere nella persona e nei suoi familiari il timore di cosa potrebbe pensare la gente, amici, colleghi e compagni di scuola. Da qui nascono i sentimenti di rifiuto alle cure e di negazione degli eventi accaduti, la volontà di dimenticare,

di farcela da soli. Spesso si provano preoccupazione ed angoscia in quanto nessuno riesce a capire cosa effettivamente stia succedendo.

È fondamentale rivolgersi ad un professionista (Medico di Medicina Generale, Servizio Psichiatrico ...) che possa spiegare alla persona e ai suoi familiari cosa sta avvenendo accompagnandoli nel percorso di cura. La richiesta d'aiuto, qualora il giovane non sia consapevole della gravità della situazione, può avvenire anche da parte dei familiari che potranno trovare nello specialista un punto di riferimento per comprendere meglio come supportare il ragazzo nella richiesta d'aiuto.

## Perché intervenire tempestivamente?

Spesso passa un lungo periodo di tempo prima che abbiano inizio le cure e più tempo passa più difficoltà insorgono in ambito affettivo, scolastico/lavorativo e relazionale. E' importante che al manifestarsi dei primi sintomi e cambiamenti emotivi/comportamentali, la persona e/o i suoi familiari chiedano aiuto in maniera tempestiva ai Servizi Specialistici.

Se si interviene tempestivamente all'insorgere dei primi sintomi esiste la possibilità di ridurre la disabilità connessa alla malattia. Al contrario, più tempo passa, più diminuisce in maniera sostanziale la possibilità di un esito favorevole del disturbo. E' infatti nei primi 2 - 3 anni successivi al primo episodio psicotico, che la malattia è maggiormente sensibile al trattamento. Quanto prima si riconosce il problema, se ne prende consapevolezza e ci si affida a delle cure specialistiche, tanto prima si può ricominciare a stare bene ed ad investire sulla propria vita.





## Il percorso terapeutico

La psicosi è un disturbo clinico e come tale è curabile se riconosciuto e trattato adeguatamente. Va innanzitutto effettuata un'indagine medica e psicologica al fine di escludere patologie organiche e definire nel dettaglio la tipologia del disturbo.

Il trattamento è personalizzato, coinvolge vari professionisti e va costruito con il giovane e i suoi familiari allo scopo di fornire informazioni, ridurre la sintomatologia, migliorare il funzionamento generale e la qualità di vita. L'offerta terapeutica specialistica consiste in una valutazione e consulenza medica, psicologica e sociale. Viene valutata la necessità di assumere una terapia farmacologica che, nella fase acuta, ha spesso un ruolo fondamentale per ridurre sintomi psicotici e alleviare l'ansia e l'angoscia. In parallelo viene offerto sostegno psicologico per approfondire insieme le cause del disagio e trovare strategie per affrontarlo.

Anche quando i sintomi più eclatanti si attenuano o scompaiono ed il giovane sente di aver riacquisito il proprio benessere, è importante tenere alta l'attenzione nei confronti della propria salute mentale e mantenere i contatti con i curanti.

Il supporto degli specialisti è indispensabile per monitorare l'andamento clinico ed evitare o ridurre al minimo il rischio di ricadute che, soprattutto nei primi due anni dopo il primo episodio, rimane elevato.

## A chi rivolgersi?

La prima persona con cui ci si può confrontare è il proprio **Medico di Medicina Generale**;

oppure ci si può rivolgere direttamente per una consulenza

- all'**Ambulatorio di Psichiatria Generale e Psichiatria di Legame** (*Ospedale di Bolzano, padiglione W, 1° piano, presso il Servizio di Psichiatria; Orari: lunedì - giovedì, ore 08:00 - 17:00; venerdì ore 08:00 - 14:00; tel. 0471 435 146/147*).

In caso di urgenza, di notte o durante i fine settimana, è sempre possibile accedere al **Pronto Soccorso Ospedaliero** di Bolzano, Merano, Brunico, Bressanone.

La collaborazione tra Servizio Psichiatrico e Libera Università di Bolzano nella pubblicazione della brochure è stata occasione preziosa di contatto tra professionisti della Salute Mentale e una numerosa platea di giovani studenti. Il corso di *“Teoria e pratica dell’immagine tecnologica - fotografia artistica”* della Facoltà di Design e Arti ha visto impegnati gli studenti nell’elaborazione di immagini artistiche correlate al concetto di psicosi. Alcune tra le migliori interpretazioni sono state utilizzate come immagini nella brochure.