







## I disturbi psicosomatici negli adulti e negli adolescenti

Le somatizzazioni collegate all'ansia, possono nascondere problemi legati alla sfera espressiva e alla capacità di comunicare i propri pensieri. Quando il corpo somatizza e i sintomi dell'ansia sono evidenti, cosa è possibile fare? E quando è davvero necessario intervenire? Lo abbiamo chiesto alla Dott.ssa Adelia Lucattini, Psichiatra e Psicoanalista della Società Psicoanalitica Italiana e dell'International Psychoanalytical Association.

Dott.ssa Lucattini, quando capire se si sta somatizzando? E quando intervenire, affinché i disturbi psicosomatici non si concretizzino di fatto in patologie?

“I disturbi psicosomatici derivano da un malessere psicologico profondo che causa sintomi fisici in assenza di malattie fisiche. Può interessare qualsiasi parte del corpo. Le persone affette da questi disturbi poiché hanno dolore, bruciori, prurito, etc., si rivolgono spesso sia al loro medico di famiglia che agli specialisti, allarmandosi molto per quella che loro ritengono un'assenza di diagnosi. Dopo aver completato tutti gli accertamenti, che è sempre il primo passo e non risulta nulla di organico, bisogna pensare a un disturbo psicosomatico.

È fondamentale intervenire tempestivamente, attraverso una diagnosi precoce. Infatti, stabilito che il disturbo è di natura psicologica, l'unica cura efficace è la psicoanalisi che permette di capire quali sono le ragioni profonde, inconsce, che causano angoscia, ansia e depressione, non avvertite in questi casi, a livello emotivo, ma che vengono invece, scaricate sul corpo”.

Quando l'ansia prende la gola? Il mal di gola psicosomatico, normalmente si manifesta con ciò che viene definito un nodo alla gola o con la sensazione di costrizione. Dott.ssa Lucattini, qual è la causa di sintomi, definiti in questi casi “psicosomatici”?

“Questo tipo di sintomi sono molto frequenti. Il mal di gola, la sensazione di non riuscire a deglutire (“bolo”), sono manifestazioni soprattutto di ansia. Quando si è tesi, ansiosi o angosciati, il corpo reagisce rilasciando adrenalina e cortisolo nel sangue. Oltre ad aumentare la frequenza cardiaca e la pressione sanguigna, questi ormoni provocano respirazione rapida e superficiale, respirazione con la bocca, tensione muscolare che causano tensione, sensazione di bruciore alla gola, mal di gola, bocca secca.

Mente e corpo sono profondamente uniti, la persona è una sola, qualunque stress psicologico, dispiacere, preoccupazione, sofferenza, se non sono consapevoli, si esprimono attraverso il corpo. Conoscere i propri problemi, è ansiolitico di per sé e permette di risolverli”.

Dott.ssa Lucattini, le somatizzazioni collegate all'ansia, possono nascondere problemi legati alla sfera espressiva e alla capacità di comunicare i propri pensieri, cosa può dirci a riguardo?

“La difficoltà a riconoscere, distinguere ed esprimere le proprie emozioni è definita “alessitimia” dal greco “a-mancanza”, “lexis-parola” e “thymos-emozione” ovvero la mancanza di parole per esprimere il proprio stato emotivo. Questa disregolazione emotiva può causare disturbi psicosomatici

