

Cancro. L'importanza della gestione dello stress e dell'ansia durante il percorso di cura oncologica

Dott.ssa Lucattini, quali sono le principali evidenze scientifiche che supportano l'idea che lo stress e l'ansia possano influenzare negativamente l'efficacia delle terapie contro il cancro?

“Recenti studi evidenziano un legame significativo tra lo stato emotivo del paziente e la risposta alle cure contro il cancro. Una delle motivazioni è che lo stress e l'ansia possono influire negativamente sulle capacità reattive del sistema immunitario. Inoltre, nel rispondere adeguatamente alle terapie anche per la riduzione la compliance dei pazienti al trattamento, compromettendo l'efficacia degli stessi e aumentando così i rischi di ricadute e recidive.

Al contrario, una buona gestione dello stress, dell'angoscia e della depressione possono migliorare l'andamento generale delle cure”.

In che modo, la gestione dello stress e dell'ansia può impattare positivamente sulla risposta del sistema immunitario alle terapie oncologiche?

“Il ruolo positivo della riduzione dello stress e dell'ansia con aumento nell'adesione al trattamento, evidenzia che i pazienti che ricevono supporto psicologico, sono più propensi a seguirlo diligentemente il percorso terapeutico prescritto.

Sono stati gli stessi immunologi che hanno, per primi, messo in luce il fenomeno e sottoposto a psichiatri e psicoanalisti la questione dell'influenza dello stress sul sistema immunitario. Gli studi successivi hanno dimostrato che la gestione dello stress ha un ruolo centrale nella salute delle persone e che elevati livelli di angoscia agiscono negativamente in caso di malattia. Certamente, una risposta immunitaria non buona, poiché influenzata negativamente (per eccesso o per difetto) da stress, angoscia e depressione, è un fattore di rischio aggiuntivo nelle malattie oncologiche. Infatti, gli aspetti psicologici hanno un effetto diretto sul sistema immunitario, come dimostrano studi internazionali ormai decennali. La gestione dell'inevitabile stress e profonda preoccupazione durante la malattia è auspicabile e oggi è ritenuta dalla maggior parte dei ricercatori, necessaria durante i trattamenti per le patologie oncologiche”.

Può condividere esperienze o casi clinici che abbiano evidenziato chiaramente il legame tra lo stato emotivo del paziente e l'esito delle terapie contro il cancro?

“Le patologie oncologiche sono molto diverse tra di loro, hanno origini differenti (genetiche, ambientali, da sostanze cancerogene, etc.), inoltre il decorso è diverso a seconda della stadiazione (se si tratta di cancro in situ, con o senza metastasi, etc.), dell'età del paziente, dalla genetica e dalla risposta alle terapie. È necessario sottolineare che la ricerca ha fatto passi da gigante, tanto che oggi si sta andando verso una “cronicizzazione” delle patologie oncologiche con cui il paziente convive per anni anche nei casi in cui non sia possibile una completa guarigione, la cosiddetta “*restitutio ad integrum*”.

L'interesse è, pertanto, forte sulla componente psicologica, in particolare, non sulla la genesi del cancro ma nella prevenzione primaria in tutti (con gli screening come il pap-test, la colonscopia, la mammografia, l'eco addome, l'ecografia prostatica, le analisi del sangue periodiche, etc.), nella prevenzione secondaria (i controlli regolari dopo

la diagnosi e le cure) e anche durante i trattamenti.

La psicoanalisi aiuta a trovare la forza e il desiderio di curarsi, favorisce la precisione nelle cure e una fiducia nei medici curanti, poiché abbassa le ansie persecutorie scatenate dalla malattia, vissuta sempre come un'injustizia, un'aggressione invisibile e inaspettata da se stessi. Inoltre, riporta la

