



COMUNICATO STAMPA

“Il ruolo dello stress nei disturbi psichici e fisici”

Lo stress può cambiare la qualità della vita di ogni individuo, arrivando persino a influenzare e condizionare la salute della persona. Tensioni nervose ed emotive possono diventare anche fattori di rischio per alcune malattie, in particolare quelle cardiovascolari. Occorre pertanto una nuova strategia di prevenzione e di gestione di questo fenomeno ormai connaturato con la società moderna. Il ruolo dello stress nei disturbi psichici e fisici è stato il tema centrale di un convegno tenutosi a Bari, organizzato dall'Ordine degli Psicologi della Regione Puglia. “La salute fisica e il benessere psichico sono ormai un'esigenza imprescindibile per poter affrontare in maniera incisiva le diverse forme in cui si manifesta lo stress – ha dichiarato Antonio Di Gioia, presidente dell'Ordine Psicologi della Regione Puglia. Medici e psicologi attraverso un percorso multiprofessionale sono in grado di definire un modello d'intervento che guarda alla persona in maniera olistica per offrire un servizio di cura adeguato. Tutto questo anche alla luce della Legge Lorenzin che ha riconosciuto il ruolo dello psicologo come professione sanitaria”. Anche il dott. Giuseppe D'Auria, segretario OMCEO Bari ha ribadito “l'importanza della collaborazione tra medici e psicologi per avviare un percorso di aiuto efficiente nei confronti di tutti quei pazienti che hanno una patologia legata allo stress”.

L'intreccio tra psiche e corpo può creare ansia, preoccupazione, stati d'animo negativi, insoddisfazione. Fenomeni diffusi che hanno bisogno di una valida azione di cura. “Spesso a impedirci di vivere serenamente non è lo stress, ma la nostra incapacità nel saperlo gestire al meglio – ha sottolineato il prof. David Lazzari Responsabile Servizio Psicologia Az. Osp. Terni e docente all'Università di Perugia. Ciò che accade nel nostro corpo è ciò che si avverte. È necessario cambiare radicalmente la visione dello stress, passando da un carattere di eccezionalità a quello di quotidianità in quanto si manifesta come una alterazione funzionale e fisiologica. Il disagio psicologo in taluni casi è elevato e può diventare un fattore di rischio per malattie croniche arrivando persino ad incidere sul tasso di mortalità. In Italia il 15 per cento della popolazione è alle prese con lo stress e in prospettiva futura sarebbe necessario sviluppare forme di prevenzione sui bambini e sugli adolescenti”. Lo stress è un fenomeno naturale senza il quale l'essere umano non troverebbe l'energia per affrontare le diverse situazioni della vita quotidiana. Il campanello d'allarme

suona quando si manifesta un eccesso di stress che può diventare sia acuto che cronico. Intervenire si può, creando di fatto degli step che possono circoscrivere gli effetti del disagio e della sofferenza psicofisica fino a superarli: adattamento e gestione della malattia, miglioramento della qualità della vita, interventi specifici e psicoterapia. Per meglio approfondire e capire le origini e le cause dello stress, il professor Lazzari da oltre 10 anni attraverso uno studio capillare ha elaborato un efficace strumento operativo, vale a dire la ‘bilancia dello stress’. “In pratica è possibile misurare lo stress della singola persona e di capire come gli equilibri personali possano portare ad una buona o cattiva gestione dello stress - afferma David Lazzari. Nel secondo caso offre al paziente un percorso abbastanza agevole di cambiamento e di modificazione che gli restituisca benessere e un miglioramento fisiologico. La figura dello psicologo è fondamentale in tal senso in quanto svolge una professione al servizio della società, sempre attivo nel cercare modi virtuosi per tutelare la collettività dal malessere di ogni suo periodo storico. Tuttavia, è importante anche alimentare e incentivare un modello di lavoro integrato tra psicologi, psicoterapeuti, medici di famiglia e specialisti”.

Esiste una correlazione, scientificamente provata, tra stress cronico e l'insorgere di patologie cardiovascolari. Ne ha parlato il prof. Pasquale Caldarola, Direttore del Dipartimento di Cardiologia della Asl di Bari. “Alcuni processi infiammatori possono sviluppare malattie dell'apparato cardiovascolare, come ad esempio l'ischemia miocardica. Ovviamente il quadro clinico può diventare più grave se la persona sotto stress ha uno stile di vita non idoneo. L'intervento dello psicologo può contribuire a ridurre i fattori di rischio e la mortalità”.

Gaetano Bufano, medico generico di famiglia, ha infine dichiarato che “una stessa patologia organica può avere un vissuto emozionale differente che un medico di base deve tenere in considerazione quando fa le sue valutazioni e propone una terapia. Spesso il vissuto emozionale dipende anche dalle condizioni sociali ed economiche del paziente. Oltre al dolore bisogna capire la sofferenza psicologica”.

Nicola Lavacca

Ufficio Stampa

Ordine Psicologi Puglia