

“MA SEI FUORI?”

Partecipa alla conversazione
anche sui social con l'hashtag
#maseifuori



Schi- zo-fre- nia



Definizione

La schizofrenia è un disturbo psichico profondamente debilitante **che coinvolge cognizione, percezione, emozione e tanti altri aspetti del comportamento quotidiano.**

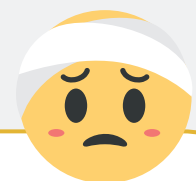
Schizofrenia è un termine che è stato coniato agli inizi del Novecento e ha origini greche: deriva dai vocaboli *schizo* (diviso) e *phren* (cervello) che assieme significano "**mente divisa**".

È una delle patologie mentali più invalidanti e ha forti ripercussioni sia sulla persona che ne soffre che sui familiari.

Porta il paziente a "separarsi" dalla realtà circostante, ad avere allucinazioni, a un comportamento disorganizzato e a un appiattimento dell'affettività. In altri termini è una malattia che fa perdere sé stessi.

Come molte malattie psichiatriche, non è possibile individuare un meccanismo univoco per la genesi della schizofrenia: questo disturbo è provocato probabilmente sia da fattori ereditari che ambientali.

La schizofrenia si manifesta in egual misura negli uomini e nelle donne [Schizophrenia Facts and Statistics, Schizophrenia.com, www.schizophrenia.com/szfacts.htm]. L'esordio della malattia si verifica di solito **tra la fine dell'adolescenza e i 35 anni**, è più ritardato nelle donne che negli uomini e nelle prime le manifestazioni cliniche sono meno gravi. Infatti, per i maschi l'età massima di insorgenza per il primo episodio psicotico è compresa tra i 20 e 25 anni, per le femmine prima dei trent'anni.



La definizione clinica riconosciuta a livello internazionale di schizofrenia è la seguente: "La schizofrenia è un disturbo mentale cronico caratterizzato da psicosi (perdita del contatto con la realtà), deliri (falsi convincimenti), allucinazioni (false percezioni), linguaggio e comportamento disorganizzati, appiattimento dell'affettività (manifestazioni emotive ridotte), deficit cognitivi (compromissione del ragionamento e della capacità di soluzione dei problemi) e malfunzionamento occupazionale e sociale. Uno o più episodi sintomatici devono persistere ≥ 6 mesi prima che venga posta la diagnosi." Questa definizione è contenuta nel **DSM 5**, dove

la sigla rappresenta l'acronimo di Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (Manuale Diagnostico e Statistico dei disturbi mentali) e il 5 indica il fatto che siamo alla sua quinta edizione. Il Manuale - che viene redatto dall'American Psychiatric Association - rappresenta uno dei sistemi di classificazione per i disturbi mentali e psicopatologici più utilizzati da psichiatri, psicologi e medici di tutto il mondo, sia nella pratica clinica sia nell'ambito della ricerca; la sua prima edizione è del 1952, mentre l'ultima versione è del 2013 (la quinta) poiché viene aggiornato periodicamente al fine di modificare e introdurre nuove definizioni o classificazioni.

Quante persone ne soffrono in Italia?

Nel 2016 l'Istituto Superiore di Sanità ha rilevato un numero pari a circa 245.000 persone affette da schizofrenia nel nostro Paese, mentre le stime più recenti arrivano a circa 304.000 (dati ISTAT). È molto importante sottolineare che **tante persone che soffrono di schizofrenia non hanno ancora ricevuto una diagnosi** e questo significa che, in realtà, i dati sono significativamente più alti.

303.913

totale

212.739

diagnosticati

175.382

in trattamento

*Tasso nazionale di schizofrenia pari a **308,3 pazienti** trattati per 100.000 abitanti*

Sintomi

La sintomatologia legata alla schizofrenia si mostra diversamente da persona a persona sia in termini di gravità che di varietà; tuttavia i sintomi sono in genere talmente gravi da avere un impatto forte nella vita di tutti i giorni, a lavoro, a scuola, nelle relazioni con gli altri e nella cura di sé stessi.

Spesso si manifestano "episodi sintomatici", cioè attacchi e crisi momentanee che, però, si ripetono nel tempo. In altri casi possono essere stabili e continui.

I sintomi vengono convenzionalmente suddivisi tra quelli che vengono definiti "positivi", che si presentano normalmente in chi soffre di schizofrenia, e quelli "negativi", così definiti in quanto si tratta di capacità che la maggior parte delle persone possiedono ma che i pazienti schizofrenici sembrano aver perso.

Precauzioni per l'uso!

Ognuno di noi si ritroverà in alcuni dei seguenti sintomi, soprattutto nei periodi di stanchezza, dopo una lite con gli amici, una partita andata male, i genitori che non capiscono e i professori che preparano verifiche impossibili. E poi, più avanti, quando il capo non ti fa fare gli straordinari e non li paga o vorresti fare una vacanza con la famiglia che non puoi permetterti. Questo non deve spaventare, non siamo ammalati, siamo umani.

Le persone, invece, che soffrono contemporaneamente tutti (o in buona parte) dei seguenti sintomi non sono maleducate, non ce l'hanno con il mondo o con la famiglia, non sono pericolose. Sono persone ammalate e, come tali, vanno sostenute e curate.

DISTURBI "POSITIVI"

- 1 Perdita di contatto con la realtà**
Avvertire l'ambiente circostante come irreali, sconosciuto o inconsueto, che provoca una sensazione di non-appartenenza.
- 2 Allucinazioni**
Sentire, vedere o percepire qualcosa che non esiste nella realtà. Le allucinazioni possono riguardare tutti i cinque sensi: udito, vista, olfatto, gusto e tatto. Sentire delle voci è l'allucinazione più comune nella schizofrenia.
- 3 Deliri**
Convinzioni false e irrazionali, sostenute con forza a causa dell'incapacità di distinguere le esperienze reali da quelle irreali.
- 4 Comportamenti bizzarri**
Ad esempio attaccare chiodi sulle pareti di casa e appendervi sacchetti della spazzatura, calzini e fazzoletti.
- 5 Difficoltà nel formulare frasi compiute o nel comunicare (pensiero disorganizzato)**
Associare pensieri che non sono connessi tra loro. Giungere a conclusioni che non sono basate sulla realtà. Mancanza di ragionamento logico.
- 6 Agitazione del corpo, movimenti non controllabili**
Tensione e irritabilità accentuate.

DISTURBI "NEGATIVI"

- 1 Assenza di emozioni**
Mancanza delle normali manifestazioni di emozione. Il paziente non si sente né allegro né triste.
- 2 Apatia**
Percepire una sensazione di vuoto o una forte incapacità di portare a termine le azioni pianificate.
- 3 Assenza di interlocuzione**
Mancanza di voglia di comunicare o scambiare pensieri con gli altri.
- 4 Espressione facciale fissa**
Espressività facciale ridotta, ma non percepita come tale.
- 5 Linguaggio monotono**
Parlare prevalentemente in modo monotono, senza cambiamenti di tono o di volume. Tono e volume accompagnano sempre le nostre emozioni.
- 6 Perdita di interesse verso di sé e verso l'esterno**
Preferire la solitudine, non aver voglia di vedere altre persone; trascorrere molto tempo a letto senza aver voglia di fare niente.

La schizofrenia in età adolescenziale

L'esordio dei disturbi legati alla schizofrenia, se in media si ha tra 20 e i 23 anni, di fatto inizia solitamente in qualsiasi momento tra la fase centrale dell'adolescenza e i 35 anni; molti medici sostengono che la fascia di attenzione per individuare i primi sintomi (prodromi) della malattia sia da collocarsi in nell'età evolutiva, tra i 14 e i 17/18 anni. L'età è più bassa soprattutto per i maschi.

È importantissimo rilevare questi "segnali" in tempo, anche quando sono lontani dalle crisi che poi riveleranno l'esistenza della malattia in tutta la sua forza: questo può aiutare a diagnosticare precocemente la patologia, permettendo di agire "in anticipo" con cure e trattamenti. Come per il bipolarismo e tanti altri disturbi mentali che si presentano in età adolescenziale, è importante saper distinguere i sintomi della malattia dai cambiamenti repentini della crescita che spesso "nascondono" il disagio interiore. Non è certo un lavoro che si può fare in casa, ma l'importante che nelle case e nelle scuole si possa parlare di queste cose. Si tratta di malattie e come tali devono essere trattate. I tabù e la vergogna sono dannosi alla salute.



Sintomi in adolescenza

- Ritiro sociale
- Emozioni inappropriate alle situazioni (talvolta allucinazioni, deliri e paranoia)



Attenzione

L'uso di sostanze stupefacenti (soprattutto cannabis) può aggravare se non addirittura far insorgere precocemente il disturbo.

Personaggi famosi affetti da Schizofrenia

Molti personaggi famosi ne hanno sofferto e, in passato, hanno subito trattamenti molto duri con reclusioni in manicomio e serie di elettroshock.

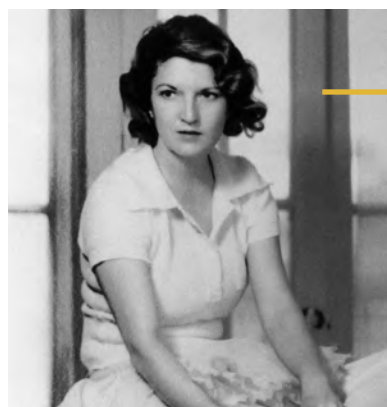
Eppure, tanti sono diventati famosi per la loro genialità, per la loro capacità di vedere cose che altri non erano in grado di vedere, percepire e immaginare.

Di seguito qualche esempio, ma storia e attualità ne sono piene.



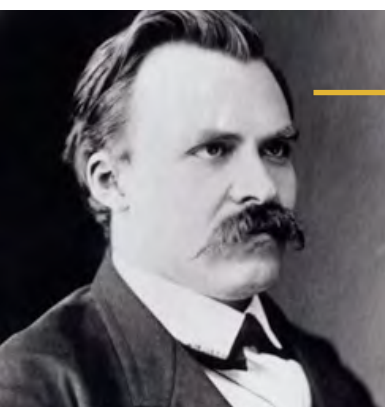
Syd Barrett

Primo cantante dei Pink Floyd



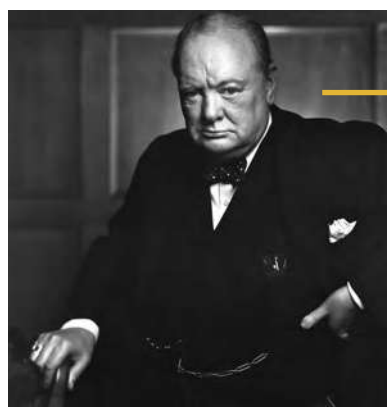
Zelda Fitzgerald

Scrittrice



Friedrich Nietzsche

Filosofo tedesco



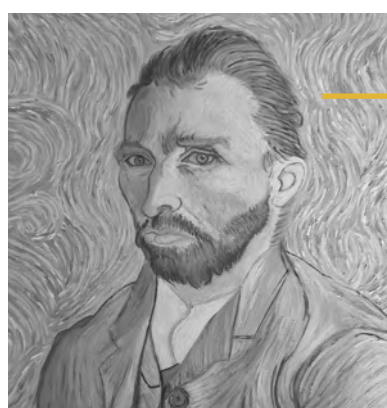
Winston Churchill

Primo Ministro Britannico per più di un mandato



John Nash

Matematico, Premio Nobel, noto per aver elaborato, tra l'altro la "Teoria dei giochi".



Vincent Van Gogh

Pittore



Lo sti-g- ma



Definizione

Secondo l'autorevole Dizionario Treccani, "stigma" è una parola che ha un'origine greca [στίγμα -ατος, der. di στίζω «pungere, marcare»], successivamente ripresa anche dal latino [stigma (-ātis) «marchio, macchia, punto», propriam. «puntura»] e significa "marchio, macchia, punto". Più ampiamente, lo stigma a livello sociale rappresenta un segno distintivo attribuito da una comunità a un soggetto, in segno di disapprovazione rispetto ad alcune caratteristiche personali (stigma razziale, etnico, religioso, politico o psico-fisico).

Lo stigma è, quindi, una discriminazione spesso associata a pregiudizi e stereotipi che creano "un cortocircuito" dal quale chi ne è vittima fa molta fatica a uscire.

Quindi un marchio solitamente negativo; è l'attribuzione di pregiudizio infondato che ha come conseguenza l'isolamento e l'infelicità, sino all'incurabilità se si tratta di un malato.

Le persone hanno spesso paura dell'ignoto; ed è facile associare questa paura agli "altri".



"Lo stigma sociale, nel contesto della salute, è l'associazione negativa tra una persona o un gruppo di persone che hanno in comune determinate caratteristiche e una specifica malattia - si legge nel documento -. In una epidemia, ciò può significare che le persone vengono etichettate, stereotipate, discriminate, allontanate e/o sono soggette a perdita di status a causa di un legame percepito con una malattia". [Social Stigma associated with COVID-19" IFRC (International Federation of Red Cross, and Red Crescent Societies), Unesco e WHO (World Health Organization, 2020)]



Tipologie di stigma

Lo stigma può avere diverse "dimensioni":

1 Strutturale

Una dimensione **"strutturale" e pubblica**, intesa come l'insieme di pratiche e politiche discriminanti, assunte in genere nei confronti di determinati soggetti.

CONSEGUENZE:

limitazione opportunità, risorse e benessere per persone stigmatizzate.

ESEMPIO:

leggi dello Stato che discriminano gli omosessuali rispetto agli eterosessuali.

2 Di comunità

Una dimensione **di comunità**, in cui le persone stigmatizzate subiscono un distanziamento nelle relazioni sociali e lavorative e dai contesti abitativi.

CONSEGUENZE:

le persone discriminate si sentono rifiutate dalla comunità in cui vivono e tendono a chiudersi in sé stesse.

ESEMPIO:

molestie o episodi di violenza fisica e verbale nei confronti di chi ha un ritardo mentale.

3 Auto-stigma

Dalla combinazione della dimensione strutturale e individuale nasce un terzo effetto, cosiddetto **"auto-stigma"**, un processo attraverso il quale la persona oggetto di stigmatizzazione interiorizza i pregiudizi e gli stereotipi fino a convincersi della loro veridicità.

Con l'auto-stigma un soggetto finisce col credere nei pregiudizi che lo "etichettano", la sua autostima crolla, si auto-isola e la sua qualità della vita peggiora gravemente.

CONSEGUENZE:

le persone stigmatizzate si convincono che "gli altri abbiano ragione" a considerarli diversi.

ESEMPIO:

lo schizofrenico è convinto di essere una persona violenta perché tutti lo pensano.

La stigmatizzazione è un processo circolare “vizioso”



Stigma e malattie

Lo stigma è spesso legato anche alle malattie.

Ciò riguarda principalmente persone considerate infettive ("Ha l'AIDS... sarà un drogato. Meglio stargli alla larga") o persone che soffrono di malattie mentali (il matto del paese). È successo addirittura con alcune persone risultate positive al Coronavirus.

La nostra cultura - e persino i media - è improntata su una sorta di paura e necessità di protezione da chi si considera "matto", "fuori di testa".

Il concetto di stigma legato al disagio mentale è il prodotto di una serie di pregiudizi e credenze che cementano le basi per una discriminazione molto grave.

Chi soffre di disturbi mentali si trova spesso già inserito in una precisa categoria sociale con determinate caratteristiche predefinite, diventando vittima di isolamento e alienazione, spesso anche autoindotti per tutelarsi dallo sguardo degli altri. Il marchio del "malato mentale" e l'uso, spesso inappropriato, da parte dei mass media di termini come "schizofrenico", "bipolare" o "depresso" creano un distanziamento tra la dignità di una patologia che deve essere curata e l'immaginario comune che si alimenta di falsi preconcetti.

In questo, modi di dire radicati e, addirittura i media, non ci aiutano.

Ci sono espressioni di uso comune, ad esempio, in cui schizofrenia e bipolarismo sono usate in modo negativo o come metafora per descrivere persone o cose caratterizzati dall'imprevedibilità o dall'incoerenza, bizzarria o, persino, violenza:



- *L'andamento della Borsa è schizofrenico.*
- *È una band che mette insieme blues, rock schizofrenico e pop.*
- *I malati mentali sono violenti! Sono pericolosi!*
- *Le persone schizofreniche sono inaffidabili e irrazionali!*
- *Le persone bipolari sono imprevedibili!*
- *Il personaggio schizofrenico di Joker in Batman [...] un pazzo criminale che assaltava le banche.*
- *Le persone depresse non hanno voglia di lavorare!*
- *Le persone che dicono di avere disturbi mentali non sono "veri malati!"*
- *Altroché depresso; è che non ha voglia di lavorare!*



Lo stigma consiste in un'attribuzione di pregiudizio infondato che ha come conseguenza l'isolamento del malato sino all'incurabilità. Se si considerassero le malattie mentali al pari delle altre patologie con una particolare sintomatologia allora si accetterebbe il concetto di cura e di soccorso.

Lo stigma è spesso legato al tabù, ossia tutti quei temi di cui "non sta bene parlare" o per cui si prova una qualche forma di vergogna.

Link Drive e approfondimenti

Approfondimenti e curiosità



<http://www.treccani.it/enciclopedia/schizofrenia>

<https://www.stateofmind.it/tag/schizofrenia/>

<https://www.epicentro.iss.it/schizofrenia/>

http://www.salute.gov.it/portale/salute/p1_5.jsp?lingua=italiano&id=189&area=Disturbi_psichici

<https://www.paginemediche.it/medicina-e-prevenzione/disturbi-e-malattie/schizofrenia>

<https://www.corriere.it/salute/dizionario/schizofrenia/index4.shtml>

<https://www.activebeat.com/ita/paternita/segni-di-schizofrenia-negli-adolescenti/>

https://www.corriere.it/salute/neuroscienze/17_febbraio_27/adolescenti-cannabis-rischio-sviluppare-schizofrenia-4e44375e-fd15-11e6-9c89-9070badc174c_preview.shtml?reason=unauthenticated&cat=1&cid=y7-eMx3T&pids=FR&credits=1&origin=https%3A%2F%2Fwww.corriere.it%2Fsalute%2Fneuroscienze%2F17_febbraio_27%2Fadolescenti-cannabis-rischio-sviluppare-schizofrenia-4e44375e-fd15-11e6-9c89-9070badc174c.shtml

<https://www.cognitivismo.com/2017/05/17/schizofrenia-e-sintomi-precoci/>

<https://www.neuroscienze.net/il-delirio-nella-schizofrenia/>

<https://www.harmoniamentis.it/>

Stigma e disturbi mentali



http://www.salute.gov.it/imgs/C_17_opuscoliPoster_422_allegato.pdf

<https://mymodernmet.com/shawn-coss-inktober-mental-illness/>

<https://psiche.cmsantagostino.it/2016/11/17/stigma-malattia-mentale/>

<https://www.sanita24.ilsole24ore.com/art/medicina-e-ricerca/2017-10-10/salute-mentale-fardello-stigma-che-allontana-cura-122121.php?uuiid=AEjRooiC>

<http://www.chefollia.it/index.php/blog/59-stigma-perche-la-malattia-mentale-fa-paura>

<http://www.discorsivo.it/rubrica/2018/04/06/psicologia/stigma-della-malattia-mentale/>

Link Drive e approfondimenti

Filmografia su Schizofrenia e fragilità mentali



- 5 giorni fuori*, 2010, Anna Boden, Ryan Fleck
- Un angelo alla mia tavola*, 1990, Jane Campion
- The aviator*, 2004, Martin Scorsese
- A Beautiful Mind*, 2001, Ron Howard
- Birdy. Le ali della libertà*, 1984, Alan Parker
- C'era una volta la città dei matti*, 2010, Marco Turco
- Il cigno nero*, 2010, Darren Aronofsky
- Controvento*, 2004, Marina Spada
- Diario di una schizofrenica*, 1968, Nelo Risi
- The Hours*, 2002, Stephen Daldry
- The Informant!*, 2009, Steven Soderbergh
- Il lato positivo*, 2012, David O. Russell
- La leggenda del re pescatore*, 1991, Terry Gilliam
- Mr Jones*, 1993, Mike Figgis
- La pazzia di re Giorgio*, 1995, Nicholas Hytner
- La pazza gioia*, 2016, Paolo Virzi
- Il professore e il pazzo*, 2019, Farhad Safinia
- Qualcuno volò sul nido del cuculo*, 1975, Milos Forman
- Ragazze interrotte*, 1999, James Mangold
- Teneramente folle*, 2004, Maya Forbes
- Shine*, 1996, Scott Hicks
- Si può fare*, 2008, Giulio Manfredonia
- Il solista*, 2009, Joe Wright

Link Drive e approfondimenti

Libri su Schizofrenia e fragilità mentali



Alessandra Arachi, **Lunatica, storia di una mente bipolare**, 2008

Jonathan Bazzi, **Febbre**, 2019

Emanuela Carniti, Alda Merini, **Mia madre**, 2019

Michael Cunningham, **Le ore (The Hours)**, 2001

Peppe Dell'Acqua, **Fuori come va?**, 2010

Karla Dougherty, **Una diversa follia**, 2011

Nathan Filer, **Chiedi alla luna**, 2013

Francis Scott Fitzgerald, **Tenera è la notte**, 1934

Micheal Greenberg, **Il giorno in cui mia figlia impazzì**, 2009,

Daniel Keyes, **Una stanza piena di gente**, 2017,

Patrick McGrath, **Spider**, 2000

Sylvia Plath, **La campana di vetro**, 1963

Ron Powers, **Chi se ne frega dei matti**, 2018

Oliver Sacks, **L'uomo che scambiò sua moglie per un cappello**, 1985

Marguerite A. Sechehaye, **Diario di una schizofrenica**, 2006

**“MA SEI
FUORI?”**

#maseifuori

