

**LR RUBRICA****MEDICINA E DINTORNI****STRESS POST  
TRAUMATICO  
DOPO I DISASTRI**

di Giorgio Dobrilla



**D**i stress post-traumatico (SPT) ne abbiamo già scritto in rubrica ricordando in quell'occasione che tale condizione è stata studiata particolarmente in molti reduci del Vietnam. Chi ne soffre rivive in qualche misura, in modo intermittente o continuativo, l'esperienza traumatizzante che ha subito in precedenza. Il soggetto affetto, specie in ricorrenze particolari, va incontro a incubi, a instabilità emotiva, ansia e depressione e tende a inibirsi per non ricordare, evita di sognare, lamenta spesso dolori e disturbi vari, disturbi del sonno inclusi. Ovviamente, lo stress post-traumatico non riguarda solamente i reduci di guerra, e affiora persino dopo un intervento chirurgico se l'a-

nestesia è stata inadeguata (il paziente sotto i ferri rimarrebbe vagamente consapevole dell'insulto fisico subito). Lo SPT sarà particolarmente pesante dopo eventi tragici ricchi di conseguenze a lungo termine come terremoti, tsunami, tragedie familiari. Un benvenuto pertanto al libro appena edito da **Pensiero Scientifico Editore** (Roma) intitolato "La sofferenza psicologica da disastri naturali e traumi importanti". Il volume (175 pagine) si occupa proprio dello SPT subito da soggetti che hanno vissuto un evento catastrofico quale, ad esempio, i terremoti che anche di recente hanno causato tragedie indelebili. Gli autori del volume (Jessica Hamblen, Rita Roncone, Laura Giusti, Massimo Casacchia) hanno

voluti proporre a coloro che nei Servizi di salute mentale si occupano di soggetti affetti da uno SPT così peculiare un metodo di intervento cognitivo-comportamentale specifico. L'obiettivo è bloccare le conseguenze dello SPT evitando di far diventare necessariamente chi ne soffre un malato psichiatrico. Il metodo cognitivo-comportamentale si basa su solide evidenze scientifiche: "cognitivo" significa che si cercherà di correggere i pensieri negativi ricorrenti del soggetto che ha subito il trauma e "comportamentale" significa che si tenterà di modificare le ormai acquisite reazioni allo stress che si è vissuto e che riaffiora. Parlare di terapia cognitivo-comportamentale è elegante ma attuarla in modo appropriato è diffici-

le per varie ragioni dato che non è alla portata di tutti e data la molteplicità delle conseguenze dello trauma, quali: danno dell'integrità psicofisica, perdita di persone care e dell'unità familiare, perdita della casa e della sicurezza economica, perdita di abitudini consolidate, perdita del ruolo e delle relazioni sociali, scomparsa di prospettive per il futuro. A tal fine gli autori hanno ideato un "Manuale" per gli operatori e pure un "Quaderno" di lavoro per l'utente di 124 pagine (il Quaderno è acquistabile anche separatamente dal volume). Il libro è di prevalente interesse specialistico, ma i dettagli di cui è ricco sul come affrontare le sequele di una catastrofe sono utili anche ai comuni lettori.

