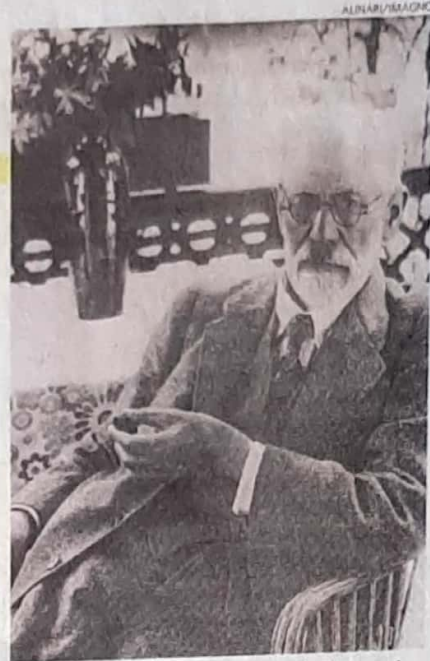


L'efficacia del terapeuta

di Vittorio Lingiardi

L'editoriale di «Nature» del 27 settembre ha sorpreso la comunità scientifica. Non capita tutti i giorni che una delle più autorevoli testate, che ha ospitato sulle sue pagine la scoperta dei raggi X, della doppia elica del Dna, del buco dell'ozono (a proposito, ecco perché il suo *impact factor* è 36), spezzi una lancia a favore del finanziamento delle ricerche sui trattamenti psicologici. I quali raramente ottengono l'attenzione degli scienziati, se non per ricevere un rimprovero, di solito rivolto alla loro non dimostrata, o "diversamente dimostrata", efficacia. Ma l'editoriale di questo numero 489 non lascia dubbi: «Gli studi per migliorare la qualità dei trattamenti psicologici sono scandalosamente sotto-sovvenzionati». Non solo: il modello psicofarmacologico standard per la terapia dei disturbi psichiatrici (target identification-drug discovery-clinical investigation) «sta implodendo». «Le terapie psicologiche sono l'altro braccio della cura della depressione e di molti disturbi psichiatrici. La letteratura è piena di ricerche che indicano che, in alcuni casi, sono più efficaci dei farmaci e più capaci di prevenire le ricadute». Ma «a differenza delle terapie farmacologiche, quelle psicologiche non hanno finanziatori multimilionari mossi dall'interesse di lanciarle sul mercato». Eppure (sintetizza l'occhiello) «per molti pazienti, le terapie psicologiche possono davvero fare la differenza». «I finanziamenti penalizzano gli studi sui trattamenti psicologici che si concentrano sull'efficacia. Non è certo «Nature» a mettere in discussione l'importanza degli approcci causali o meccanicistici. Ma la complessità e la relativa inaccessibilità del cervello lasciano un ampio margine tra ciò che oggi siamo in grado di comprendere e le patologie mentali che osserviamo». Quindi, «per chi vuole investire fondi nella ricerca», sviluppare le applicazioni delle terapie psicologiche in circolazione indipendentemente dai processi neurali sottostanti è «un'impresa più che legittima».

Oggi «Nature» premia il lavoro di tanti ricercatori in psicoterapia (cognitiva, interpersonale, dinamica, sistemica, integrata; per una rassegna imparziale si veda il volume curato da Gabbard: *Psicoterapie*, Cortina, Milano, pagg. 860, € 76,00), che da anni lavorano su banche dati di trascritti di sedute a cui applicano strumenti e metodologie intelligenti, capaci di non banalizzare la complessità della clinica e di sostenere la tensione tra gli aspetti qualitativi e quantitativi dell'indagine. Ricercatori motivati eticamente e clinica-



STUDIOSO DELL'INCONSCIO | Sigmund Freud (1856-1939), fondatore della psicoanalisi

mente dalla convinzione che le terapie psicologiche, associate o meno a quelle farmacologiche, sono in molti casi il trattamento elettivo, e proprio per questo devono essere in grado di dimostrare la loro efficacia (si veda il volume a cura di Levy, Ablon e Kachele, da poco uscito per Humana Press: *Psychodynamic Psychotherapy. Evidence-Based Practice and Practice-Based Evidence*). Studiosi che in numeri sempre più rappresentativi si affilano in società come la Society for Psychotherapy

Un editoriale di Nature in difesa delle le terapie psicologiche, a volte più valide dei farmaci. A patto che non prescindano da controlli rigorosi

Research (che conta una ben organizzata sezione italiana) è in ambito accademico diventato interlocutori interessanti per molti futuri psicologi, stanchi di parole seducenti sganciate da una dimostrata, basterebbe dire dimostrabile, efficacia. In tempi di Anvur, e di giusta attenzione all'impatto delle produzioni scientifiche, l'editoriale di «Nature» sembra dire a chi progetta ricerche in psicologia che non è sempre obbligatorio inserire la parola chiave "neuroscienze" per sentirsi alla tavola alta delle scienze. A volte bastano "psicoterapia" ed "efficacia".