

SALUTOGENESI E STILI DI VITA



Alberto Siracusano

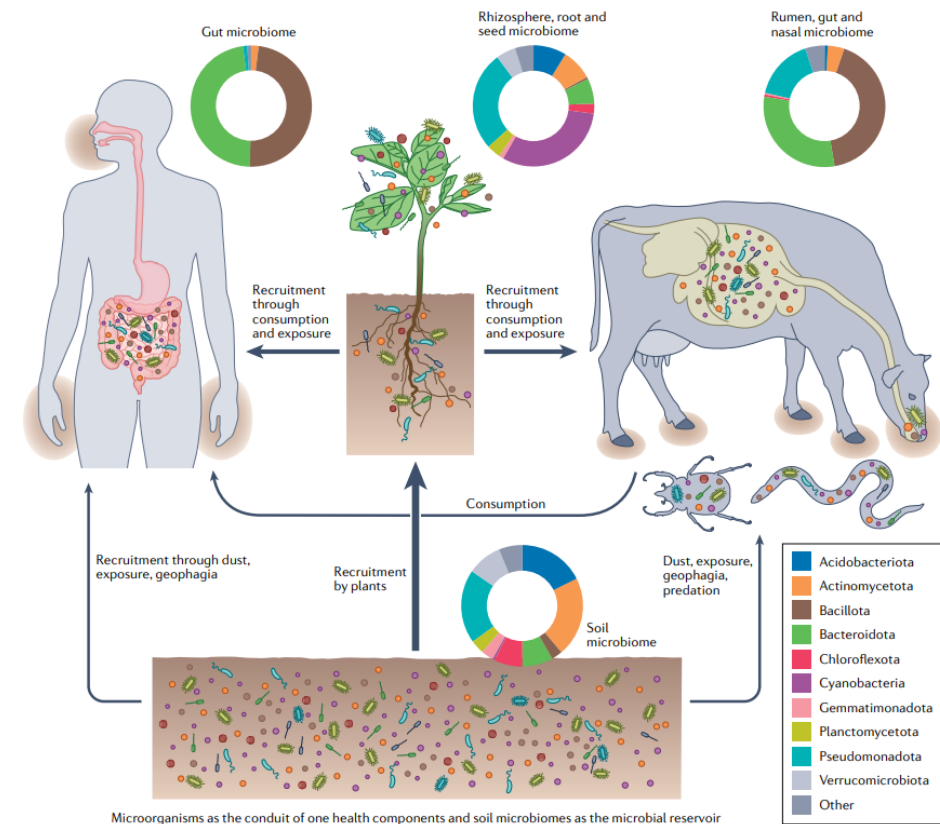
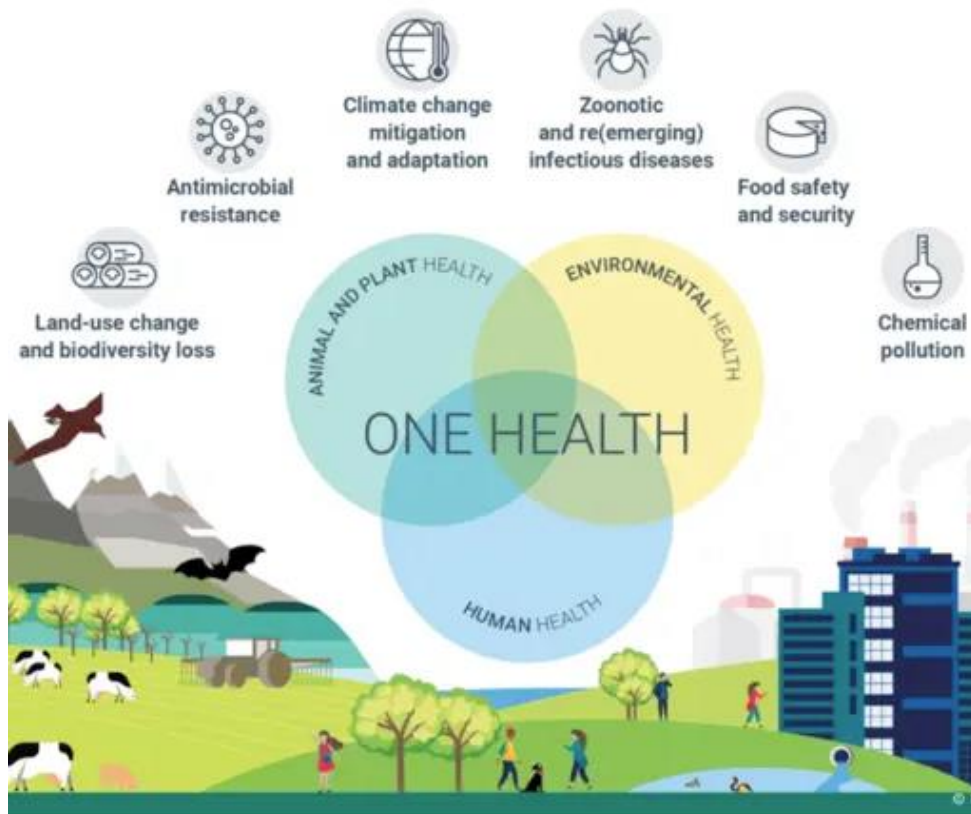
Professore Emerito di Psichiatria

Università degli Studi di Roma Tor Vergata

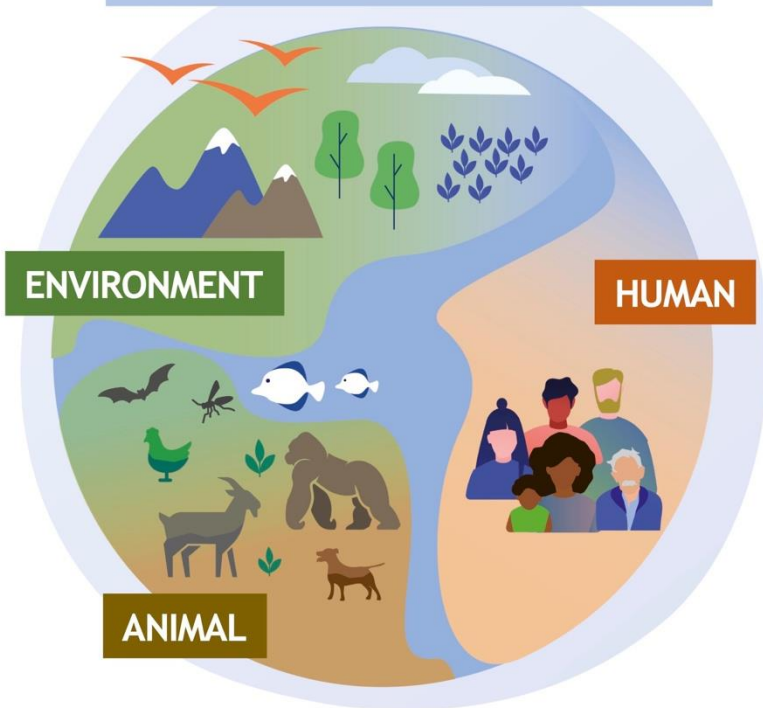
Presidente del Consiglio Superiore di Sanità

Coordinatore del Tavolo Tecnico per la Salute Mentale

ONE HEALTH

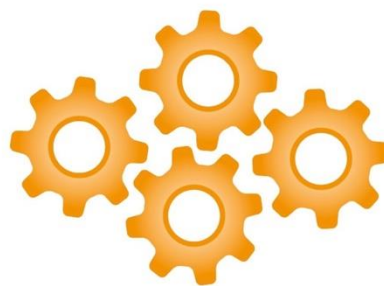


SECTORS and DISCIPLINES



Communication

Collaboration



Coordination

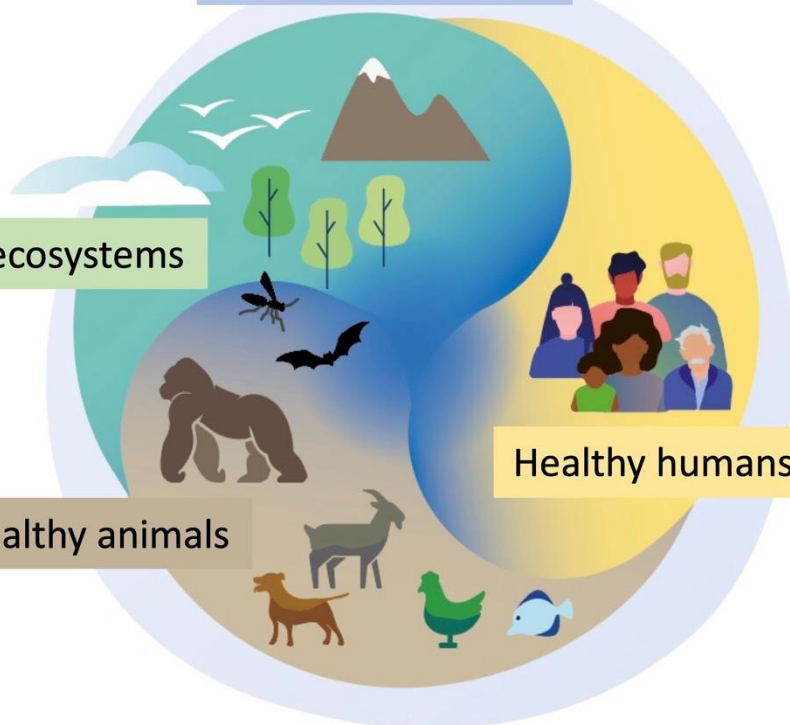
Capacity building

ONE HEALTH

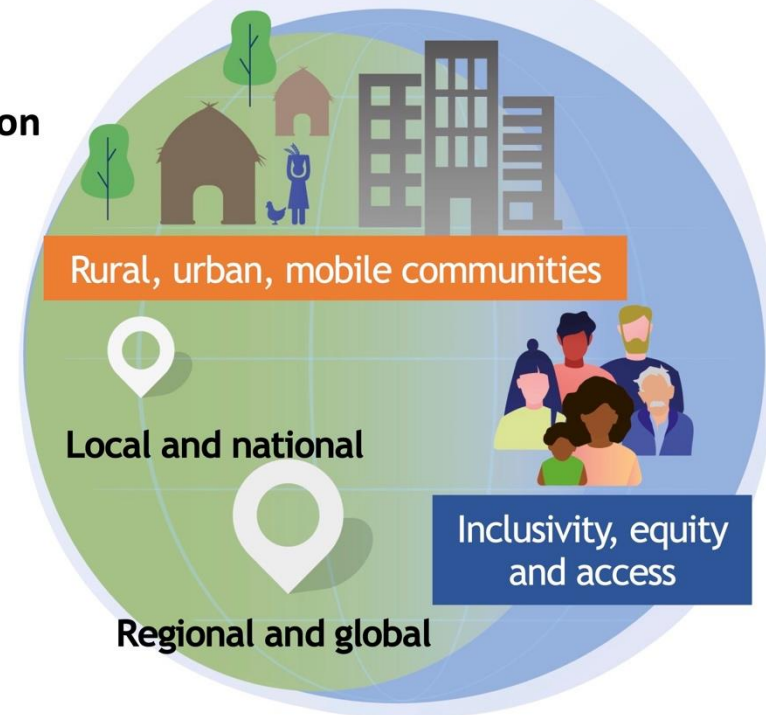
Healthy ecosystems

Healthy animals

Healthy humans

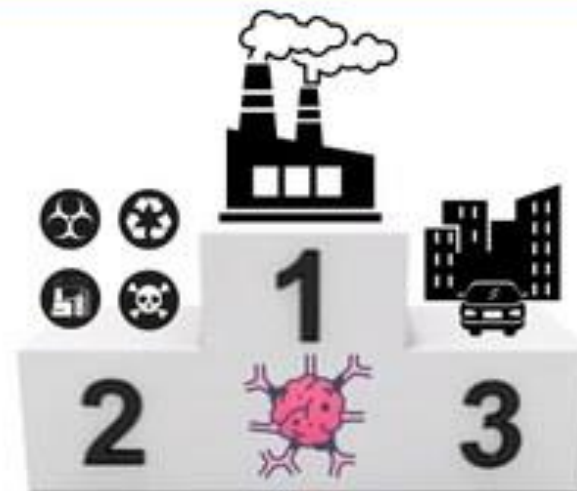
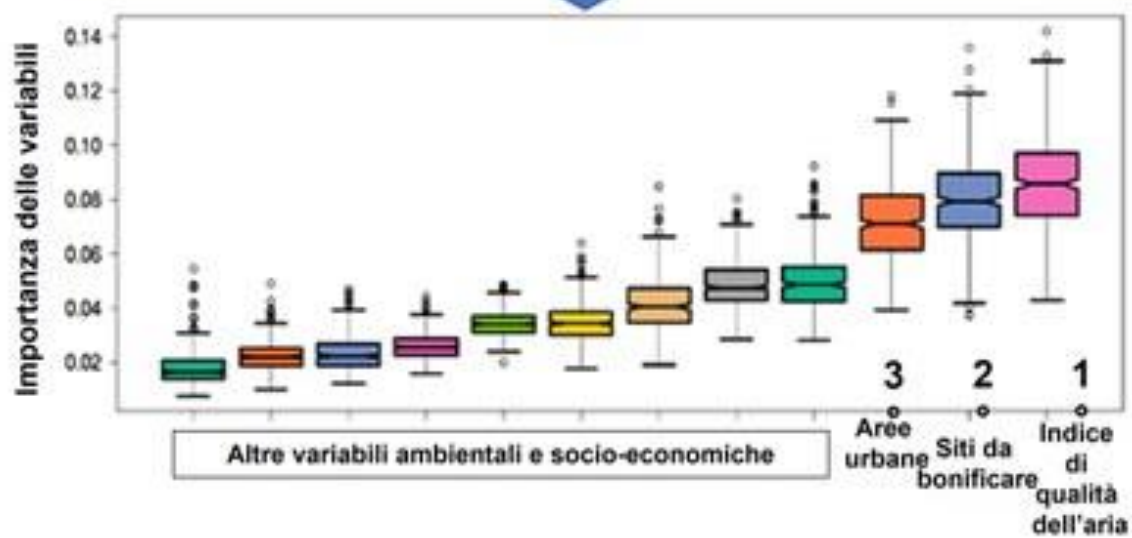
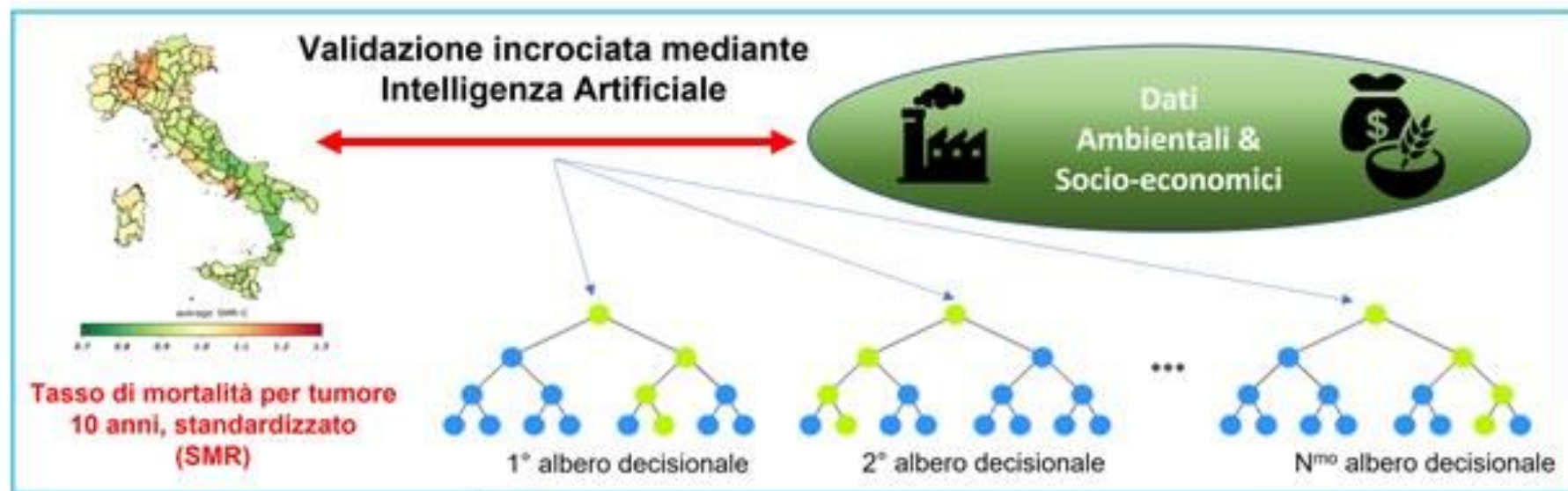


SOCIETY



Inclusivity, equity and access





One Health



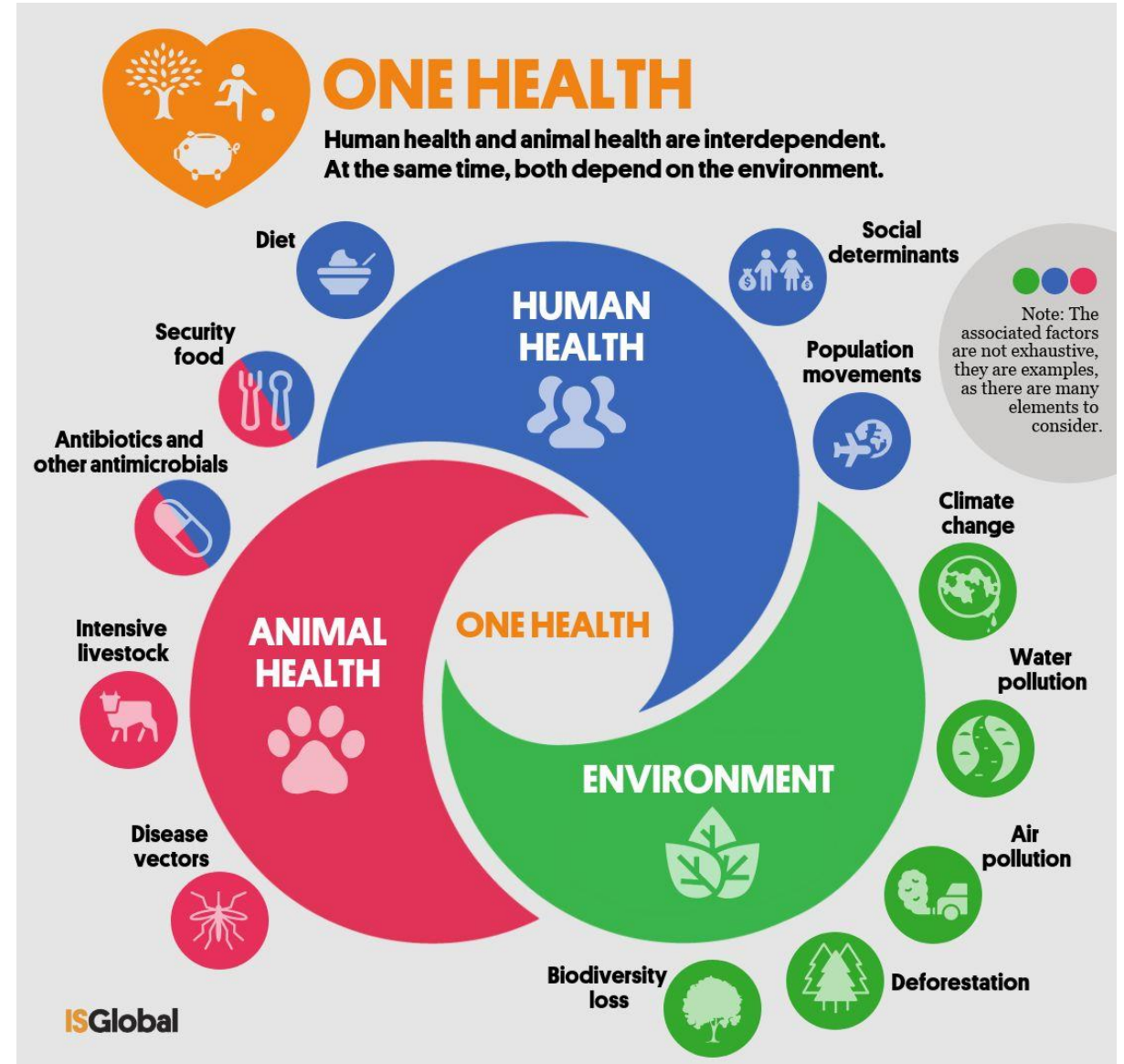
Source: California Department of Public Health, Office of Health Equity as inspired by WHO

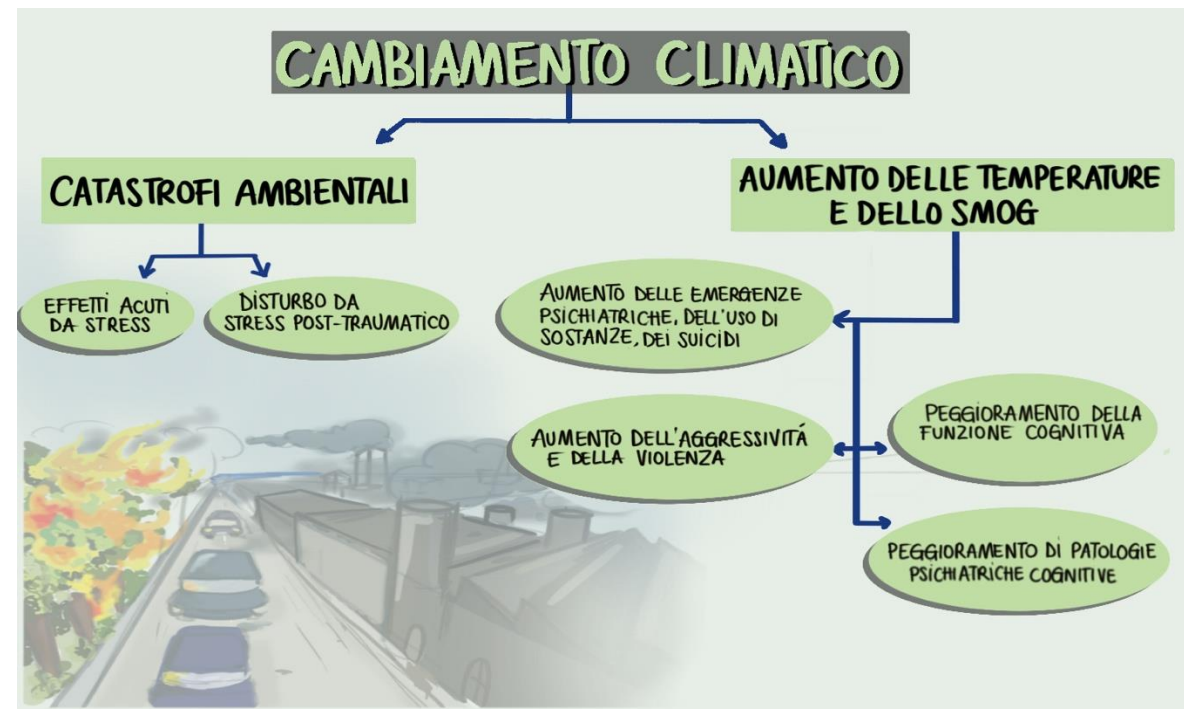
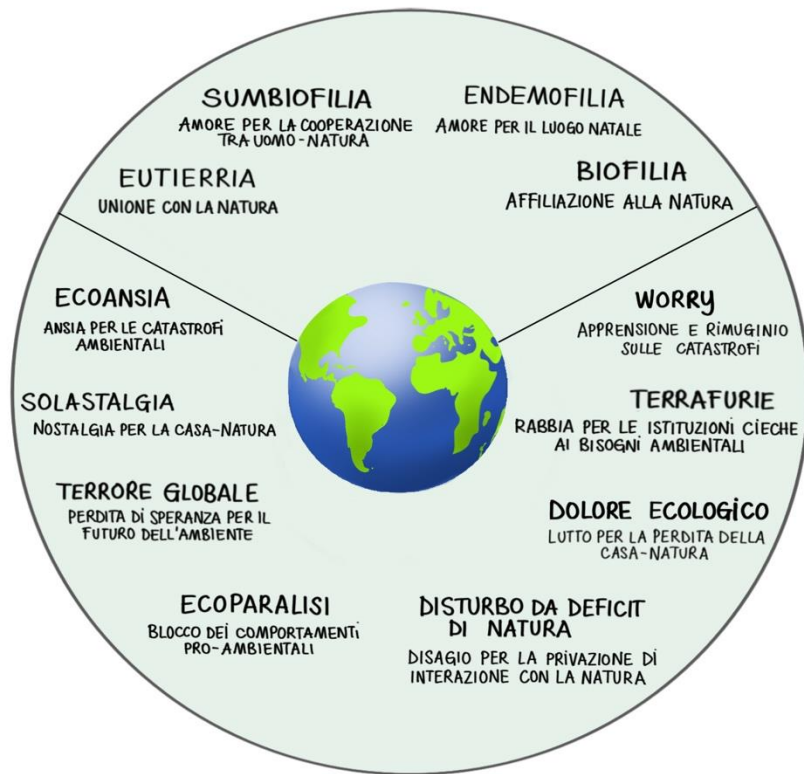
ONE *MENTAL* HEALTH

Salute Mentale Paradigma di *One Health*

L'approccio moderno della salute mentale è per definizione un approccio one health

The modern mental health approach is a **one health approach** by definition, as it is the result of the integration of several social, biological as well as environmental determinants





ECOANSIA

What is salutogenesis?

The term Salutogenesis derives from the Latin word 'salus', meaning health, and the Greek word 'genesis', meaning origin, and it focuses on what makes, and keeps people healthy, rather than on what makes them ill.

It shifts the focus from illness to well-being, from peoples' problems to their potential.



December 20, 2023

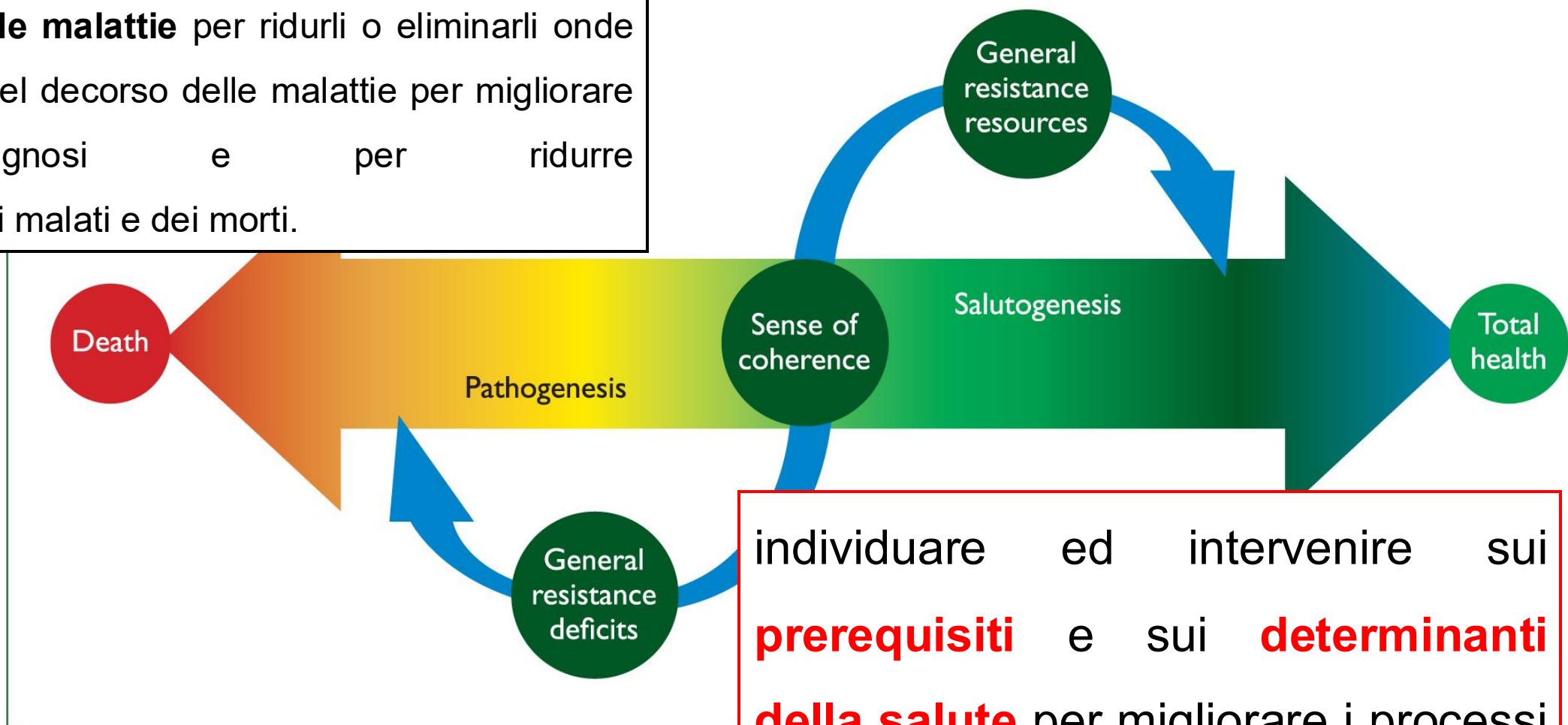
Population Salutogenesis—The Future of Psychiatry?

Jim van Os, PhD^{1,2}; Sinan Guloksuz, PhD^{3,4}

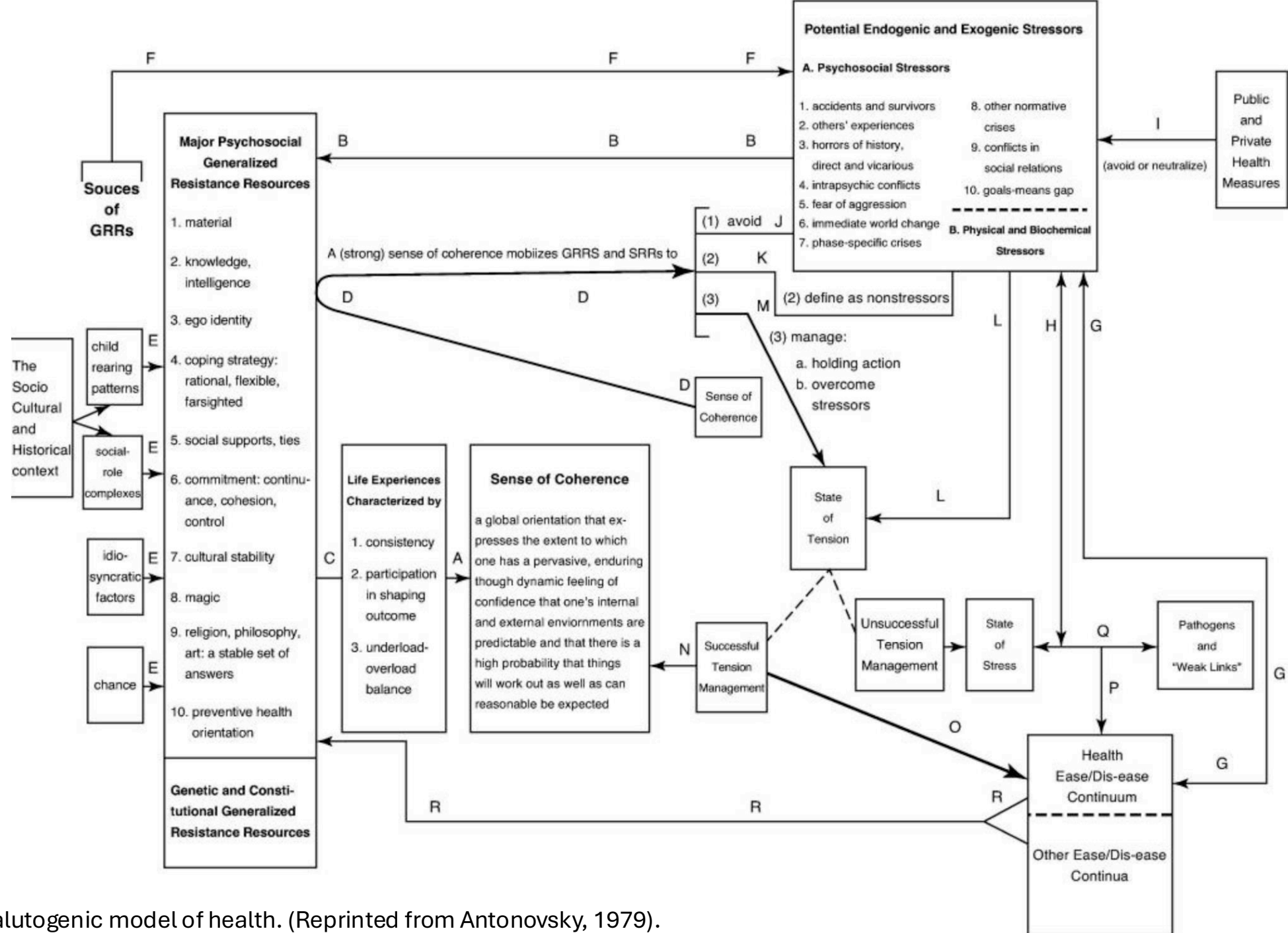
[» Author Affiliations](#)

JAMA Psychiatry. 2024;81(2):115-116. doi:10.1001/jamapsychiatry.2023.4582

individuare i fattori di rischio e i meccanismi che provocano le malattie per ridurli o eliminarli onde intervenire nel decorso delle malattie per migliorare la prognosi e per ridurre il numero dei malati e dei morti.

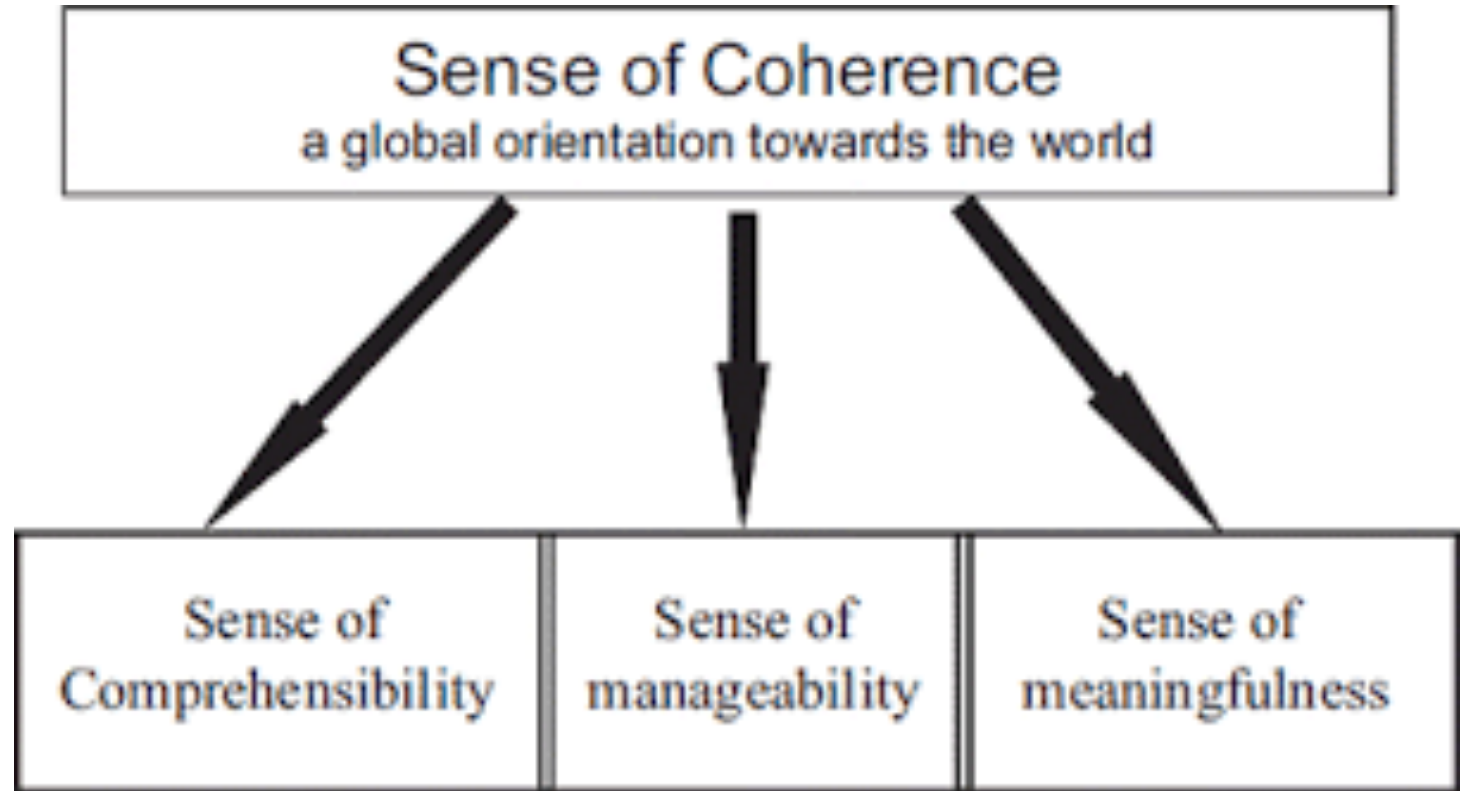
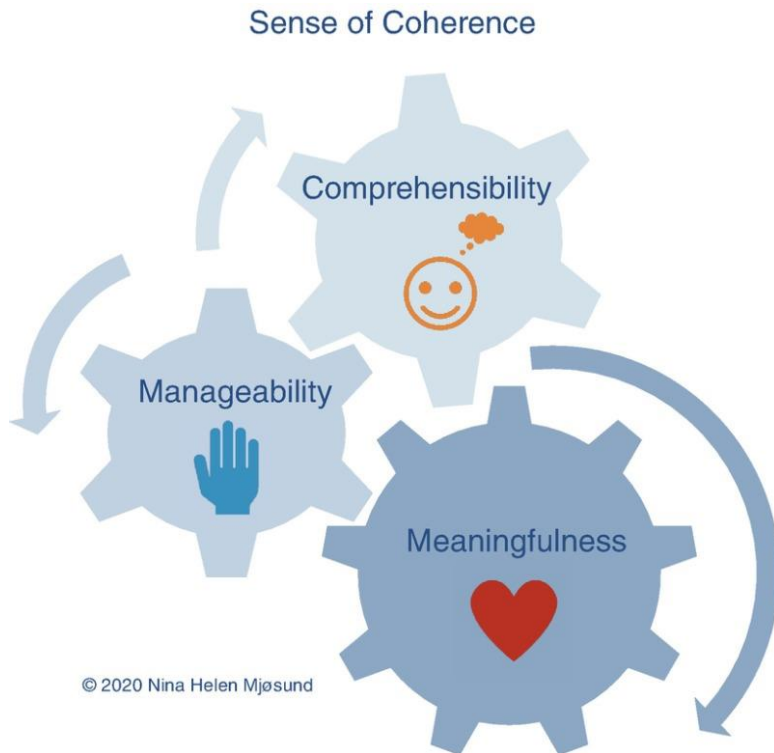


individuare ed intervenire sui **prerequisiti** e sui **determinanti della salute** per migliorare i processi esistenziali e per migliorare la qualità della vita.



The salutogenic model of health. (Reprinted from Antonovsky, 1979).

The three components of Sense of Coherence



- Krause, C. (2011). Developing sense of coherence in educational contexts: Making progress in promoting mental health in children. *International Review of Psychiatry*, 23(6), 525–532.

MEANING OF LIFE

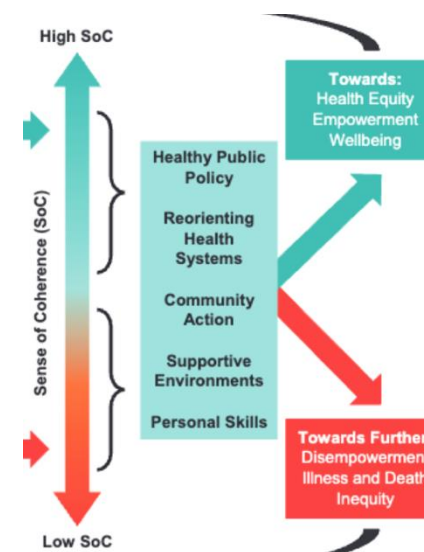
- When the topic of the meaning of life comes up, people tend to pose one of three questions: “What are you talking about?”, “What is the meaning of life?”, and “Is life in fact meaningful?”. The literature on life's meaning composed by those working in the analytic tradition (on which this entry focuses) can be usefully organized according to which question it seeks to answer. This survey starts off with recent work that addresses the first, abstract (or “meta”) question regarding the sense of talk of “life’s meaning,” i.e., that aims to clarify what we have in mind when inquiring into the meaning of life (section 1). Afterward, it considers texts that provide answers to the more substantive question about the nature of meaningfulness (sections 2–3). There is in the making a sub-field of applied meaning that parallels applied ethics, in which meaningfulness is considered in the context of particular cases or specific themes. Examples include downshifting (Levy 2005), implementing genetic enhancements (Agar 2013), making achievements (Bradford 2015), getting an education (Schinkel et al. 2015), interacting with research participants (Olson 2016), automating labor (Danaher 2017), and creating children (Ferracioli 2018). In contrast, this survey focuses nearly exclusively on contemporary normative-theoretical approaches to life’s meaning, that is, attempts to capture in a single, general principle all the variegated conditions that could confer meaning on life. Finally, this survey examines fresh arguments for the nihilist view that the conditions necessary for a meaningful life do not obtain for any of us, i.e., that all our lives are meaningless (section 4).

[Stanford Encyclopedia of Philosophy](#)



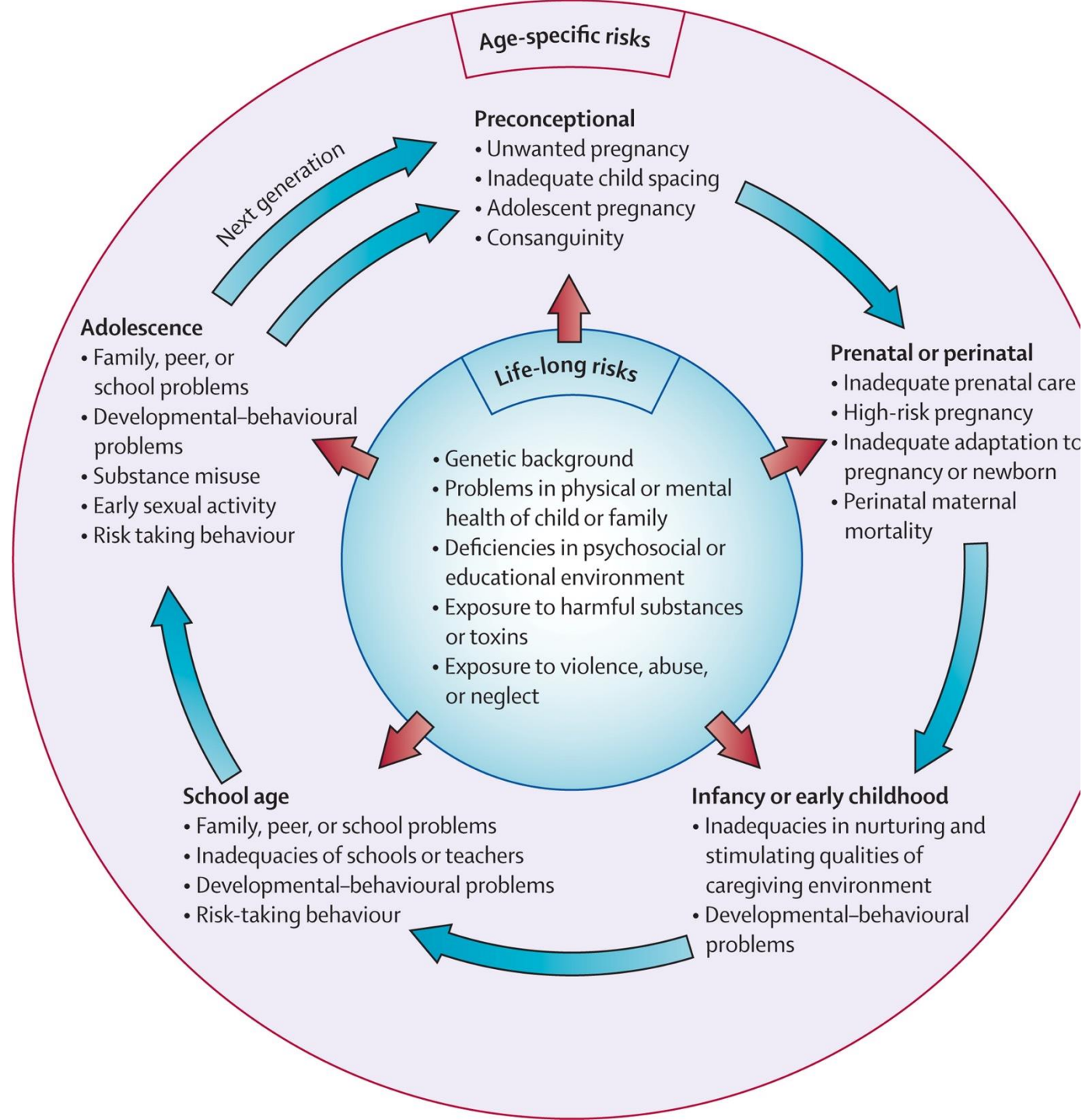
Interventi salutogenici

- **1. Nutrizione equilibrata**
- **2. Attività fisica e bilanciamento strutturale**
 - Esercizio regolare (camminata, yoga, sport).
- **3. Protezione ambientale**
 - Spazi verdi e ambienti naturali sono associati a minore stress e migliore qualità della vita.
- **4. Sviluppo personale e apprendimento continuo**
 - Opportunità di crescita personale (formazione, nuove esperienze, hobby).
- **5. Equilibrio emotivo e mentale**
 - Tecniche di gestione dello stress (mindfulness, meditazione, terapia cognitivo-comportamentale).
- **6. Spiritualità e comunità sociale**
 - Rafforza il supporto sociale e il senso di appartenenza, favorendo sia il coping sia la percezione di significato.

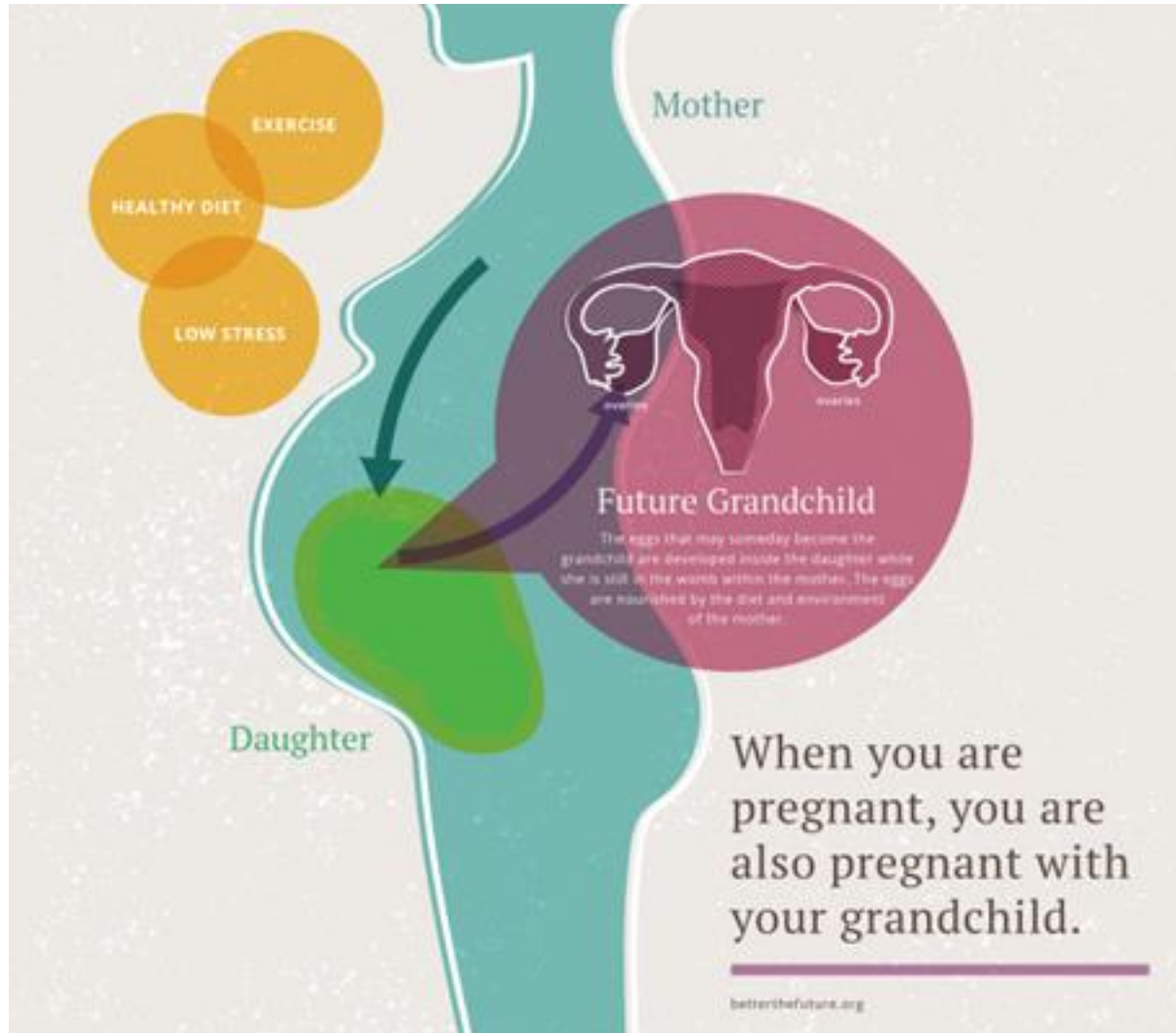


Social determinants of mental health in adolescence

- **Child and adolescent mental health worldwide: evidence for action.** Kieling, Christian et al. *he Lancet*, Volume 378, Issue 9801, 1515 - 1525



PERINATAL MENTAL HEALTH IS **ONE MENTAL HEALTH**



«Non c'è salute senza salute mentale perinatale»



www.thelancet.com Vol 384 November 15, 2014

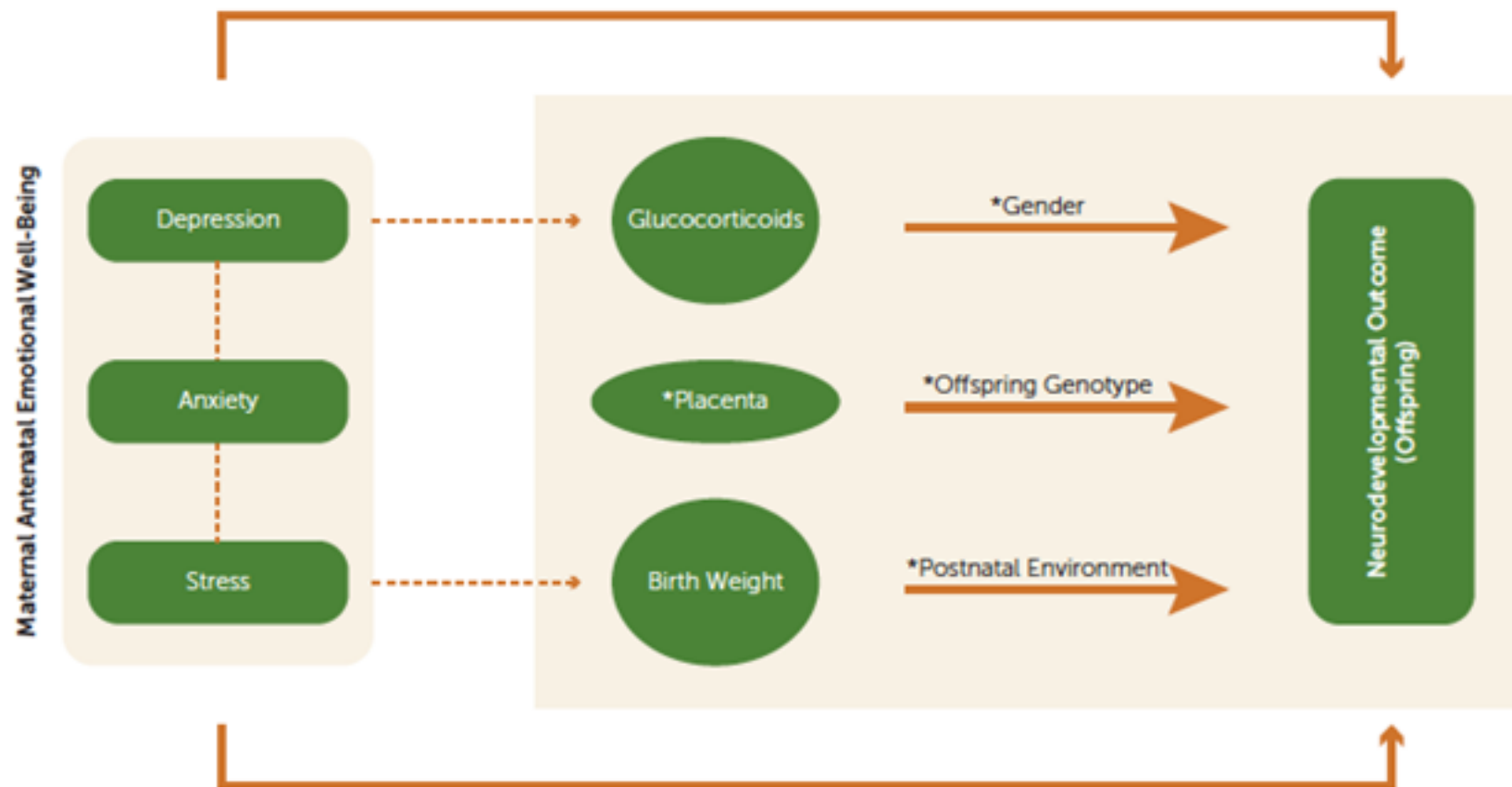
No health without perinatal mental health

Louise M Howard, Peter Piot, *Alan Stein



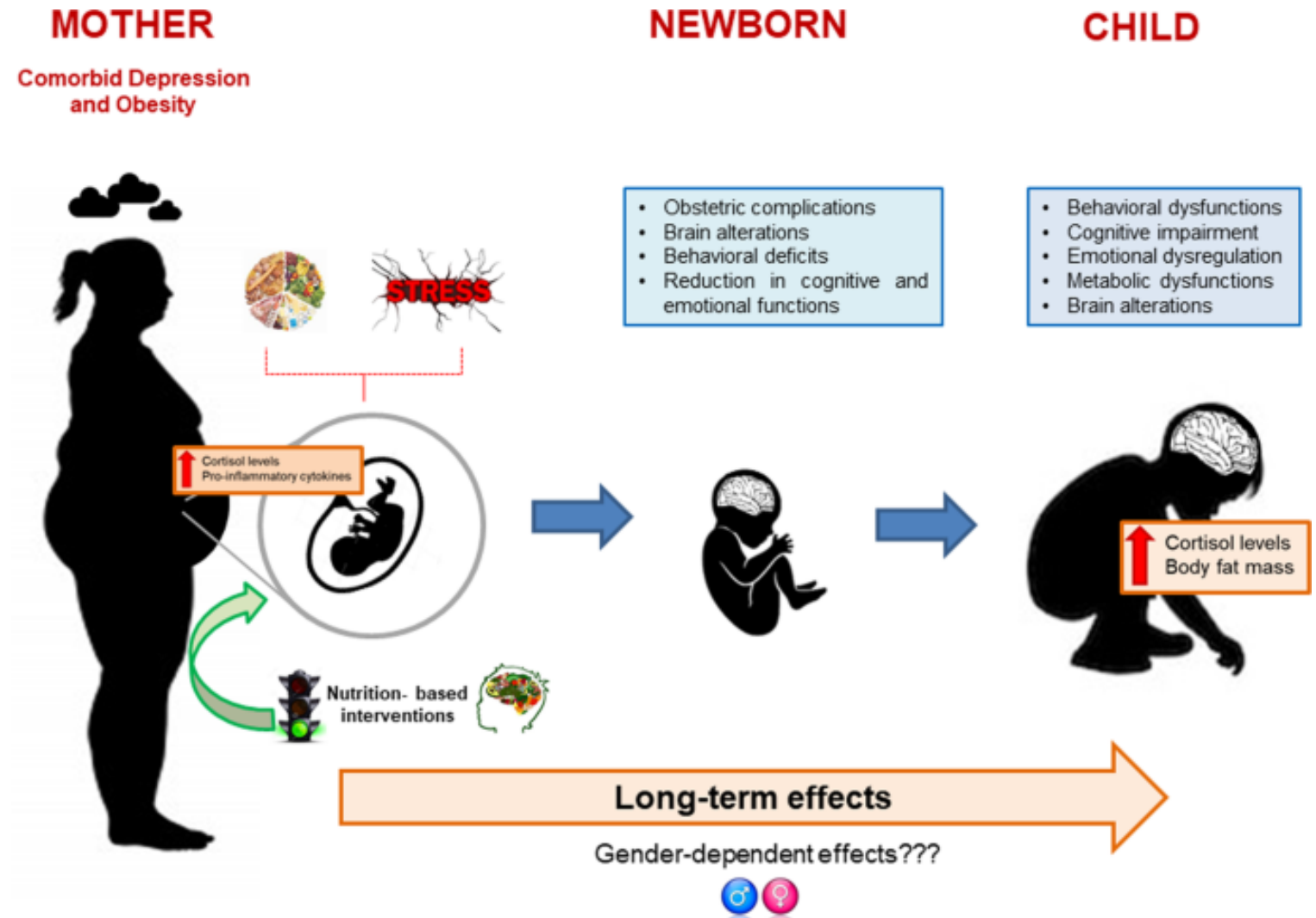
Ipotesi: Status fetale meta-plastico che aumenta la vulnerabilità alle influenze post-natali

FIGURE 1. A Schema Describing Proposed Pathways Linking Antenatal Maternal Mental Health to Neurodevelopmental Outcomes in the Offspring^a



Depression, obesity and their comorbidity during pregnancy: effects on the offspring's mental and physical health

Nadia Cattane ¹, Katri Räikkönen ², Roberta Anniverno ³, Claudio Mencacci ³, Marco A Riva ⁴, Carmine M Pariante ⁵, Annamaria Cattaneo ⁶



Maternal obesity



Buon compleanno Mr Grape, Film 1993



OBESSE MOTHER

Mother and child, Botero 1995

<< In addition to immediate implications for pregnancy complications, increasing evidence implicates maternal obesity as **a major determinant of offspring health** during childhood and later adult life>>
(the Lancet 2016)

OFFSPRING'S RISK

- OBESITY
- CORONARY HEART DISEASE
- STROKE
- TYPE 2 DIABETES
- ASTHMA
- POORER COGNITION
- HEDONIC BEHAVIORS
- NEURODEVELOPMENTAL DISORDERS

- changes in epigenetic processes
- alterations in the gut microbiome



“I Am I and My Bacterial Circumstances”: Linking Gut Microbiome, Neurodevelopment, and Depression

Juan M. Lima-Ojeda*, Rainer Rupprecht and Thomas C. Baghai

GLOSSARY

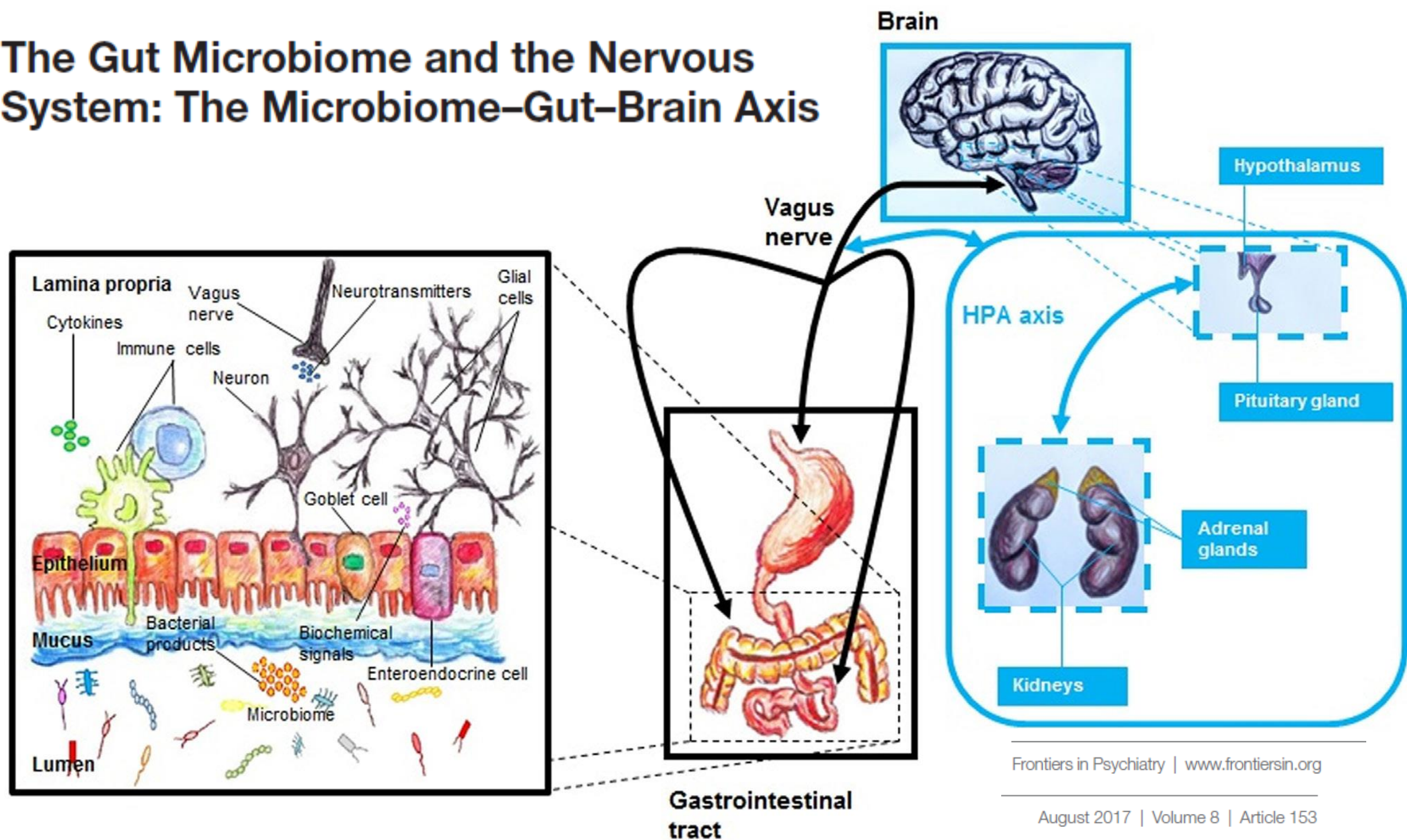
Microbiome: term employed to refer to the combination of microorganisms and their genetic materials. Sometimes this term is used in the scientific literature as synonym of microbiota

Microbiome-gut-brain (MGB) axis: bidirectional connection between the gastrointestinal tract and the CNS, including the gastrointestinal microbiome. Frequently this term is used as synonym of microbiota–gut–brain axis

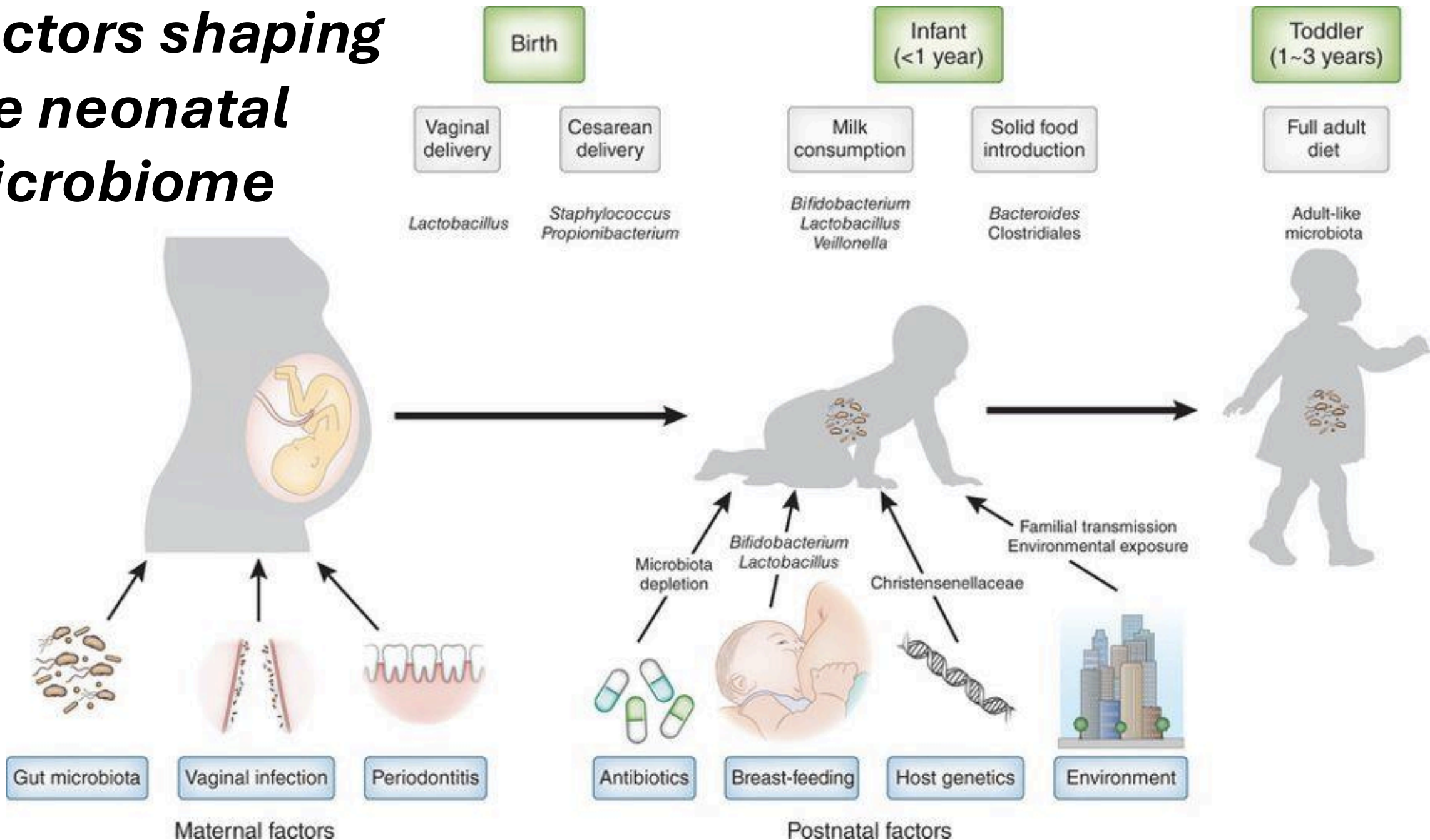
Microbiota: microorganisms that inhabit a particular environment, e.g., a specific anatomical region

Microbiota-gut-brain (MGB) axis: a bidirectional axis that communicates the intestinal microbiota with the brain

The Gut Microbiome and the Nervous System: The Microbiome–Gut–Brain Axis



Factors shaping the neonatal microbiome



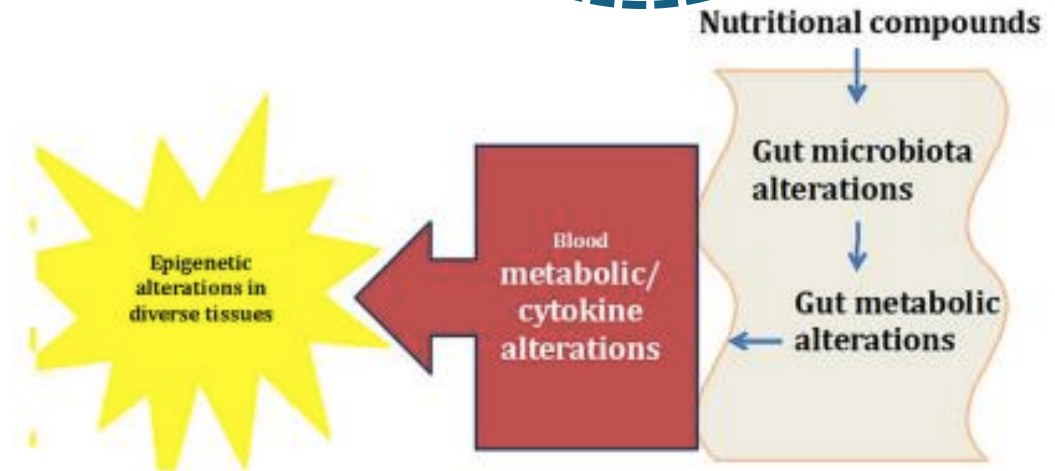
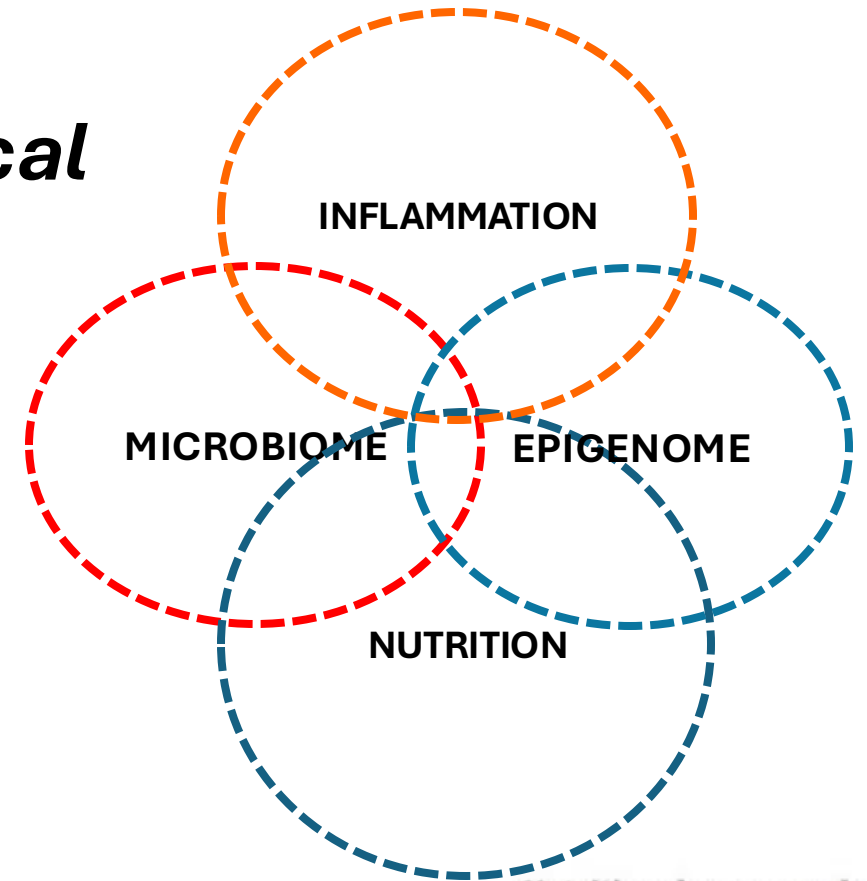
Microbiome, inflammation, epigenetic alterations, and mental diseases: a fatidical interplay

It was long believed that neonates are born with sterile gastrointestinal tract (GIT) and the first microbial flora that colonizes humans' GIT are those from maternal vaginal canal, skin and large intestine (Rook, Lowry, & Raison, 2014).

RECENT STUDIES SHOWED THAT HUMANS START TO ACQUIRE GUT BACTERIA WHILE THEY ARE IN UTERO

Like viruses, bacterial elements may pass through the maternal digestive tract or other internal mucosa to colonize the embryo's digestive tract.

THE ACQUISITION OF GI FLORA IS INFLUENCED BY **MATERNAL DIET** AND **LIFESTYLE** AND MAY BE LINKED TO DEVELOPMENTAL DISORDERS IN NEONATES



Maternal overnutrition and hedonic behaviors

Sarker et al. *Translational Psychiatry* (2018)8:195
DOI:10.1038/s41380-018-0241-2

Translational Psychiatry

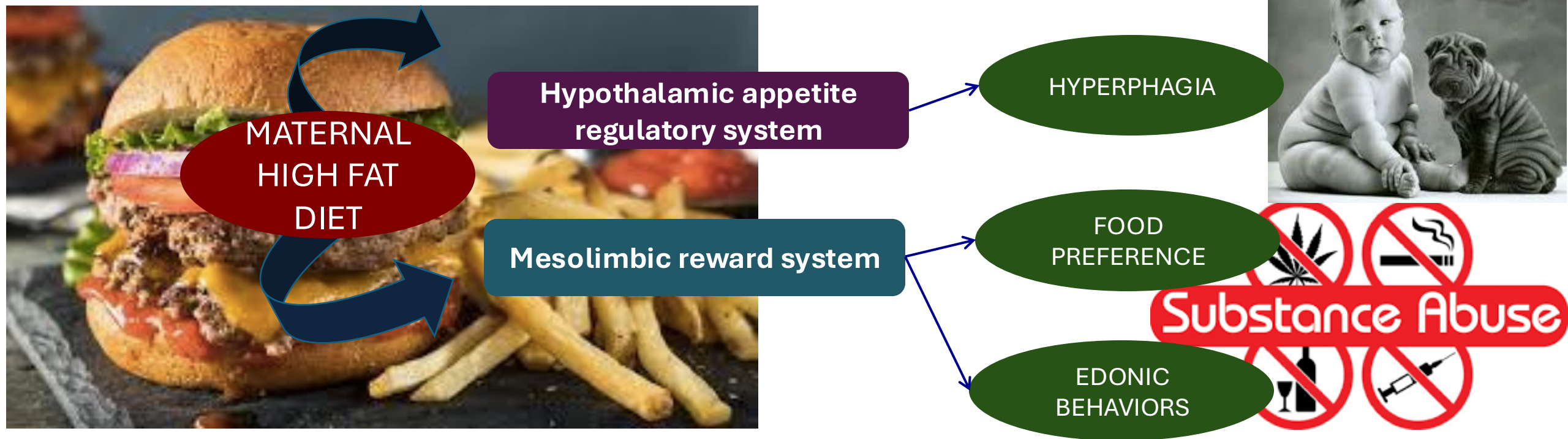
ARTICLE

Open Access

Transgenerational transmission of hedonic behaviors and metabolic phenotypes induced by maternal overnutrition

Gitalee Sarker¹, Rebecca Berrens², Judith von Arx¹, Pawel Pelczar³, Wolf Reik², Christian Wolfrum¹ and Daria Peleg-Raibstein¹

“These altered hedonic behaviors are associated with reduced striatal dopamine levels, suggesting that a **hypodopaminergic state of the mesolimbic reward system** may be responsible for the higher vulnerability to develop addictive-like behaviors and altered metabolic phenotypes in the offspring”



Verso un Approccio One Mental Health nella Sclerosi Multipla

Valutazione Olistica

Considerare non solo i sintomi fisici, ma anche il benessere psicologico e le risorse individuali.

1

2

Interventi Personalizzati

Sviluppare strategie di supporto che promuovano la regolazione emotiva, la resilienza e la crescita post-traumatica.

Miglioramento della Qualità di Vita

Obiettivo finale di ogni approccio terapeutico e di supporto nella Sclerosi Multipla.

3



Rischio di Ansia e Depressione nelle persone con Sclerosi Multipla

147 pazienti con diagnosi di Sclerosi Multipla, età media 44.32 anni
(DS: 11.9), 79% donne

Rischio di Ansia

- Minore affettività positiva e maggiore affettività negativa.
- Difficoltà nell'identificare e descrivere le emozioni (alessitimia).
- Prevalenza della soppressione espressiva sulla rivalutazione cognitiva
- **Livelli inferiori di Senso di Coerenza (SOC).**
- BMI più elevato
- Qualità di vita fisica e mentale peggiore.

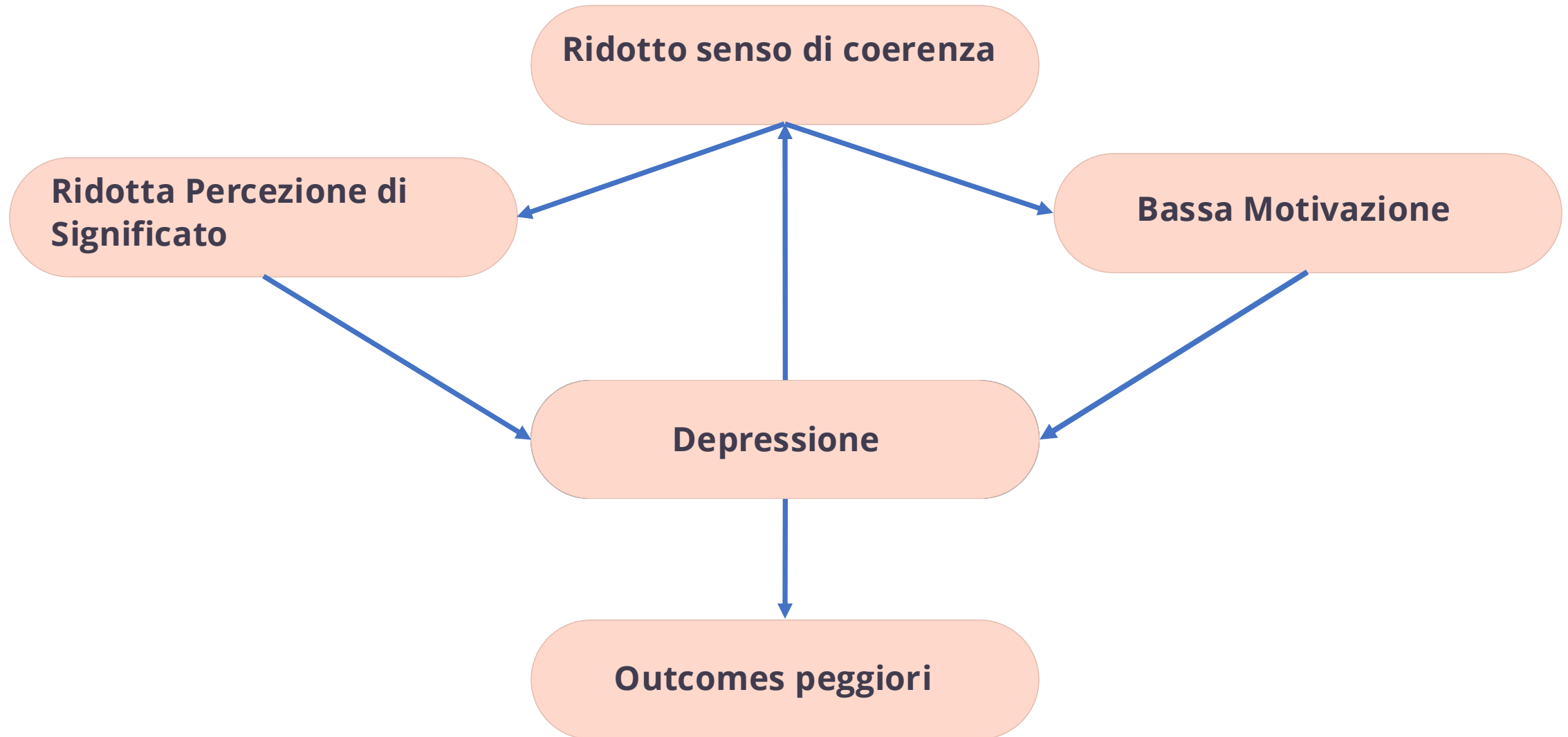
Rischio di Depressione

- Minore affettività positiva e maggiore affettività negativa.
- Marcate difficoltà alessitimiche (identificazione e descrizione emozioni).
- Minore utilizzo della rivalutazione cognitiva e maggiore soppressione espressiva.
- **Punteggi significativamente inferiori nel Senso di Coerenza (SOC).**
- Qualità di vita fisica e mentale più compromessa.

“The predicting role of alexithymia and sense of coherence on quality of life and post-traumatic growth in patients with multiple sclerosis”

Tor Vergata Study, in press

Depressione e Senso di Coerenza (SOC)



Mental health of adolescents



1 September 2025

Key facts

- Globally, one in seven 10-19-year-olds experiences a mental disorder, accounting for 15% of the global burden of disease in this age group.
- Depression, anxiety and behavioural disorders are among the leading causes of illness and disability among adolescents.
- Suicide is the third leading cause of death among those aged 15–29 years old.
- The consequences of failing to address adolescent mental health conditions extend to adulthood, impairing both physical and mental health and limiting opportunities to lead fulfilling lives as adults.

Il Disagio

Non coincide necessariamente con un disturbo mentale: può essere **transitorio** o legato a situazioni di stress, cambiamenti o difficoltà di adattamento.

Si manifesta come **sofferenza soggettiva**, senso di fatica nel fronteggiare le richieste della vita quotidiana e riduzione del benessere percepito

Questione giovanile: fattori di rischio



Figura 9. Prevalenza di disturbi mentali nei giovani in base alle fasce di età (% su totale)

Fonte: TEHA Group su dati OMS, 2025

Questione giovanile: fattori di rischio

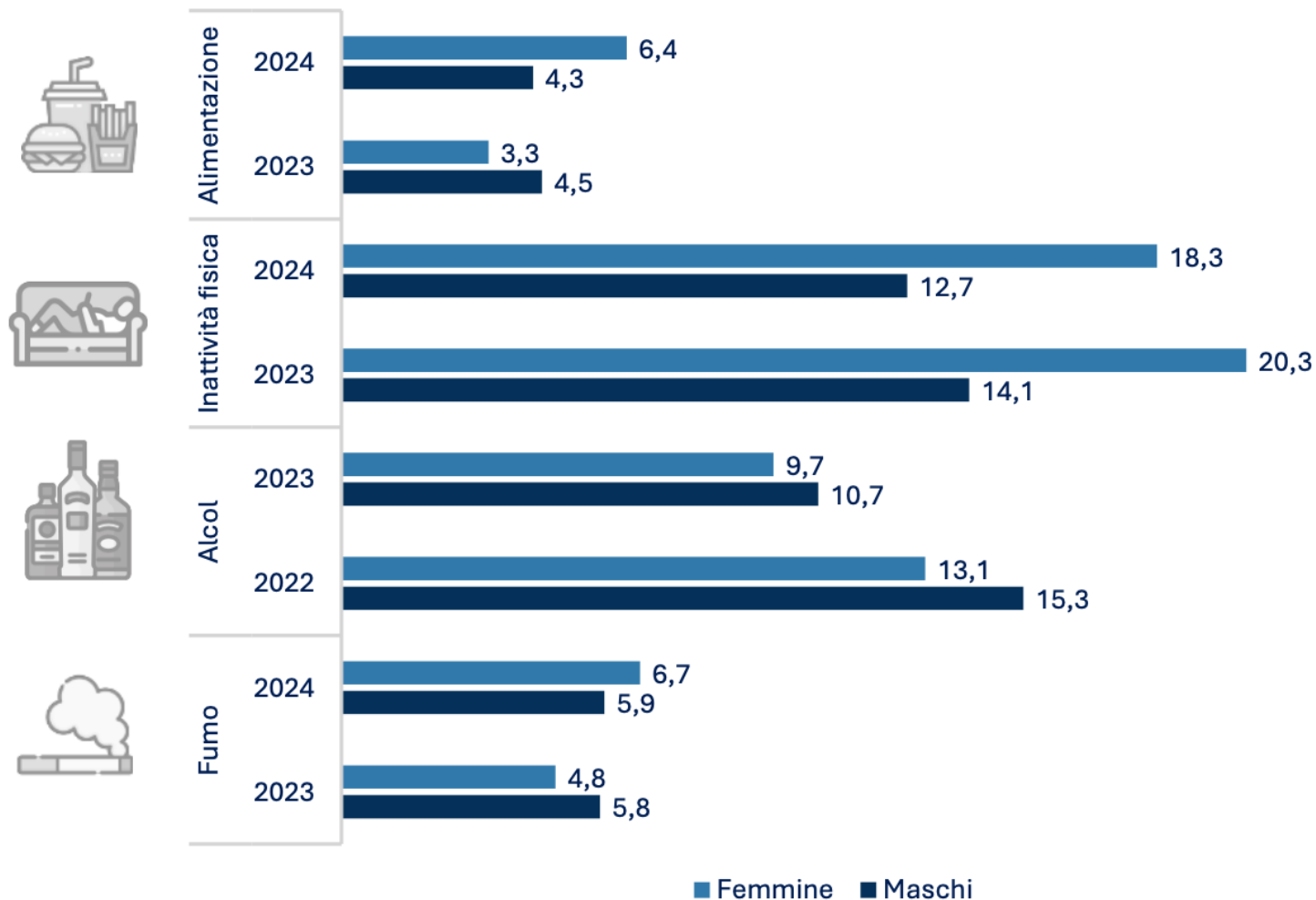


Figura 8. Fattori di rischio nella popolazione giovane tra gli 11 e i 14 anni (% su totale), 2023 e 2024

Fonte: TEHA su dati Istat, 2025

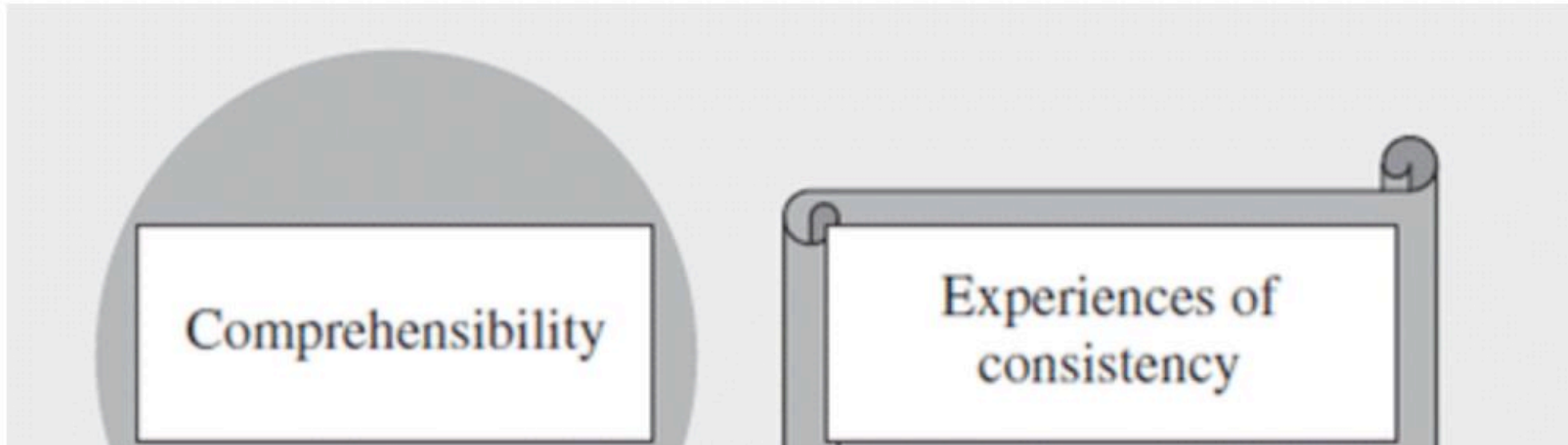
One Mental Health

La **salute mentale individuale** è intrecciata con il contesto **sociale, ambientale ed economico**.

La **Human Sustainability** si realizza pienamente solo quando integra i principi della One Mental Health, riconoscendo che il benessere psicologico delle persone è una risorsa collettiva indispensabile per costruire ambienti di vita e di lavoro sostenibili nel lungo periodo.

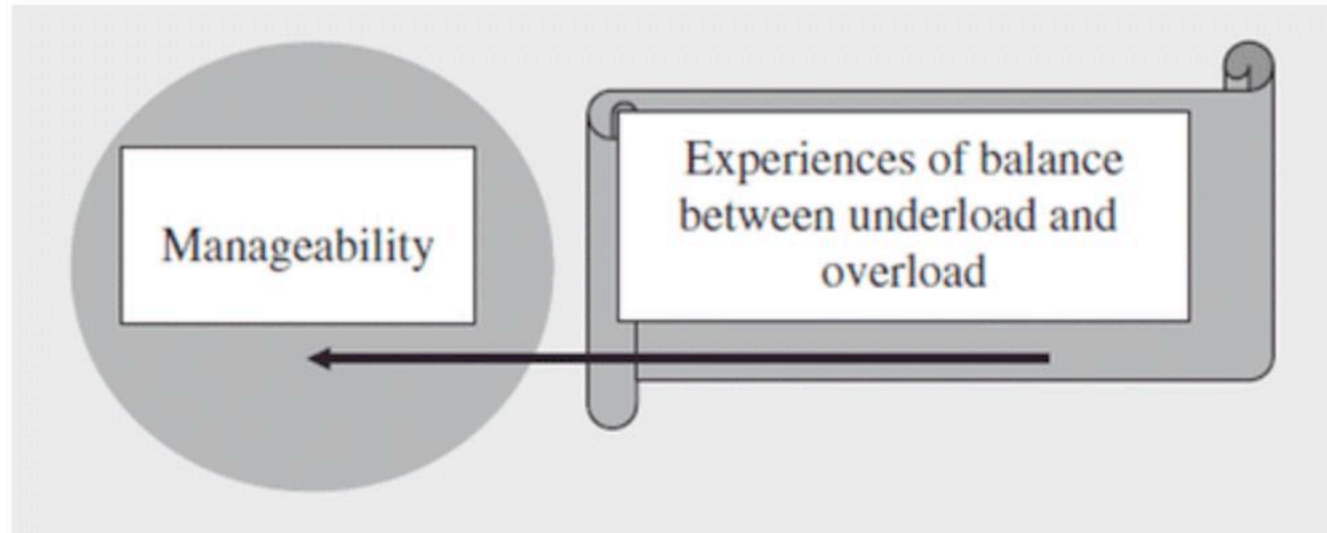


Figure 2. Comprehensibility (Krause & Lorenz, [2009](#)).



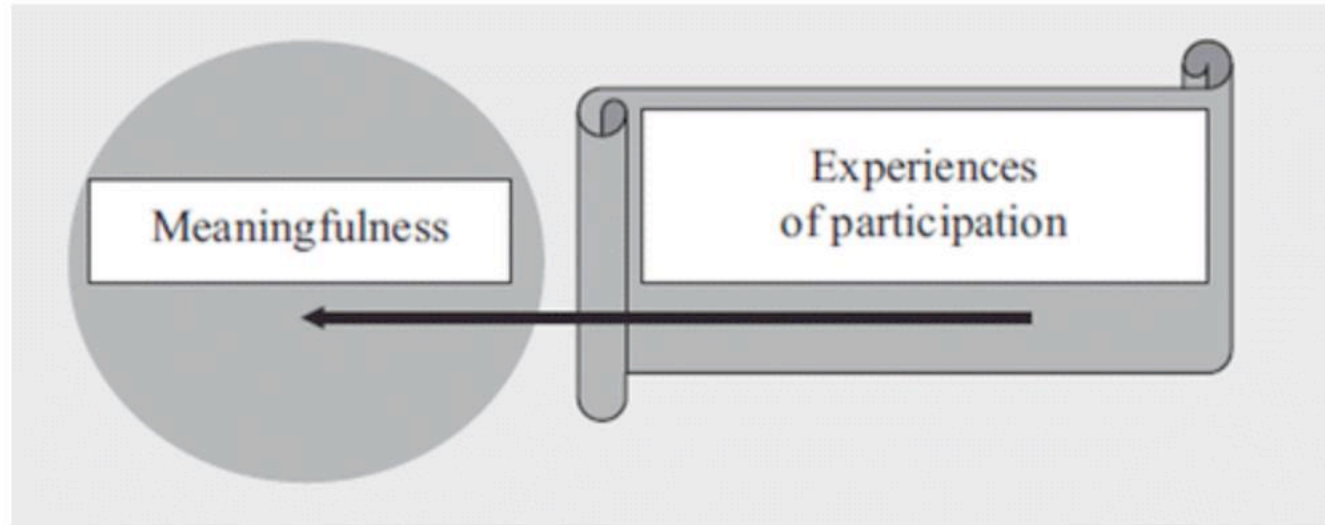
- Comprehensibility is the cognitive component and refers to the degree to which the individual sense that information that concerns themselves, the social environment, and the context is not only understandable but also ordered, structured, and consistent.

Figure 3. Manageability (Krause & Lorenz, [2009](#)).



- Manageability is defined as the belief that life challenges are manageable and within one's control, along with the perception of having the necessary resources and skills to address them

Figure 4. Meaningfulness (Krause & Lorenz, [2009](#)).



- Meaningfulness' *measures not just intelligibility* but also the robustness and amount of individual meaning-connections

What is salutogenesis?

The term Salutogenesis derives from the Latin word ‘salus’, meaning health, and the Greek word ‘genesis’, meaning origin, and it focuses on what makes, and keeps people healthy, rather than on what makes them ill.

It shifts the focus from illness to well-being, from peoples’ problems to their potential.

December 20, 2023

Population Salutogenesis—The Future of Psychiatry?

Jim van Os, PhD^{1,2}; Sinan Guloksuz, PhD^{3,4}

» [Author Affiliations](#)

JAMA Psychiatry. 2024;81(2):115-116. doi:10.1001/jamapsychiatry.2023.4582

Il Disagio

Non coincide necessariamente con un disturbo mentale: può essere **transitorio** o legato a situazioni di stress, cambiamenti o difficoltà di adattamento.

Si manifesta come **sofferenza soggettiva**, senso di fatica nel fronteggiare le richieste della vita quotidiana e riduzione del benessere percepito

December 20, 2023

Population Salutogenesis—The Future of Psychiatry?

Jim van Os, PhD^{1,2}; Sinan Guloksuz, PhD^{3,4}

» [Author Affiliations](#)

JAMA Psychiatry. 2024;81(2):115-116. doi:10.1001/jamapsychiatry.2023.4582

Psychiatric Salutogenesis

Public health salutogenesis emphasizes health promotion, risk reduction, and the enhancement of individual and community resilience, rather than just treating diseases after they manifest. At its heart lies the understanding of the complex socioenvironmental determinants of mental (ill) health. Initiatives like those in



**Complex socioenvironmental determinants of
mental health**

Complex socioenvironmental determinants of mental health

December 20, 2023

Population Salutogenesis—The Future of Psychiatry?

Jim van Os, PhD^{1,2}; Sinan Guloksuz, PhD^{3,4}

» [Author Affiliations](#)

JAMA Psychiatry. 2024;81(2):115-116. doi:10.1001/jamapsychiatry.2023.4582

Psychiatric Salutogenesis

Public health salutogenesis emphasizes health promotion, risk reduction, and the enhancement of individual and community resilience, rather than just treating diseases after they manifest. At its heart lies the understanding of the complex socioenvironmental determinants of mental (ill) health. Initiatives like those in

- Health promotion
- Risk reduction
- Enhancement of individual and community resilience

«RATHER THAN JUST TREATING DISEASE»

December 20, 2023

Population Salutogenesis—The Future of Psychiatry?

Jim van Os, PhD^{1,2}; Sinan Guloksuz, PhD^{3,4}

» [Author Affiliations](#)

JAMA Psychiatry. 2024;81(2):115-116. doi:10.1001/jamapsychiatry.2023.4582

- ✓ Escalating levels of loneliness
- ✓ Social disconnection

«Social bonds, embedded in our evolutionary biology, serve as protective buffers against stressors»

Alarming trends indicate that escalating levels of loneliness correlate with a surge in mental disorders, including depression, anxiety, substance misuse, and heightened suicidal ideation. The foundational role of social connection in the preservation and enhancement of mental well-being has been consistently underscored in a plethora of scientific literature.⁴ Social bonds, embedded in our evolutionary biology, serve as protective buffers against stressors, contribute to cognitive vitality, and foster emotional resilience. Paradoxically, despite the rapid advancements in technology designed to foster connection, an epidemic of loneliness is apparent.

The prevalent use of social media, embraced by nearly three-quarters of US adults,⁵ offers both benefits and challenges. Notably, while social media platforms enable connections, they have also been linked with increased self-reported depressive symptoms. Research suggests that excessive social media use is associated with heightened rates of depression, anxiety, and psychological distress, particularly among younger individuals.⁶

08/10/2025



Salute mentale: cresce lo stigma, i social alimentano l'insicurezza dei giovani

Stigma: percezioni più dure verso il disagio mentale.

Cresce l'idea che chi soffre di disturbi mentali sia pericoloso:

- Per sé stesso: dal 65% al 72%
- Per gli altri: dal 48% al 55%
- Aumenta la percezione di aggressività (dal 55% al 63%) e di scarsa affidabilità (dal 49% al 55%).

Luci e ombre nella disponibilità a parlarne

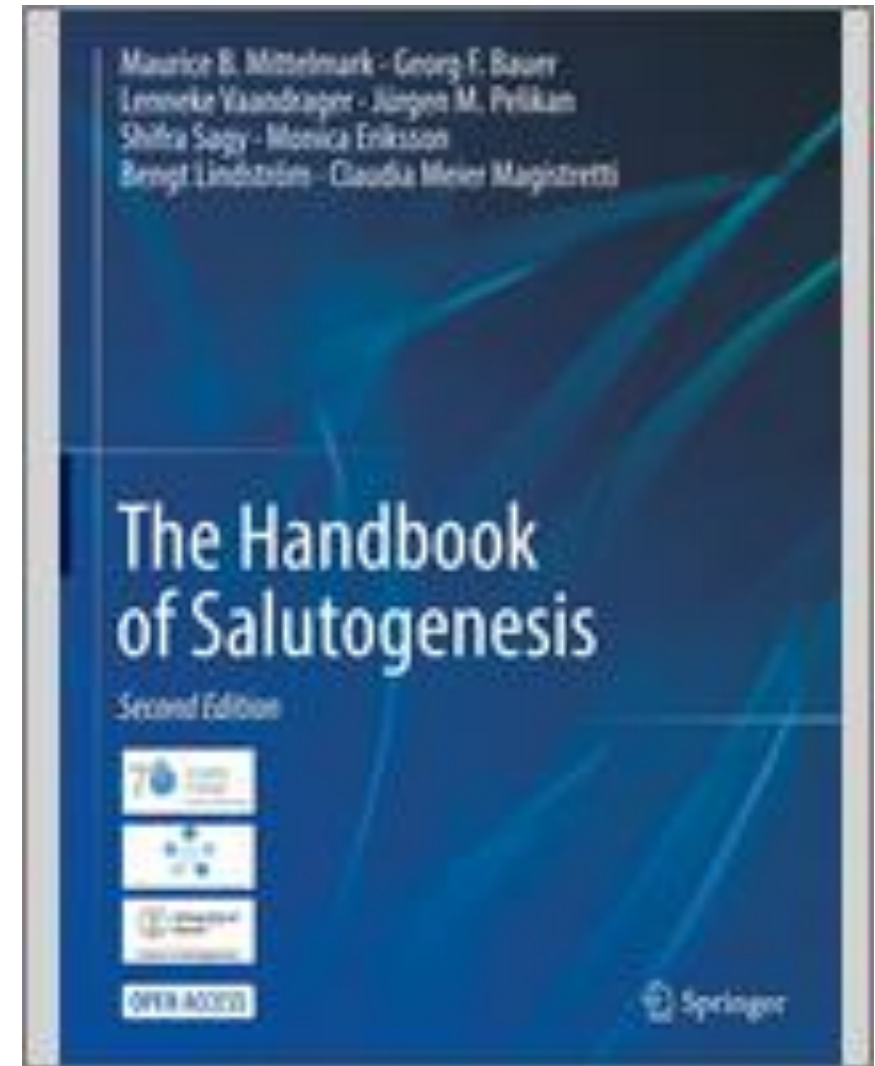
- Cala chi non parlerebbe del proprio disagio con nessuno (dall'8% al 2%).
- Tuttavia, diminuisce la fiducia nella curabilità dei disturbi mentali (dal 66% al 60%).
- Il 36% proverebbe vergogna ad ammettere un problema psichico.

Giovani percepiti come più vulnerabili

- Il 47% degli intervistati ritiene che i 14-24enni siano oggi la fascia più a rischio psicologico (vs 39% nel 2022).

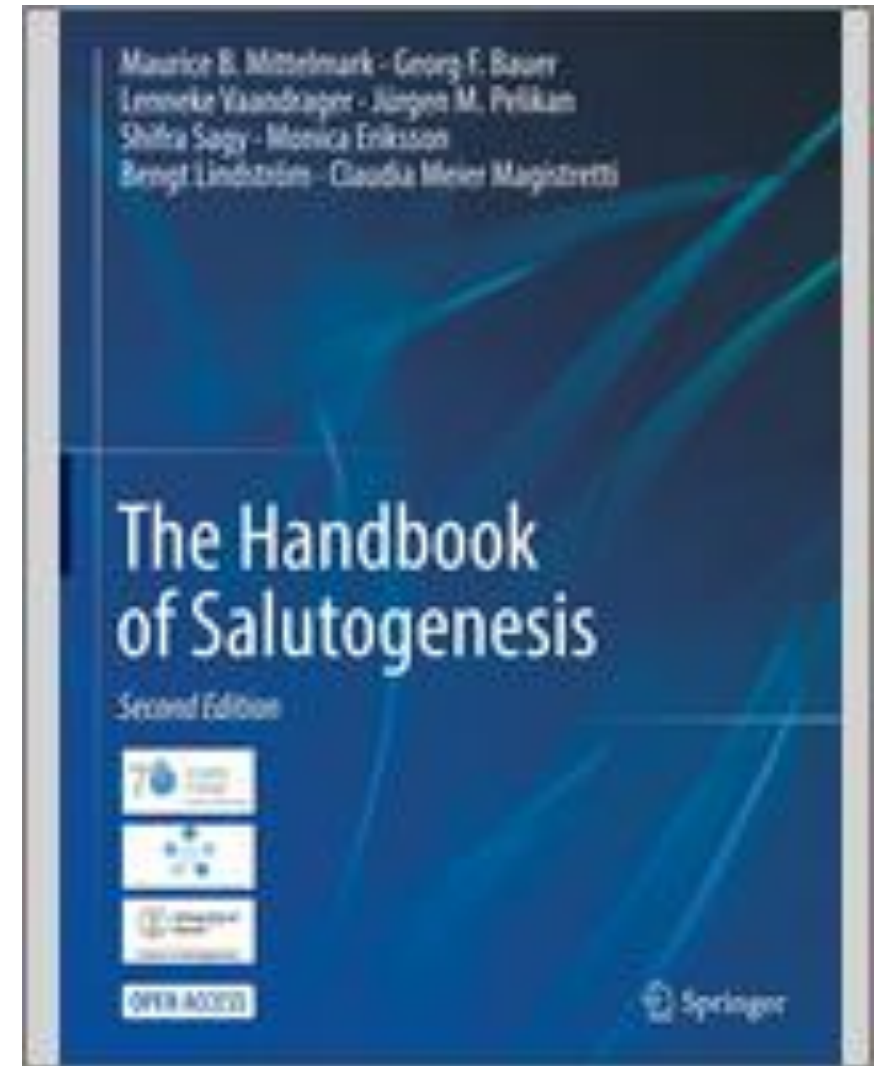
Salutogenesis as the Sense of Coherence

Moving to the issue of *processes linking the sense of coherence and health*, the salutogenic model posits that the sense of coherence helps a person mobilise «resistance resources» in the face of psychosocial and physical stressors.



Salutogenesis as the Sense of Coherence

- The sense of coherence is postulated as an orientation towards the appraisal of stimuli.
- The *sense of coherence*, specifically defined as: «a global orientation that expresses the extent to which one has a pervasive, enduring though dynamic feeling of confidence that one's internal and external environments are predictable and that there is a high probability that things will work out as well as can reasonably be expected».

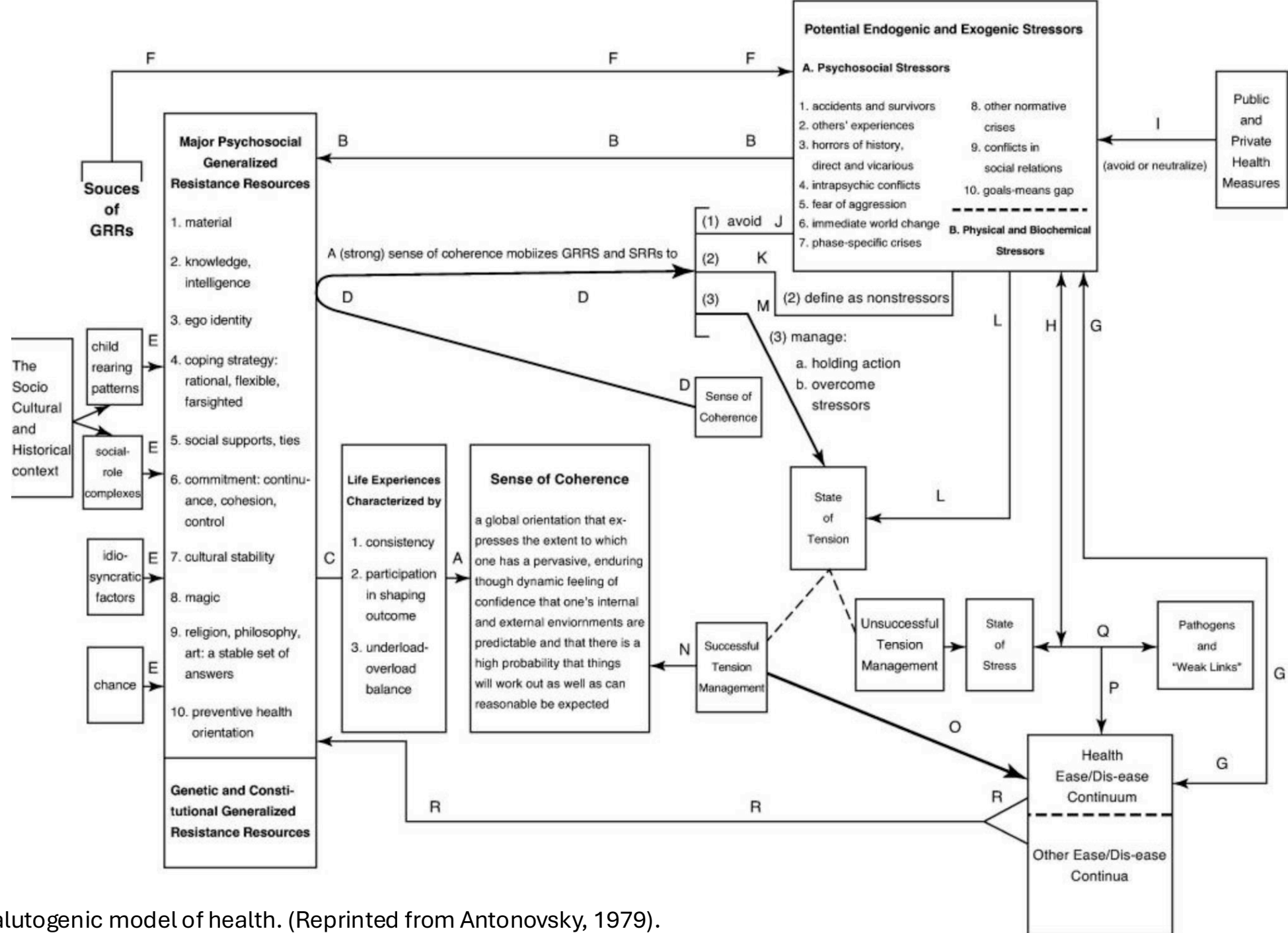


Sense Of Coherence and COVID

- SOC is conceptualized as a trait and encapsulates a person's enduring confidence in the comprehensibility, manageability, and meaningfulness of life events and challenges. Comprehensibility refers to the belief that events in one's life are predictable and explicable.
- Higher levels of fear of COVID-19 could potentially lead to higher levels of perceived stress and that SOC would mediate the impact of fear of COVID-19 and perceived stress on the dimensions of PTSD.



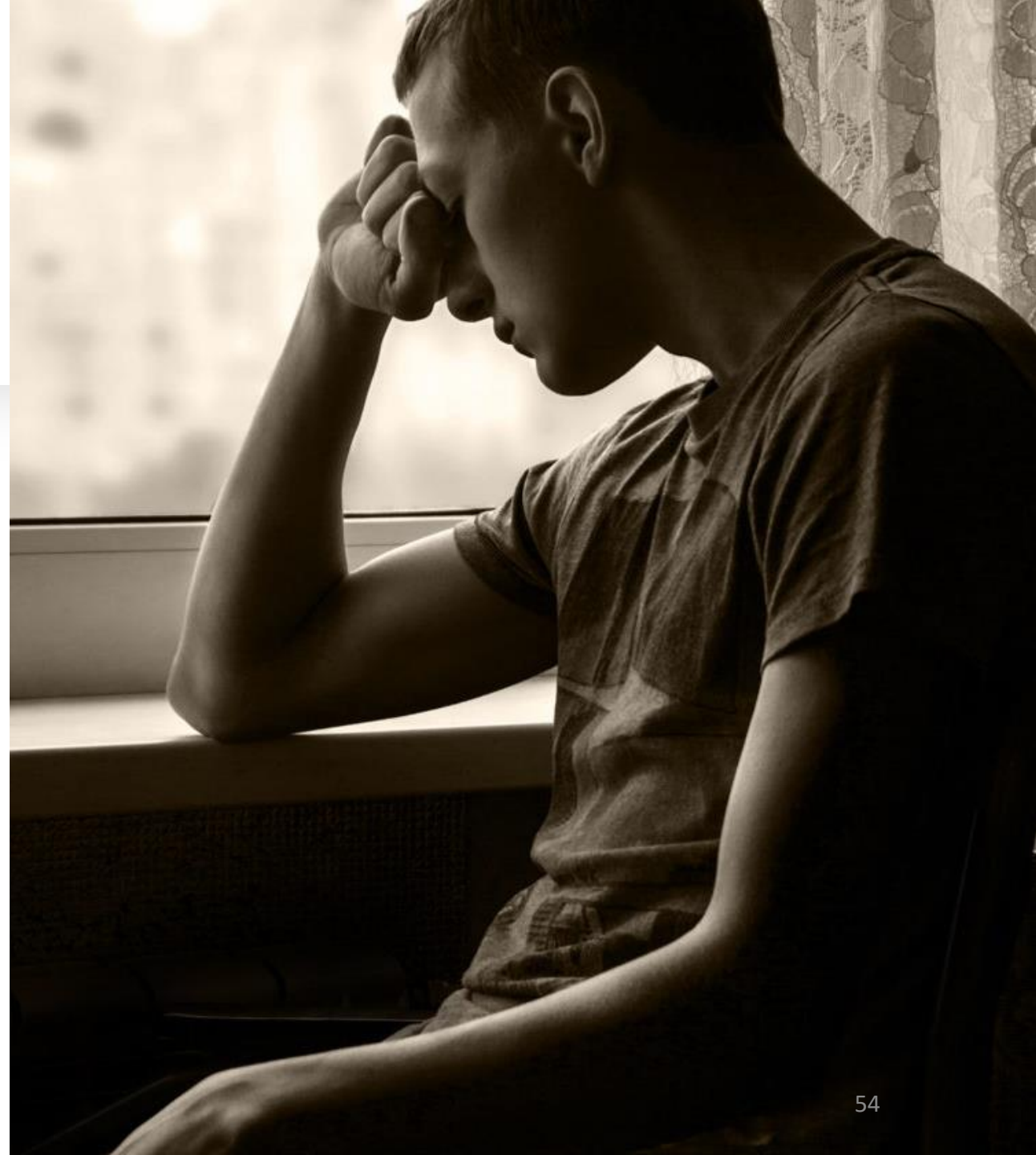
Padmanabhanunni A, Pretorius TB. Fear of COVID-19, Perceived Stress, and PTSD: The Serial Mediating Role of Sense of Coherence. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*. 2023; 13(11):2399-2409.



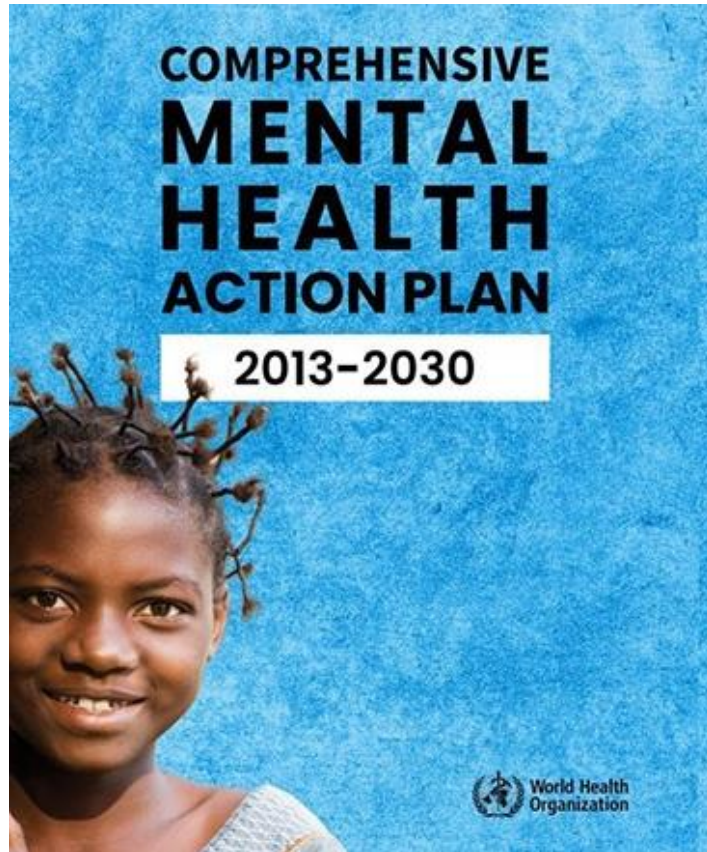
The salutogenic model of health. (Reprinted from Antonovsky, 1979).

Il Disagio

- Il termine *disagio* deriva dal latino: “**dis-adiacere**”, cioè “essere lontano da un luogo adeguato”; “Non sentirsi a proprio agio”.
- Il disagio psicologico indica uno **stato di malessere interno** che può riguardare emozioni, pensieri, comportamenti o relazioni.



Approccio Globale alla salute mentale



“Il diritto alla salute mentale riguarda tutti gli individui, di ogni genere, età, etnia, religione, ceto sociale, provenienza geografica, vivano essi in condizioni di piena libertà sociale o sottoposti a misure detentive e/o restrittive”



- *“riconosce la validità del modello bio-psico-sociale integrato con i determinanti ambientali e sociali nell’ottica della One Health,*
- *invita gli stati membri a dare priorità alle politiche di sostegno alla salute mentale, implementando il personale, le risorse, i progetti di formazione e la cultura sulla salute mentale.”*



Questione giovanile: disagio e disturbo

l'area del **disagio** è collegata a diverse problematiche, quali

- difficoltà di ambiente sociale svantaggiato (*environment mastery*)
- difficoltà relazionali e familiari (autonomia e relazioni positive con gli altri)
- crisi psicologiche individuali (accettazione di sé e crescita personale)
- fattori traumatici di vita (bullismo, adattamento e resilienza).

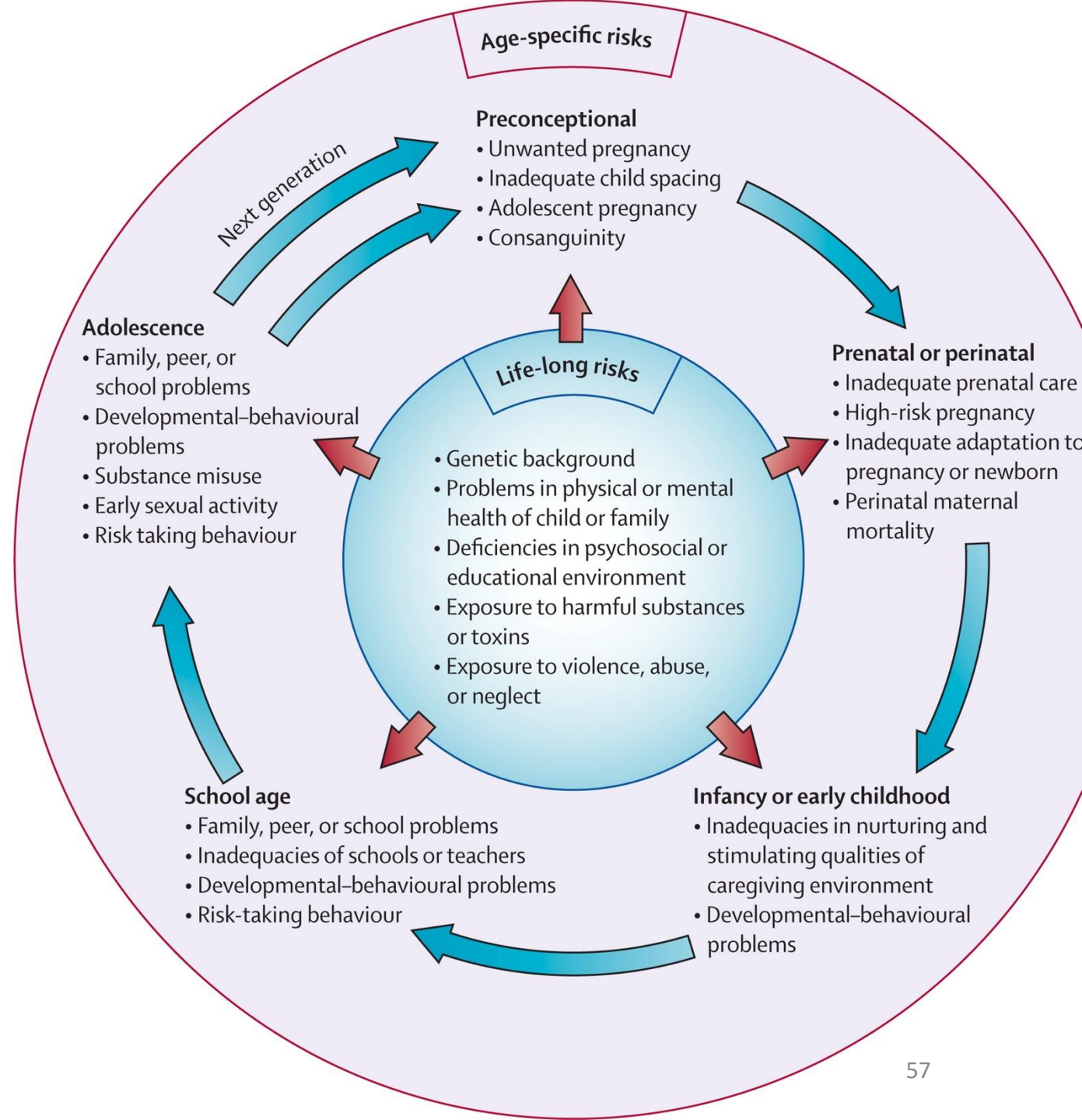


Disturbo psichiatrico conclamato



Recenti studi dimostrano come i pilastri della salute mentale e del “global wellbeing” si riferiscono a un insieme di caratteristiche della mental health che, a loro volta, sono costituite da funzioni psichiche capaci di promuovere uno stato psicologico e di One Health positivo: emotional, cognitive, spiritual, social, physical.

Social determinants of mental health in adolescence



- **Child and adolescent mental health worldwide: evidence for action.** Kieling, Christian et al. *the Lancet*, Volume 378, Issue 9801, 1515 - 1525

Disagio Psicologico nelle fasce più giovani

- Negli adolescenti e nei giovani adulti il disagio può emergere in forme **meno riconoscibili**, spesso **non verbalizzate**.
- Segnali frequenti:
 - Ansia, irritabilità, oscillazioni dell'umore
 - Ritiro sociale e isolamento
 - Calo del rendimento scolastico/universitario
 - Difficoltà nel gestire emozioni intense
 - Somatizzazioni (mal di testa, disturbi del sonno, tensioni corporee)

- A incidere sono spesso fattori come:

1. **Pressione scolastica/accademica**
2. Confronto sociale (soprattutto tramite social media)
3. Incertezza sul future
4. Cambiamenti identitari.



- L'adolescenza (10–19 anni) è una fase critica per l'insorgenza dei disturbi psichiatrici.

- Circa il **50%** dei disturbi mentali dell'adulto esordisce **entro i 14 anni**.

- Principali disturbi: ansia, depressione, disturbi alimentari, ADHD, disturbi del neurosviluppo, comportamenti autolesivi.

DATI ITALIANI

Fonti: OMS (2023); Ministero della Salute (2023)

Salute mentale in infanzia e adolescenza


- La ricerca scientifica internazionale ha dimostrato che la maggior parte delle patologie psichiatriche, neurologiche e neuropsicologiche hanno il loro esordio in infanzia e adolescenza.
- Il termine neurosviluppo indica il complesso processo di maturazione e strutturazione delle vie e dei circuiti del sistema nervoso centrale che inizia dal concepimento per arrivare fino alla giovane età adulta, in un intreccio continuo tra fattori di rischio e protettivi di natura genetica, epigenetica, neurobiologica e ambientale.

Salute mentale in adolescenza

Gli interventi devono essere:

- Articolati in base ai punti di forza dei singoli utenti
- Condivisi attivamente con le famiglie
- Orientati a sostenere e/o abilitare non solo la persona ma anche i suoi contesti di vita più significativi (famiglia, scuola, ambiti di socializzazione, lavoro, ecc.)
- Fondamentale è una **verifica sistematica degli “outcome”**, sia specifica che globale.





Transizione dall'infanzia all'adolescenza all'età adulta

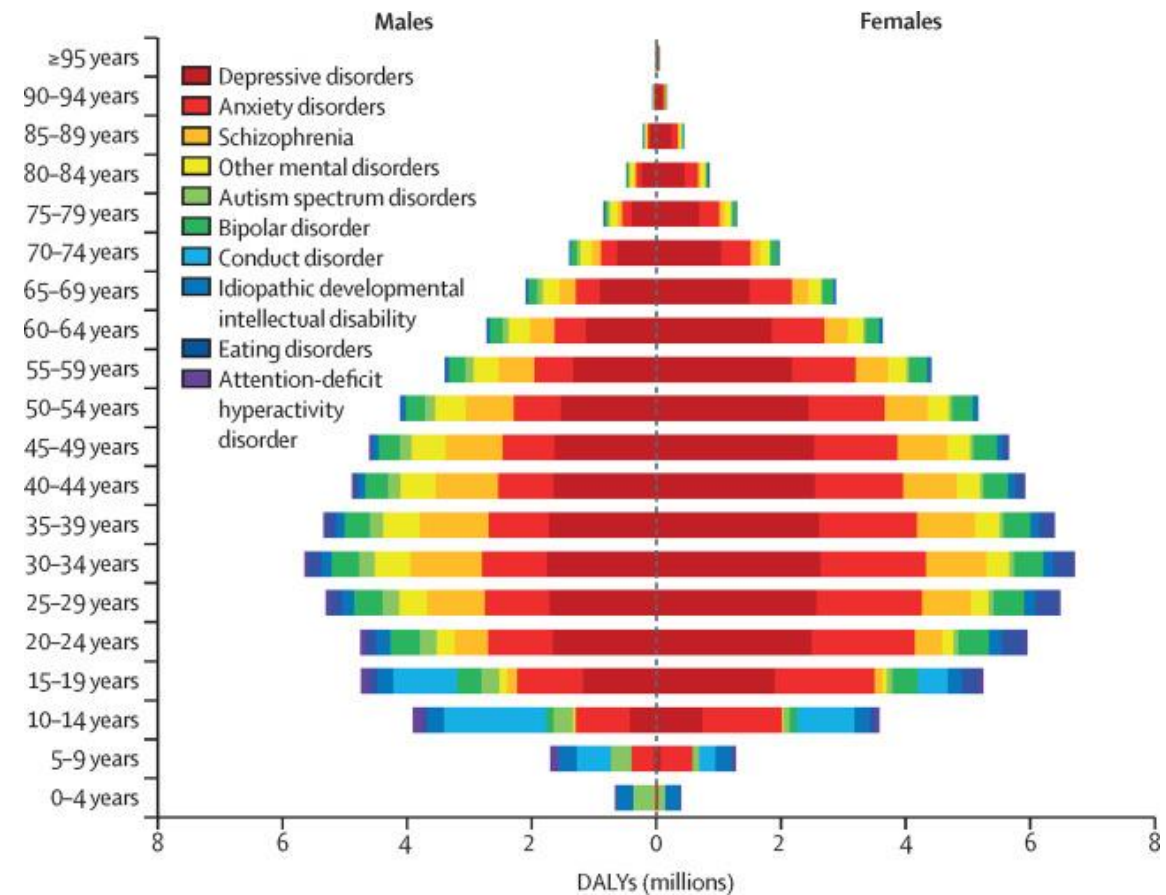
- La transizione dall'infanzia e adolescenza all'età adulta rappresenta una fase del ciclo della vita particolarmente complessa
- È necessario sviluppare ricerche e modelli di intervento realmente terapeutici attraverso:
 1. Organizzazione dei processi di assistenza
 2. Verifica degli *outcomes* e degli effetti delle soluzioni di cura messe in atto.
- I determinanti psicosociali e gli stili di vita svolgono un ruolo centrale nell'insorgenza, nel mantenimento, ma anche nel miglioramento dei disturbi dell'infanzia e adolescenza e della fase di transizione.

Dati generali

- I dati nazionali e internazionali degli ultimi dieci anni documentano:
 - **Un aumento significativo di incidenza e prevalenza di tutti i disturbi psicopatologici dell'età evolutiva**, in particolare negli ultimi 3 anni (epoca post pandemica)
 - **Un significativo anticipo dell'età di insorgenza dei disturbi mentali gravi**
 - **Un aumento della loro complessità**, con notevole sovraccarico assistenziale per le strutture ospedaliere e territoriali.

Epidemiologia, costi e impatto sociale delle patologie psichiatriche

- Le patologie mentali sono la causa del 14.4% della disabilità al Mondo
- A seguito della pandemia da COVID-19, l'incidenza di depressione e ansia è aumentata: stime iniziali mostrano un aumento del 26% e del 28%
- 58 milioni di bambini e adolescenti sono affetti da disturbi d'ansia
- 23 milioni soffrono di depressione
- Il 75% dei disturbi dello spettro psicotico ha il suo picco di incidenza tra i 13 anni e i 25 anni



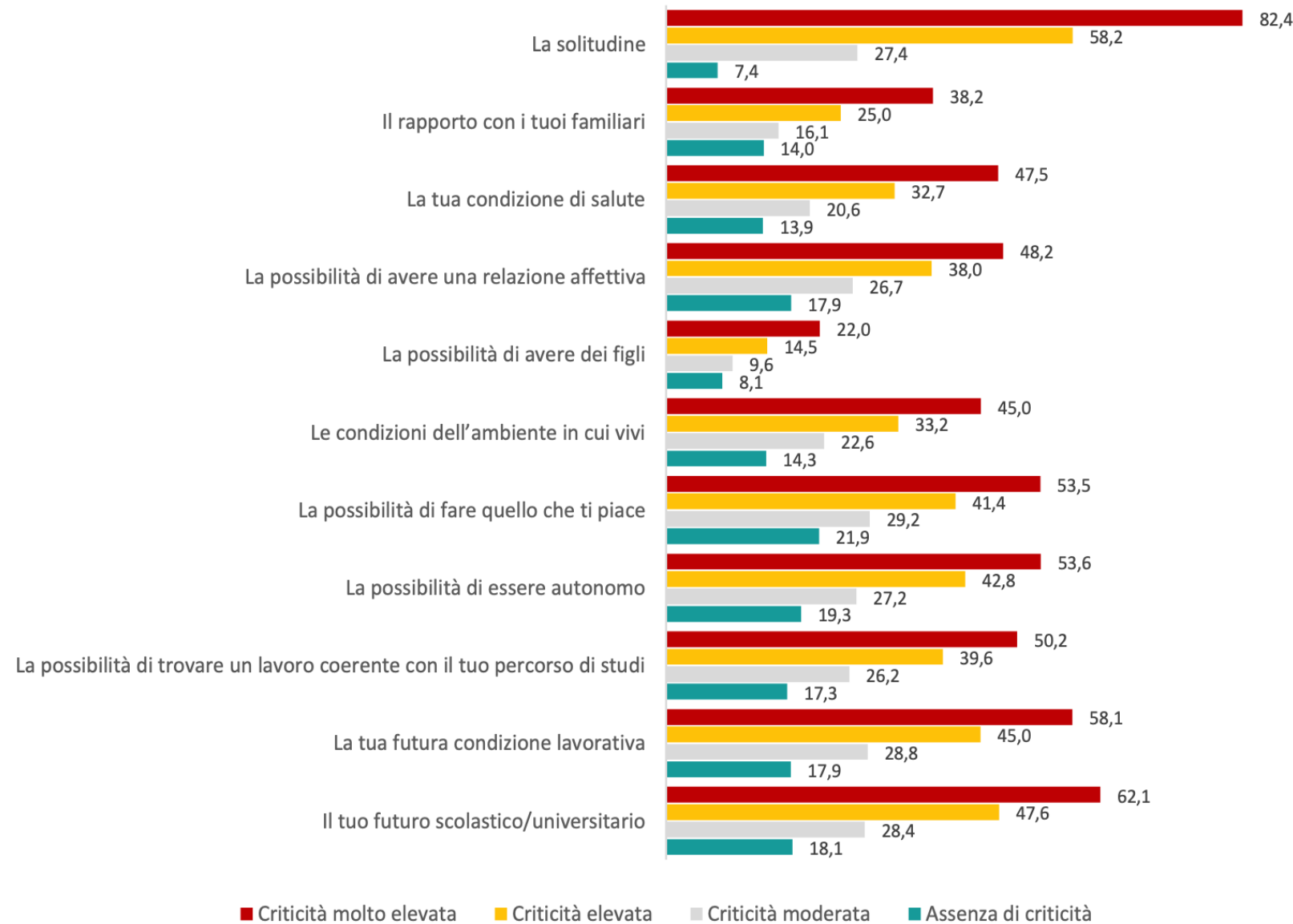
La Diffusione del malessere psicologico

Il livello di Istruzione è una determinante psicosociale

Il 60% delle richieste del bonus psicologico in Italia è stato effettuato da cittadini sotto i 35 anni

Preoccupazioni Vissute

Quota di studenti scuole superiori e Universitari che ha vissuto un aumento delle preoccupazione sui differenti temi (incidenza %):



Fonte: Elaborazioni Ires Emilia-Romagna.

Prevalenza in Italia

Ministero della Salute / SINPIA: 12–20% di bambini e adolescenti con disturbi psichiatrici o neuropsichiatrici.

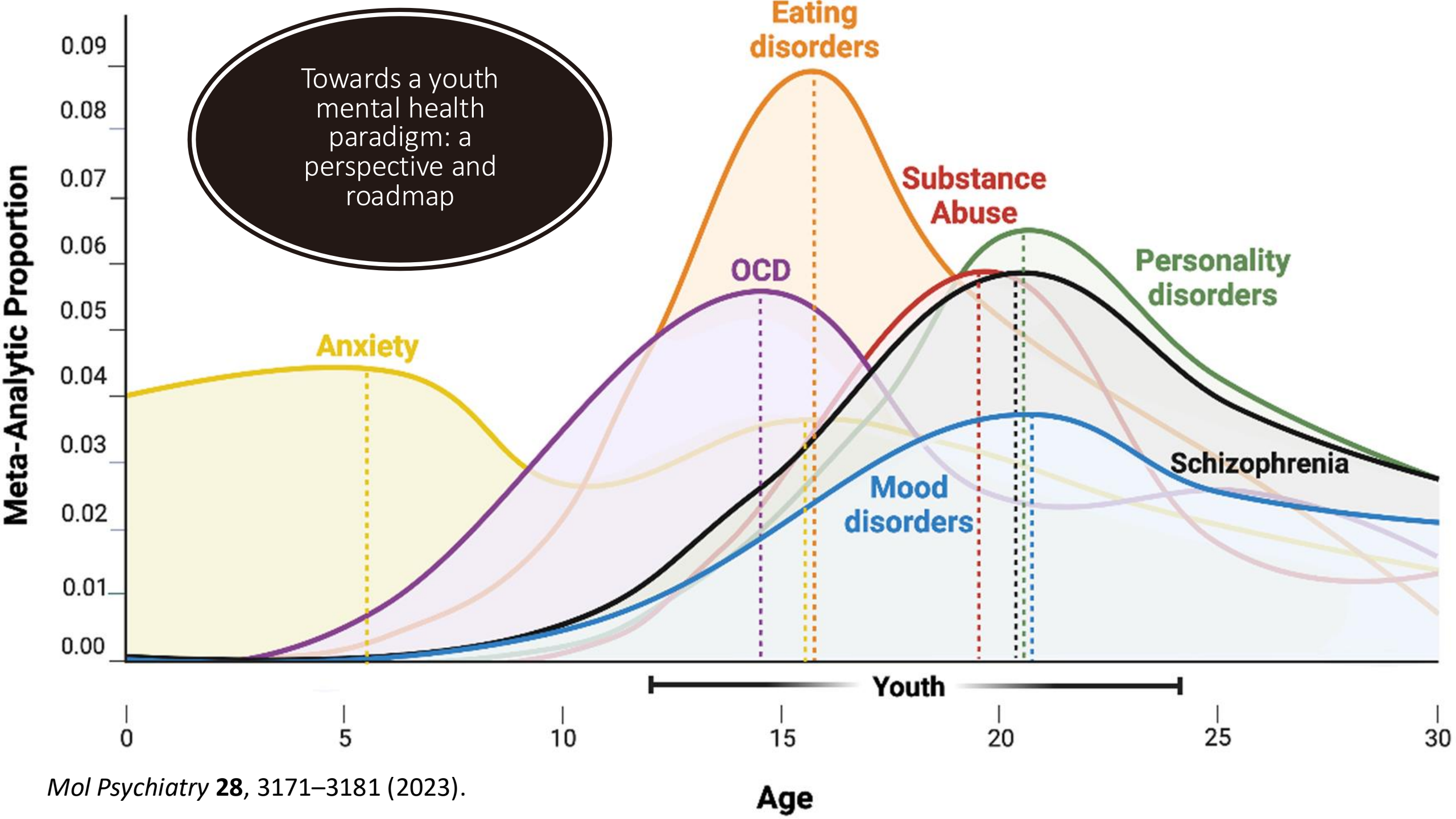
Progetto PrISMA (ISS): 8,2% dei ragazzi 10–14 anni con disturbi emotivi o comportamentali.

UNICEF (2019): 16,6% dei 10–19enni italiani con problemi di salute mentale.

+7% annuo richieste ai servizi di neuropsichiatria infantile (SINPIA, SIP).

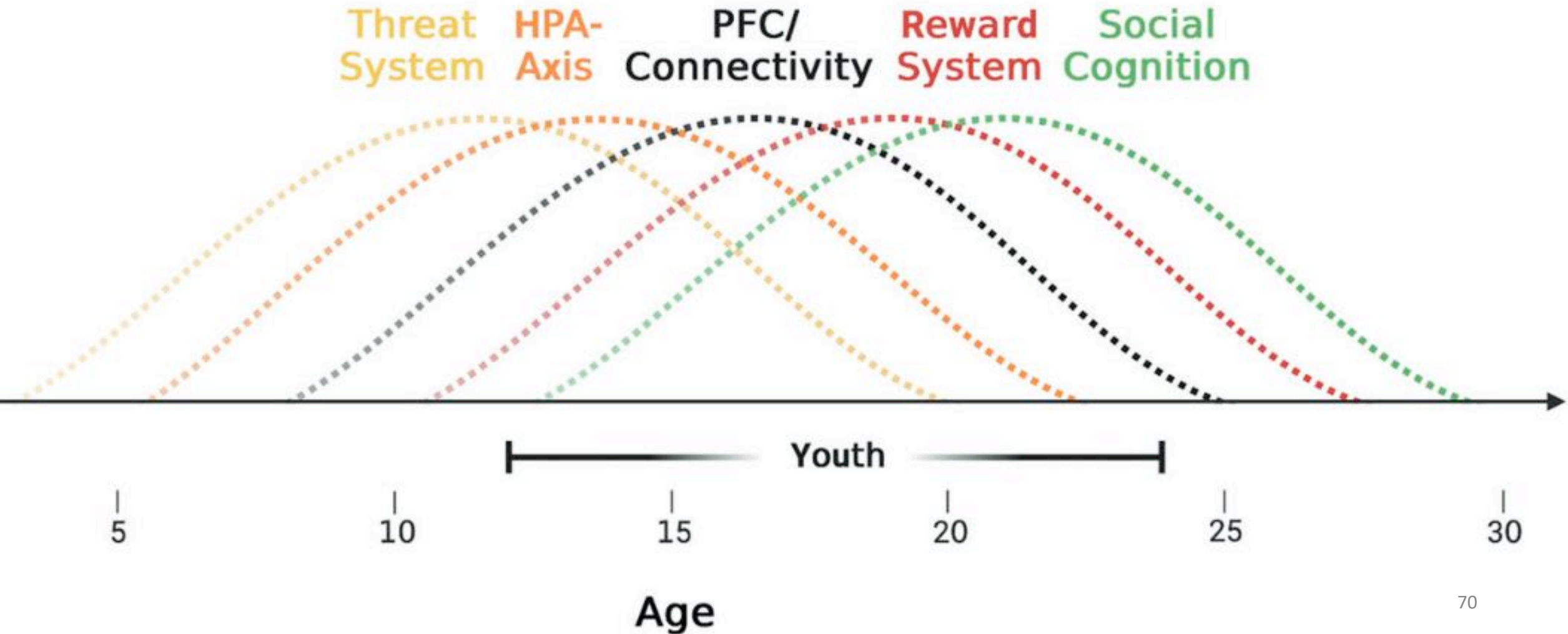
+21% accessi in pronto soccorso e +28% ricoveri per adolescenti.

COVID-19: incremento di ansia, depressione e disturbi del comportamento alimentare.



Overview of sensitive periods during brain development:

P.J. Uhlhaas et al.

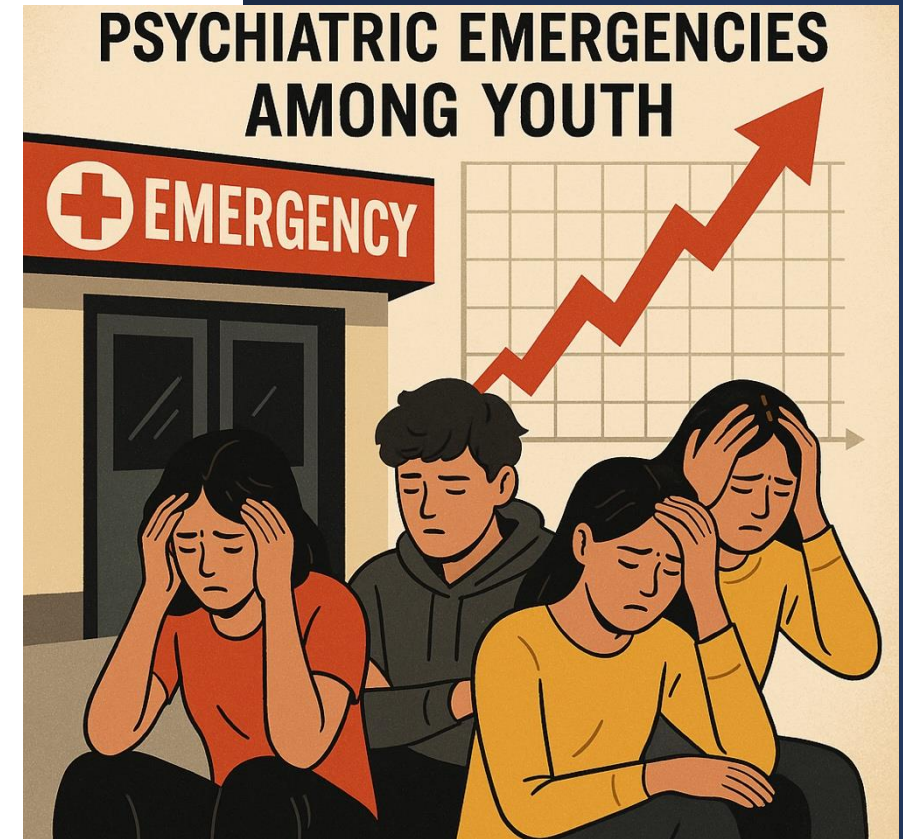




CRITICITA'

- Servizi di neuropsichiatria infantile spesso sotto-dimensionati.
 - Disomogeneità territoriale nella copertura e negli organici.
 - Mancanza di un sistema nazionale di monitoraggio epidemiologico.
 - Necessità di potenziare prevenzione, diagnosi precoce e collaborazione scuola-sanità.
-
- **Fonti:** Ministero della Salute (2023); SINPIA (2022)

- Tra il 2011 e il 2021: incremento di circa 20 volte dell'accesso ai servizi di urgenza di terzo livello per ideazione suicidaria, condotte autolesive e tentativi di suicidio.
- Tra il 2016 e il 2022 in Lombardia: aumento del 61% degli accessi in Pronto Soccorso di minorenni con codici triage rossi e gialli per un qualsiasi disturbo psichiatrico.
- Questa pressione ha ulteriormente evidenziato la situazione gravemente carente e le difficoltà nella continuità degli interventi terapeutici nella transizione verso la giovane età adulta.



Aumento dei comportamenti ad elevata criticità

- **Disturbi alimentari**
- **Autolesionismo**
- **Uso e abuso di sostanze stupefacenti**
- **Abuso di alcol**

**Risky
Behavior**

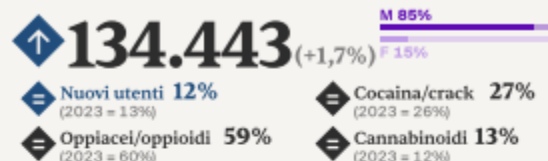


Presidenza del Consiglio dei Ministri
Dipartimento della politica contro
la droga e le altre dipendenze

2025

Relazione annuale al Parlamento sul fenomeno delle tossicodipendenze in Italia

Utenza nei SerD



Fonte: Ministero della Salute

Utenza in Comunità



Fonte: Ministero dell'Interno

Utenza in carcere



Il dato non è confrontato con l'anno precedente a causa della variazione nel numero e nella tipologia di servizi rispondenti
Fonte: Gruppo Tecnico Interregionale Dipendenze

Misure alternative al carcere per tossicodipendenti



Fonte: Ministero della Giustizia

Accessi al Pronto Soccorso



Fonte: Ministero della Salute

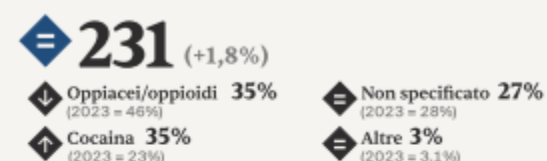
Ricoveri (anno 2023)



Fonte: Ministero della Salute

I simboli (↑, ↓, ⇒) riguardano l'andamento rispetto all'anno precedente

Decessi



Fonte: Ministero dell'Interno

HIV e AIDS in IDU (anno 2023)



51% di diagnosi tardive AIDS nel biennio 2022-2023

Fonte: ISS

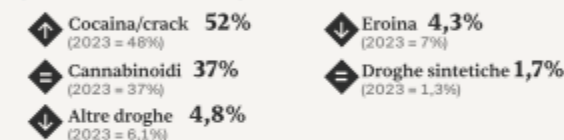
Attività illecite DPR n. 309/1990



Il dato non è confrontabile con l'anno precedente perché soggetto a continuo aggiornamento
Fonte: Ministero dell'Interno



(67 % in stato d'arresto)



Fonte: Ministero dell'Interno



⇒ **34%** della popolazione carceraria
(2023 = 34%)

Il confronto con l'anno precedente riguarda la quota di detenuti per reati droga-correlati sul totale della popolazione carceraria
Fonte: Ministero della Giustizia

Studenti che hanno consumato almeno una sostanza illecita

37% almeno una volta nella vita

25% almeno una volta nell'ultimo anno

15% almeno una volta nell'ultimo mese

4,1% uso frequente*

una volta nella vita

40%

una volta nell'ultimo anno

una volta nell'ultimo mese

uso frequente*

2018

2024

2018

2024

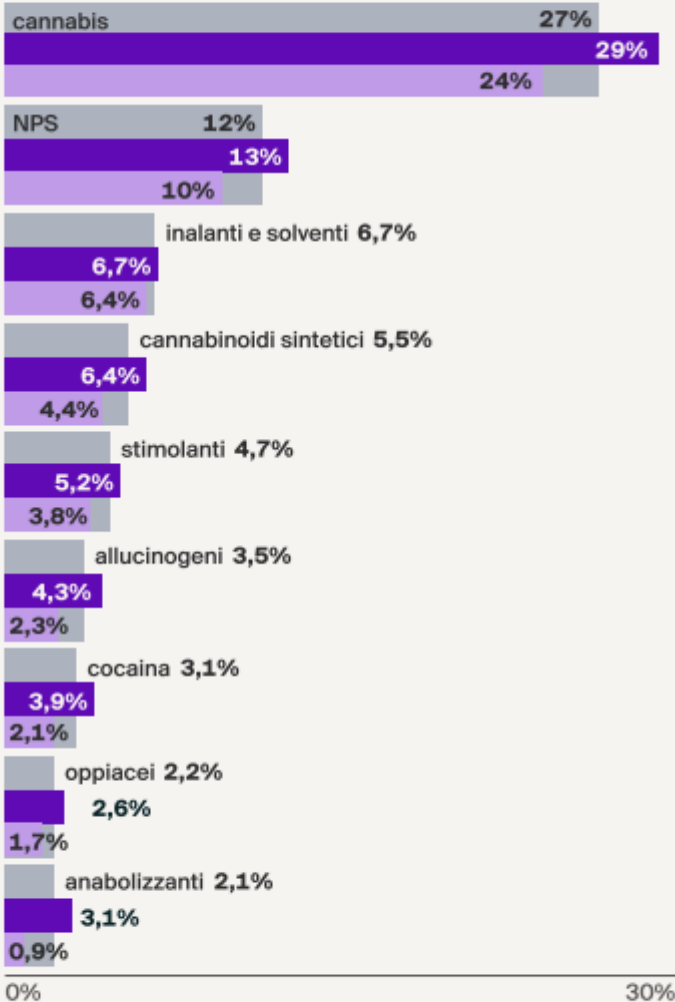
2018

2024

2018

2024

Sostanze utilizzate dagli studenti nella vita
totali , M e F

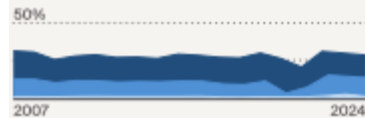


* Per "uso frequente" si intende aver utilizzato 20 o più volte cannabis e/o 10 o più volte altre sostanze illegali nell'ultimo mese
Per motivi di arrotondamento, la somma dei valori percentuali potrebbe oscillare tra 99,1% e 100,9%
Fonte: Studio ESPAD@Italia, Consiglio Nazionale delle Ricerche - Istituto di Fisiologia Clinica

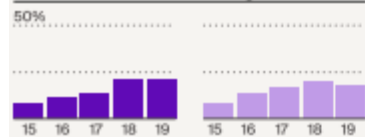
Sostanze psicoattive legali

Alcol - ubriacature

Studenti che si sono ubriacati



Uso nel mese, distribuzione per età M e F

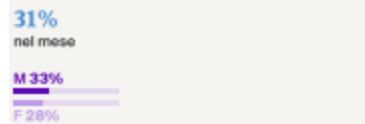


Età della prima ubriacatura

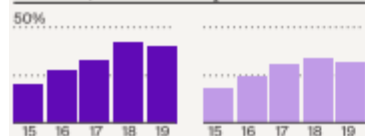


Alcol - binge drinking

Studenti che lo hanno praticato

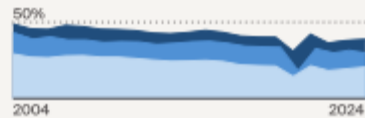


Nel mese, distribuzione per età M e F

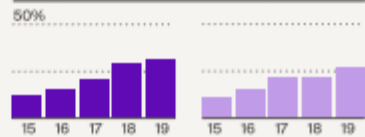


Tabacco

Studenti che ne hanno fatto uso



Uso quotidiano, distribuzione per età M e F

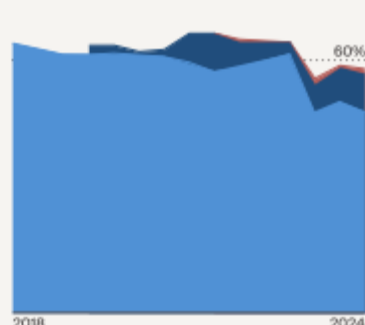


Età di primo utilizzo quotidiano



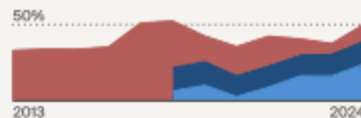
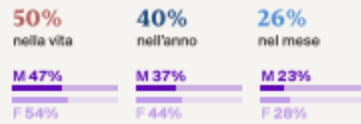
Prodotti a base di nicotina

Studenti che ne hanno fatto uso nella vita

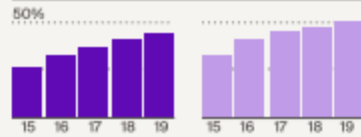


Sigarette elettroniche

Studenti che ne hanno fatto uso

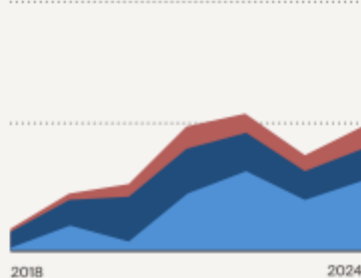
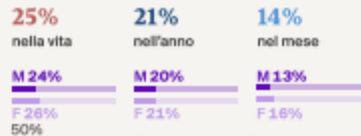


Uso nell'anno, distribuzione per età M e F

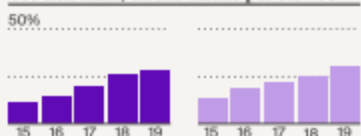


Sigarette senza combustione

Studenti che ne hanno fatto uso



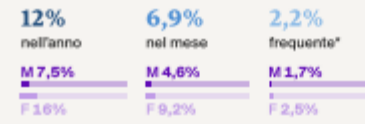
Uso nell'anno, distribuzione per età M e F



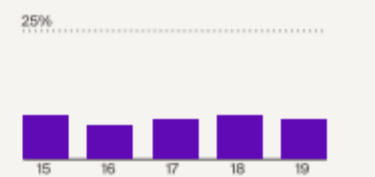
Sostanze psicoattive legali

Psicofarmaci senza prescrizione medica

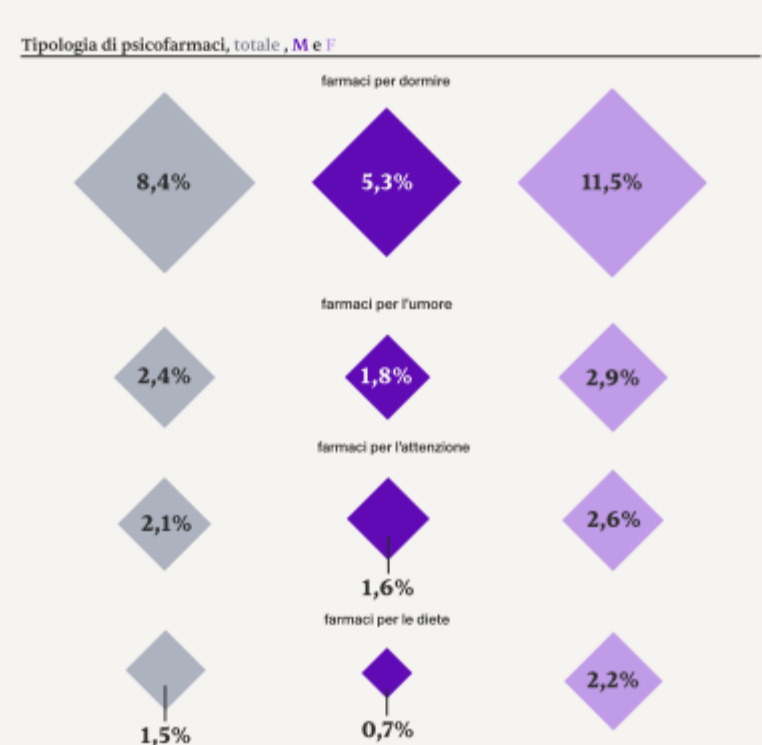
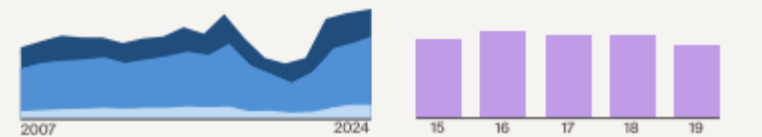
Studenti che ne hanno fatto uso



Uso nell'anno, distribuzione per età M e F

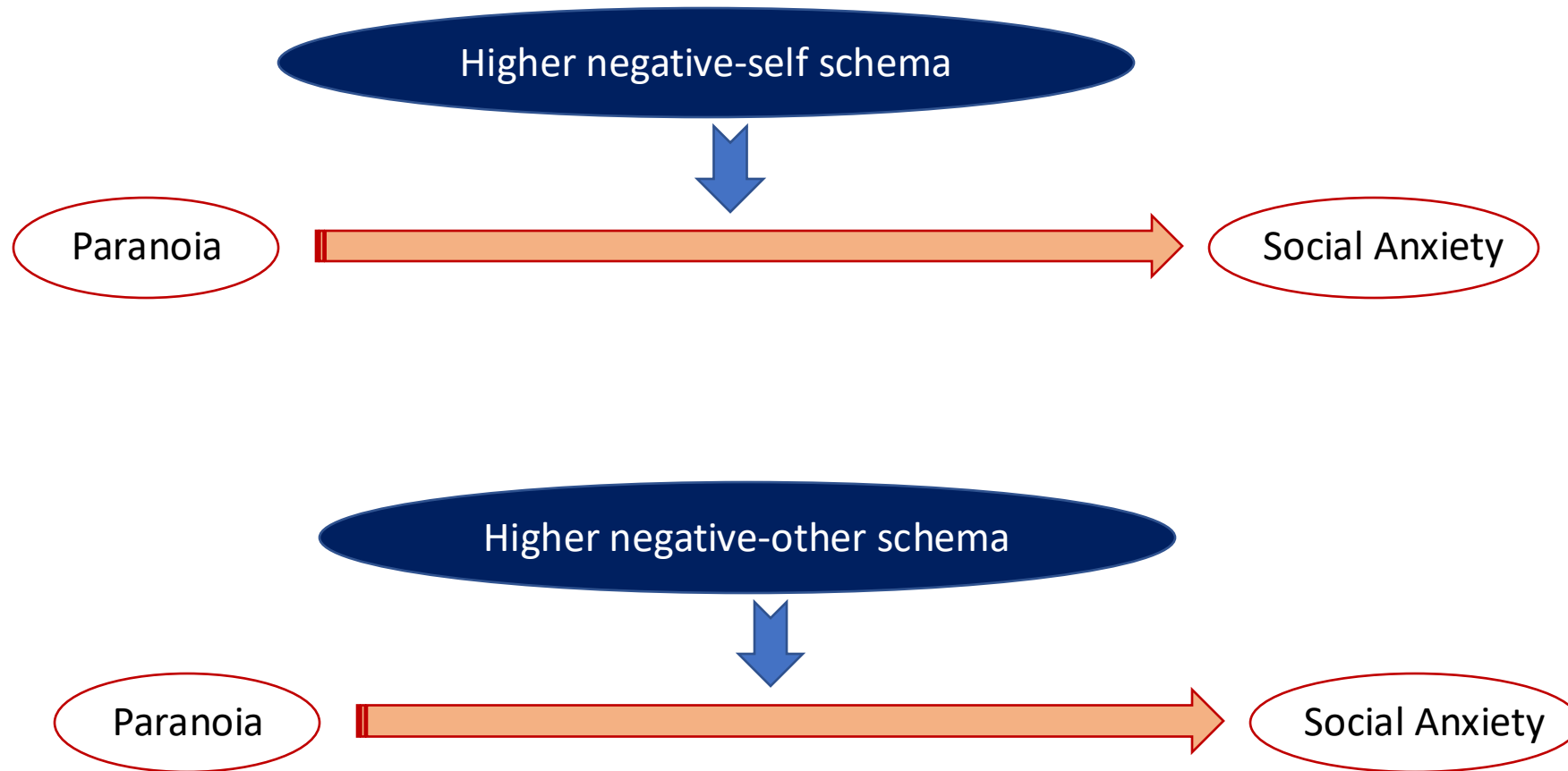


Tipologia di psicofarmaci, totale, M e F



* Per "uso frequente" si intende aver utilizzato 20 o più volte cannabis e/o 10 o più volte altre sostanze illegali nell'ultimo mese
Fonte: Studio ESPAD@Italia, Consiglio Nazionale delle Ricerche - Istituto di Fisiologia Clinica

Higher negative-self schema was associated with a stronger link from paranoia to social anxiety



La Sclerosi Multipla: Comprendere il Burden

La Sclerosi Multipla (SM) è una malattia infiammatoria cronica che colpisce il sistema nervoso centrale, portando a danni demielinizzanti e assonali.



Danno Neuronale

La SM provoca un danno progressivo ai neuroni, influenzando non solo le funzioni fisiche ma anche quelle cognitive ed affettive.



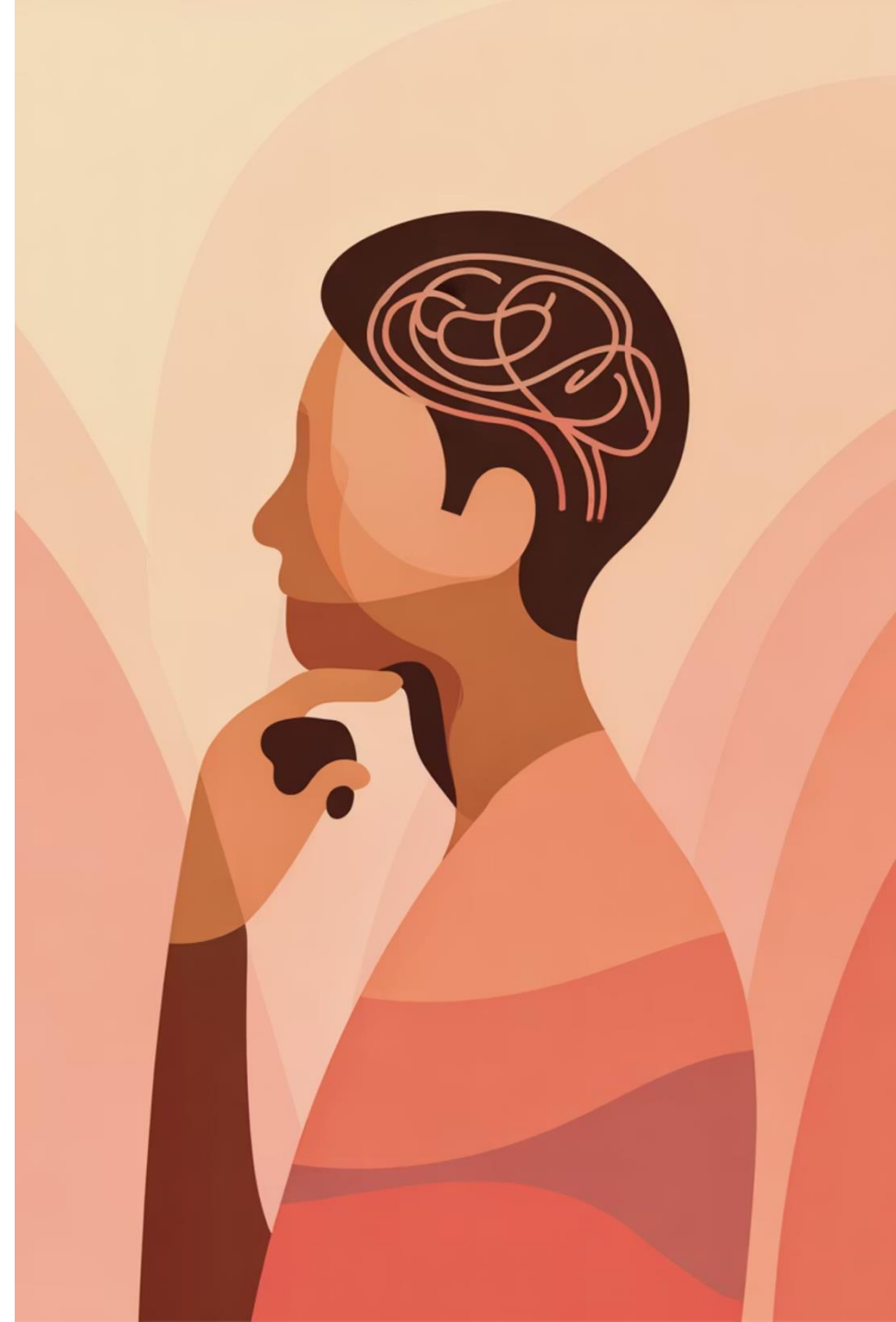
Incertezza e Paura

L'imprevedibilità della malattia può generare sentimenti di perdita, lutto cronico e paura del futuro, incidendo profondamente sull'identità.



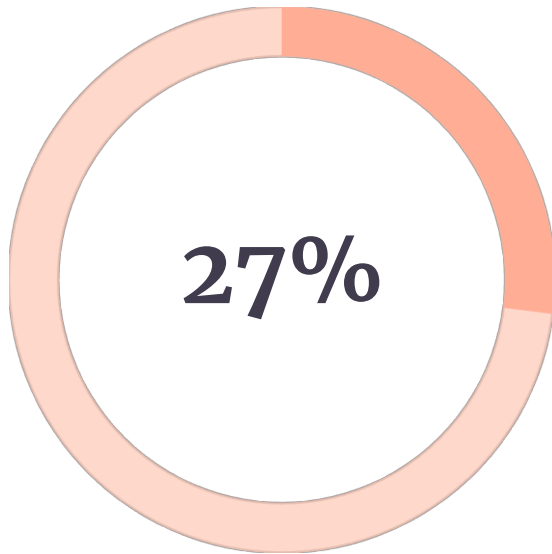
Vulnerabilità psicopatologica

Il carico funzionale e l'impatto sulla vita quotidiana, lavorativa e sociale rendono i pazienti vulnerabili a problemi di salute mentale.



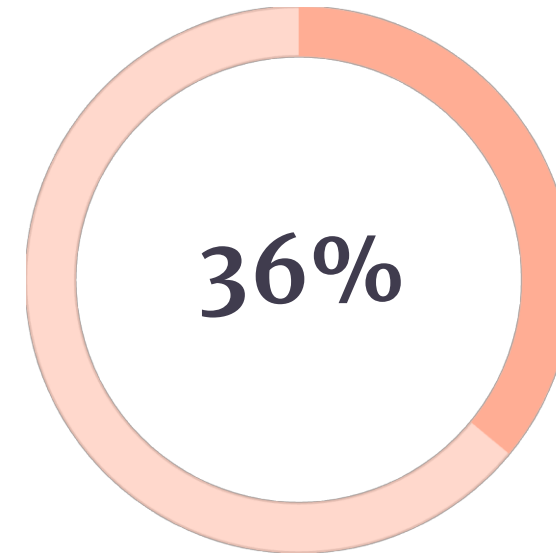
Ansia e Depressione nella SM

Sintomi ansiosi e depressivi sono significativamente più frequenti nei pazienti con SM. Le evidenze epidemiologiche mostrano un rischio 3-4 volte superiore di sviluppare disturbi dell'umore rispetto alla popolazione generale.



Prevalenza Depressione

Stimata nei pazienti con SM (Boeschoten et al., 2017).

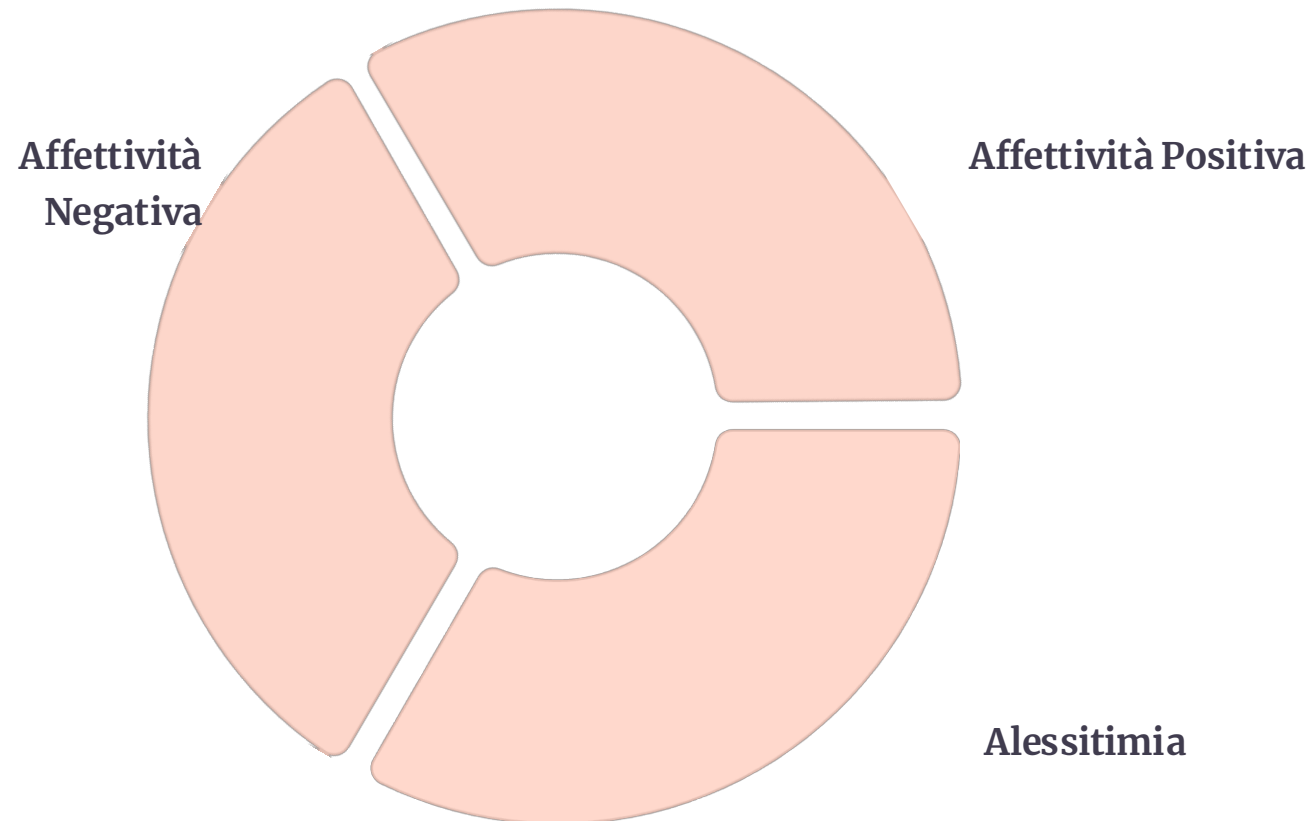


Prevalenza Ansia

Recenti studi confermano l'elevato impatto (Zhang et al., 2023).

Vulnerabilità affettiva e regolazione emotiva

"L'affetto è un pattern di comportamenti osservabili che sono l'espressione di uno stato emotivo (emozione) esperito soggettivamente".



Strategie di Regolazione Emotiva

Gross distingue due strategie principali di regolazione emotiva:



Soppressione Espressiva

Strategia focalizzata sulla risposta, tardiva, associata ad esiti negativi.



Rivalutazione Cognitiva

Strategia focalizzata sull'antecedente, precoce, considerata adattiva e associata a maggiore benessere.



Trauma e Crescita Post-Traumatica

Definizione di Trauma

Accadimento che mette in crisi la capacità di adattamento, richiedendo cambiamenti profondi (Chris R Brewin et al., 2025).

Crescita Post-Traumatica (PTG)

L'insieme dei cambiamenti positivi che possono seguire un'esperienza traumatica (Richard G. Tedeschi, 2023).



Spiritualità

Filosofia della vita

Relazioni interpersonali

Nuove possibilità e valori

Risorse personali



Senso di Coerenza (SOC) e Resilienza

Il Senso di Coerenza è un orientamento globale che esprime la fiducia nella prevedibilità degli eventi e nella disponibilità di risorse per affrontarli, promuovendo salute e benessere.



Comprensibilità

Percezione che gli eventi siano logici, strutturati e spiegabili.



Gestibilità

Fiducia nelle proprie capacità e risorse per affrontare le sfide.



Significatività

Percezione che le aree della vita abbiano scopo e valore, motivando l'impegno.

Obiettivi dello Studio: Un Approccio Integrato



1

Relazioni Cliniche e Psicopatologiche

Valutare i legami tra ansia/depressione e vulnerabilità affettiva e fattori di resilienza.

2

Fattori di Rischio e Protezione

Identificare gli elementi che aumentano o riducono la probabilità di manifestazioni cliniche significative.

3

Crescita Post-Traumatica

Esplorare come ansia e depressione influenzano la capacità di sviluppare strategie di adattamento positivo.

I Partecipanti: Profilo del Campione

Lo studio ha coinvolto un campione di 147 pazienti con diagnosi di Sclerosi Multipla, arruolati presso l'U.O.C. di Neurologia del Policlinico Universitario Tor Vergata di Roma.

Dettagli Demografici

- Età media: 44.32 anni (DS: 11.9)
- Partecipazione femminile: 70.9% (107 donne)

Criteri di Inclusione

- Diagnosi di SM confermata
- Consenso informato firmato
- Età ≥ 18 anni



Strumenti di Misurazione

Per una valutazione approfondita, sono state utilizzate versioni italiane standardizzate di diversi strumenti psicometrici, affiancate da una dettagliata scheda clinica e sociodemografica.

HADS

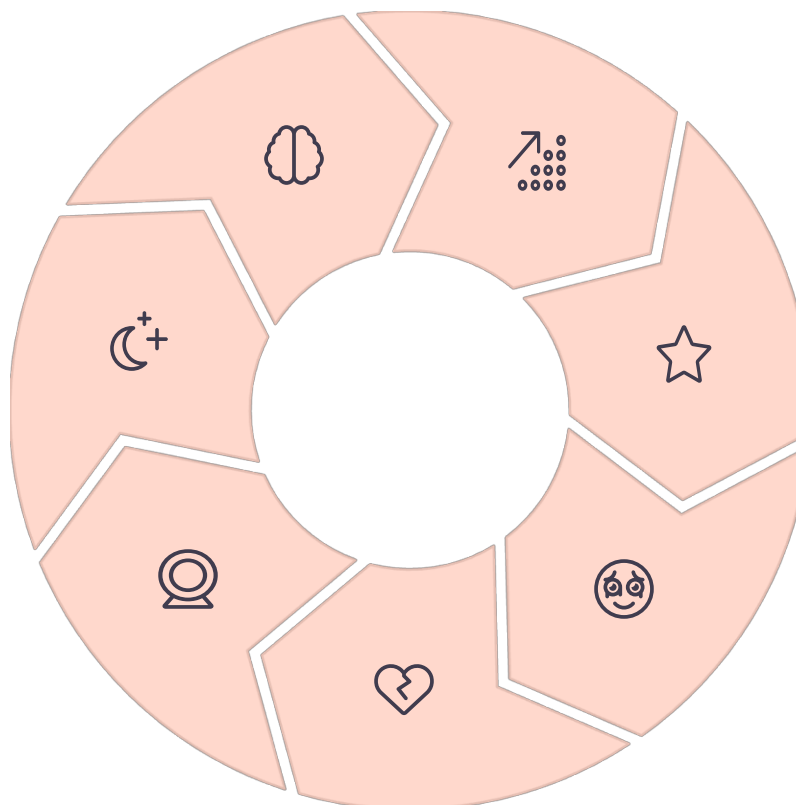
Ansia e Depressione ($\alpha=0.86$, $\alpha=0.78$)

PANAS

Affettività Positiva e Negativa ($\alpha=0.87$,
 $\alpha=0.89$)

SOCS-13

Senso di Coerenza ($\alpha=0.77$, $\alpha=0.67$)



PTGI

Crescita Post-Traumatica ($\alpha=0.91$)

SF-12

Qualità della Vita ($\alpha=0.82$, $\alpha=0.81$)

TAS-20

Alessitimia ($\alpha=0.88$, $\alpha=0.70$)

ERQ

Regolazione Emotiva ($\alpha=0.80$, $\alpha=0.78$)

Risultati 1: Variabili Sociodemografiche e Cliniche

Il campione esaminato è stato suddiviso in base alla rischio di sintomatologia ansiosa e depressiva clinicamente significativa, espresso da un valore di HADS ≥ 8 .

Alto rischio di ansia

- **Prevalenza:** 42.9% dei pazienti (N=63) rientrava nel gruppo ad alto rischio.
- **Genere:** Maggiore prevalenza di ansia nelle donne (82.5% vs 63.1%).
- **BMI:** BMI mediamente più elevato nel gruppo ad alto rischio di ansia (25.25 vs 24.41).

Alto rischio di depressione

- **Prevalenza:** 23.1% dei pazienti (N=34) rientrava nel gruppo ad alto rischio.
- **Familiarità:** Familiarità per altre malattie neurologiche più frequente (29.4% vs 25.7%).
- **Durata Malattia:** Durata media inferiore nei pazienti a rischio di depressione (10.36 vs 14.41 anni).



Risultati 3: Crescita Post-Traumatica

Ansia e PTG

Punteggi PTG totali:

Leggermente più alti, ma non significativi.

Ansia come Attivatore:

Un livello moderato di ansia può facilitare l'attivazione di risorse personali.

Spiritualità:

Dimensione significativamente più alta (4.93 vs 3.68).

Depressione e PTG

Punteggi PTG totali:

Più bassi (49.81 vs 60.05)

Nuove possibilità:

Punteggio inferiore (11.09 vs 14.28); minore propensione a vedere opportunità.

Forza personale

Punteggio inferiore (10.06 vs 12.96); ridotta fiducia nelle proprie capacità.

Conclusioni 1: Prospettive Future



Punti Chiave

- L'affettività negativa è un predittore significativo per entrambi i disturbi.
- Il Senso di Coerenza motivazionale è un fattore protettivo contro la depressione.
- L'ansia può catalizzare la crescita spirituale, mentre la depressione ostacola la percezione di nuove possibilità e forza personale.

Raccomandazioni

- Sviluppare interventi mirati per la regolazione emotiva.
- Implementare programmi per rafforzare il Senso di Coerenza nei pazienti con SM.
- Affrontare rivalutazione dei valori e delle priorità della vita e ispirare cambiamenti positivi nelle aree correlate alla PTG.



Conclusioni 2: Prospettive future



Approccio multidisciplinare

Screening psichiatrico dei sintomi affettivi, valutazione delle risorse psico-emotive, confronto con altre figure sanitarie



Interventi Personalizzati

Farmacoterapia, trattamenti psicoterapiche (es. CBT), terapie di gruppo, riabilitazione psico-cognitiva e supporto sociale.



Promozione PTG

Interventi volti alla rivalutazione dei valori, all'identificazione di nuove possibilità e risorse.