

Cure psicologiche sostenute dallo Stato

David Lazzari – Esecutivo nazionale Ordine Psicologi, Direttore UOC Psicologia AO Terni, Past president SIPNEI

L'articolo di Paolo Migone sul programma IAPT, in questo numero, è eloquente: dal punto di vista scientifico ed empirico non si può dare nulla per scontato, servono prove. Ora sappiamo non solo che la psicoterapia funziona ma che può essere utilizzata efficacemente e sistematicamente su larga scala, in modo alternativo o integrativo ai farmaci, con vantaggi clinici ed economici.

La ricerca mostra come la psicoterapia in generale funziona e risulta economicamente vantaggiosa (APA 2013, Lazzari 2013). Ovviamente non tutti gli approcci funzionano per tutti i disturbi, va usato il criterio dell'appropriatezza, ma tutti funzionano per qualcosa e per molte situazioni hanno un effetto migliore dei farmaci e, se usati insieme, ne raddoppiano l'efficacia. Le cure psicologiche inoltre migliorano la cura di molte patologie fisiche e riducono i costi della cronicità. Cosa allora impedisce di utilizzare di più e meglio questo tipo di cura?

Teniamo conto che la risposta a questa domanda non risiede nella popolazione. Infatti come ho scritto recentemente, gli studi ci dicono che tre persone su quattro preferiscono la psicoterapia al farmaco e le preferenze contano molto: fare la terapia che si sceglie migliora l'efficacia del 31% e riduce l'abbandono del 59%. E non risiede neanche nei conti economici se pensiamo - solo per fare un esempio - che uno studio francese ha dimostrato che curare su larga scala, con un ciclo efficace di psicoterapia, persone con diagnosi di depressione maggiore ed ansia severa e ricorrente, farebbe risparmiare 1,50 euro per ogni euro speso nella cura. Questo anche in virtù dell'azione "ristrutturante" delle terapie psicologiche, che potenziano risorse e la costruzione di nuovi equilibri.

La risposta è soprattutto culturale ed organizzativa. Passare dall'idea di una cura come risorsa privata per alcuni a quella - oggi più realistica, giusta e scientificamente fondata - di una risposta "pubblica" (cioè sostenuta dallo Stato) per molti. In sostanza la scelta del Regno Unito, promossa

dagli studi di efficacia del NICE e di efficienza della London School of Economics. Usando diversi approcci psicoterapeutici su larga scala, con criteri di selezione, percorsi per intensità di cura e misurazione degli outcome, oggi il Servizio Sanitario inglese cura un milione di persone l'anno con un netto miglioramento nel 66,3% dei casi (due su tre) e il 51% di guarigioni totali (Clark 2018).

"Mettere a sistema" la psicoterapia ora è possibile anche in Italia, non solo perché abbiamo già tutti i terapeuti che servono (gli Inglesi li hanno dovuti formare), ma perché l'assistenza psicologica è prevista (grande risultato!) dai nuovi Livelli Essenziali di Assistenza (DPCM 12.01.17), che includono le prestazioni che lo Stato si impegna a garantire ai cittadini.

Perché questo avvenga è necessario potenziare i servizi pubblici, dalle cure primarie ai servizi psicologici nelle USL, e creare un sistema integrato di accesso convenzionato con i liberi professionisti. Come Ordine degli psicologi stiamo lavorando per questo con le Istituzioni ed importanti Centri Studi di organizzazione ed economia sanitaria. Dobbiamo far tesoro le esperienze italiane ed internazionali per costruire un modello sostenibile e generalizzabile.

Teniamo presente che una indagine effettuata in Veneto (e che stiamo replicando a livello nazionale) ci dice che i cittadini sono disponibili a concorrere alle spese in proporzione al reddito. Di fronte ai bisogni crescenti è ora di costruire un sistema più equo e funzionale.

Bibliografia

American Psychological Association (2013). Recognition of psychotherapy effectiveness. *Psychotherapy*, 50, 1: 102-109
 Clark DM (2018), Realizing the Mass Public Benefit of Evidence-Based Psychological Therapies: The IAPT Program, *Annu. Rev. Clin. Psychol.* 2018. 14:9.1-9.25
 Lazzari D. (2013) (a cura di) *Psicoterapia: effetti integrati, efficacia e costo-benefici*, Tecniche Nuove