

PREAMBULE

« Les couleurs de l'âme » est le nom d'une collection d'opuscules élaborés par le Département de Santé Mentale de l'Agence USL de la Vallée d'Aoste, qui traitent du malaise psychique et de ses diverses manifestations.

J'apprécie particulièrement le titre choisi, qui évoque de manière suggestive le contenu de ces livrets, avec le mot « couleur » qui rappelle les multiples nuances du comportement liées à la définition de ce malaise, sans pour autant y attacher de jugement négatif, et le vocable « âme » qui, au-delà de l'aspect pathologique, nous ramène à l'essence même de l'être humain, à la valeur fondamentale de la personne, qu'elle soit ou non malade.

« Les couleurs de l'âme » ou la possibilité que l'esprit s'égaré le long de chemins peu connus et oublie l'objet même de la vie, devenant malade : voilà l'objet de ces petits cahiers qui se proposent d'aider à reconnaître les signes avant-coureurs d'un problème pathologique, ce qui permet d'éviter la peur d'y faire face, et d'aider ceux qui souffrent, leur famille et leurs amis, à en prendre conscience et à soigner convenablement ce trouble.

De ce point de vue, ces opuscules ont également une fonction préventive, c'est-à-dire qu'ils s'inscrivent dans le tout premier volet de l'action visant à protéger la santé, une étape fondamentale.

Il va de soi que les informations ici regroupées ne peuvent être que sommaires puisqu'elles n'occupent que quelques pages, mais la diffusion d'une meilleure culture dans ce domaine délicat constitue déjà un grand pas dans le sens de l'acceptation de la maladie et de la non-discrimination de ceux qui en souffrent.

Tout comme le reste du corps, l'esprit peut se heurter à des obstacles : ce risque fait partie de l'existence et rien ne permet de l'éviter. L'important, c'est que lorsque la maladie survient, le patient n'ait pas la sensation d'être perdu et qu'au-delà de toutes les difficultés, maladie comprise, il conserve le sentiment de la valeur et de la dignité de sa personne.

L'Assesseur à la Santé, au Bien-être et aux Politiques Sociales
Antonio FOSSON

PREMESSA

“I colori dell’animo” è una collana di opuscoli, elaborati dal Dipartimento di Salute Mentale dell’Azienda Usl della Valle d’Aosta, che hanno per argomento il disagio psichico, nelle sue diverse manifestazioni.

Apprezzo molto il titolo dell’opera, che per descrivere il suo contenuto usa parole suggestive e positive: il termine “colori” rende ragione della varietà e della molteplicità dei comportamenti che rientrano nella definizione di disturbo psichico, ma senza connotarli negativamente; la parola “animo” fa emergere, al di sopra dell’aspetto patologico, l’elemento qualificante dell’umano e quindi il valore principale della persona, sia essa sana o malata.

“I colori dell’animo”, ovvero le possibilità che la mente prenda strade inconsuete, cioè perda di vista lo scopo del vivere, e perciò si ammali: ecco il contenuto di questi piccoli “cahiers”, che hanno l’obiettivo di far riconoscere i segnali dell’insorgere di uno stato patologico, per evitare la paura di affrontarlo, ed aiutare invece chi ne soffre, o i suoi familiari ed amici, a prenderne coscienza e a curarlo adeguatamente.

In questo senso, gli opuscoli assolvono anche ad un compito di prevenzione, prima e necessaria forma di tutela della salute.

Naturalmente si tratta di un’informazione sommaria, riassunta in poche pagine, ma la diffusione di una cultura più corretta su questo tipo di problemi costituisce già un sostegno nell’accettazione della malattia e un passo importante verso la non discriminazione di chi ne è affetto.

Anche la mente, come il resto del corpo, può incontrare degli ostacoli, questo rischio fa parte della vita e non si può eludere, ma è importante, quando questo avviene, non sentirsi perduti, ma tenere viva la consapevolezza del valore e della dignità della propria persona, al di sopra di ogni difficoltà, anche della malattia.

L’Assessore alla Sanità, Salute e Politiche Sociali
Antonio FOSSON

■ Disturbi Dissociativi

Definizione

La dissociazione si configura come una reazione post-traumatica con una valenza adattiva conseguente, consentendo una via di fuga da una situazione altamente conflittuale e fungendo da protezione intrapsichica da situazioni o eventi traumatici.

Si distinguono cinque tipi principali di disturbi dissociativi:

Amnesia Dissociativa: riguarda uno o più episodi di incapacità a rievocare un importante trauma.

Fuga Dissociativa: viaggi improvvisi ed inaspettati via da casa associati all'incapacità di rievocare il proprio passato e una certa confusione sulla propria identità personale.

Disturbo Dissociativo dell'identità (personalità multipla): Presenza di personalità distinte e separate, ciascuna delle quali, quando è presente, domina gli atteggiamenti, il comportamento e il modo di vivere se stessa della persona, come se non esistesse altra personalità.

Disturbo di Depersonalizzazione: si palesa con episodi persistenti e ricorrenti di sensazione di distacco dal proprio sé e dal proprio corpo, fino a sentirsi come automi

o a credere di vivere in un sogno.

Disturbo Dissociativo Non Altrimenti Specificato:

vi è una prevalenza dei sintomi dissociativi, sebbene il quadro clinico si differenzi dai criteri specifici del disturbo dissociativo. L'elemento clinico predominante è rappresentato da un sintomo dissociativo, ad es. un disturbo o un'alterazione nelle normali funzioni integrative dell'identità, della memoria, o della coscienza, ma che non corrisponde ai criteri per uno specifico disturbo dissociativo.

■ Epidemiologia

Dalle ultime ricerche effettuate nell'ultimo decennio, si evince una prevalenza, nella popolazione generale, di psicopatologia dissociativa del 5-10%, escludendo da questa alcuni esempi di dissociazione transitoria, poco rilevanti, come "l'ipnosi da autostrada", i sentimenti di estraneità o il distanziamento. Tra i disturbi dissociativi, di notevole richiamo nei clinici (soprattutto nord-americani) vi è il disturbo dissociativo dell'identità noto come disturbo da personalità multipla la cui prevalenza sulla popolazione clinica è del 3%.

■ **Eziologia**

La causa di tali disturbi si correla ad una condizione spesso psichicamente politraumatica data da un evento precipitante di violenza intrafamiliare, talora da abusi nella prima infanzia sia sessuali che psicologici, grave stress, ansia, depressione.

■ **Decorso e prognosi**

Il decorso può essere estremamente variabile sia come tempo (da poche ore a qualche mese), sia come ritmo (alternanza di momenti di patologia a momenti di apparente benessere).

La guarigione è di norma improvvisa, rapida, spontanea e completa, salvo rari casi di cronicizzazione.

■ **Terapia**

Il trattamento delle reazioni dissociative acute va considerato in relazione ad una difficoltà di integrazione del Sé traumatizzato rispetto ad un Sé pregresso, già costituito, verso una cauta progressione, nell'integrazione dei ricordi traumatici, attraverso una graduale assimilazione dell'even-

to. E' fondamentale che i pazienti controllino i propri ricordi onde evitare il sentimento di radicale impotenza da essi esperito durante il trauma. L'ipnosi viene considerata una terapia idonea all'interruzione di quei ricordi di frustrazione intollerabile. La colpa e la vergogna, correlate all'umiliazione del trauma, vanno affrontate attraverso il superamento dell'impotenza legata alla fantasia che essi avrebbero potuto agire diversamente, in virtù del necessario ripristino di un adeguato processo armonico di equilibrio e di controllo emotivo intrapsichico. Il trauma, quindi, va osservato apertamente se si vuole risolvere la dissociazione e il terapeuta può giocare un ruolo decisivo nel dosare il livello di esposizione al trauma tollerabile dal paziente.

■ A CHI RIVOLGERSI

Al medico di medicina generale.
Al Dipartimento di Salute Mentale
presso l'Unità di Psichiatria
tel. 0165 546031 / 546013.
Ai servizi psichiatrici territoriali
presso i poliambulatori ed i consultori.
Ai servizi di psicologia dei poliambulatori
e dei consultori sul territorio.
Ai servizi sociali territoriali regionali.

Per le urgenze notturne e festive al 118.

PRESIDI DISTRETTUALI

La Thuile (*)

Via Villarei 46
Tel 0165 884041

Morgex (Poliambulatorio)

Via del Convento 5
Tel 0165 809300

Villeneuve

Via Chanoux 37
Tel 0165 95367

Saint Pierre

Loc. Ordines 22
Tel 0165 903825

Cogne (*)

Villaggio Cogne 49
Tel 0165 74083

Sarre (*)

Fraz. Tissoret 39
Tel 0165 215614

Aosta (zona Ovest)

Via St. Martin de Corléans 248
Tel 0165 216226 – 552701

Aosta (zona Centro)

Via Festaz 55
Tel 0165 262296

Aosta (zona Est)

Reg. Borgnalle 3
Tel 0165 363210

Charvensod

Loc. Pont Suaz 129/A
Tel 0165 239829 – 236748

Saint Christophe (*)

Loc. Pallein 32
Tel 0165 541273

Gignod – Variney

Loc. Chez Roncoz
Tel 0165 256728

Nus

Via Risorgimento 73
Tel 0165 767887

Verrayes

Loc. Champagne 38
Tel 0166 546786

Chatillon (Poliambulatorio)

Via Chanoux 119
Tel 0166 61313 – 61790

Antey Saint André

Loc. Bourg
Tel 0166 545211

Valtournenche (*)

Loc. Crétaz 67
Tel 0166 92108

Saint Vincent

Via Vuillerminaz 23
Tel 0166 512334

Verrès

Via Crétier 7
Tel 0125 929812 – 920488

Brusson (*)

Via La Pila 1
Tel 0125 300349

Donnas (Poliambulatorio)

Via Roma 105
Tel 0125 807693 – 807949

Gaby (*)

Loc. Capoluogo 24
Tel 0125 345901

() Presidi distrettuali periferici dove gli operatori socio-sanitari sono presenti solo in alcuni giorni della settimana.*

■ Associazioni familiari

Di.A.Psi. Valle d'Aosta

Via Valli Valdostane, 5 Aosta

Tel. e Fax 0165 42733

cell. 328 1269493

TESTI a cura di:

A. Colotto (*Direttore
Dipartimento Salute mentale
A.U.S.L. Valle d'Aosta*),
A.M. Beoni (*Dirigente medico
1° livello*), **M. Bonetti** (*Dirigente
medico 1° livello*),
E. Festi (*Dirigente medico
1° livello*), **G. Mina** (*Dirigente
medico 1° livello*), **P. Polana**
(*Dirigente medico 1° livello*),
E. Roveyaz (*Dirigente medico
1° livello*), **M.G. Pelini** (*Dirigente
medico 1° livello*), **S. Spanarello**
(*Dirigente medico 1° livello*),
A. Vestri (*Dirigente medico
1° livello*), **A. Mattioni**
(*Dirigente psicologo 1° livello*).

Ristampa: NOVEMBRE 2006