

In fortissima crescita l'uso di psicofarmaci per i bambini. Di chi è realmente il problema?

La tendenza all'aumento del **consumo di psicofarmaci nei bambini** è realmente impressionante. Una analisi del fenomeno deve tenere conto del fatto che possa essere in crescita il disagio dei bambini e degli adolescenti, ma molti autori suggeriscono, in modo più semplice e drammatico, che si tratti solo di una **necessità di espansione del mercato ricchissimo degli psicofarmaci**.

Nel mondo stanno crescendo sicuramente le persone depresse o con disagio psichico, e nella misura in cui queste persone sono anche genitori, il loro disagio può espandersi sulla famiglia, favorendo la comparsa di alterazioni psichiche e comportamentali nei bambini e negli adolescenti. Ci sentiamo però di affermare che **molti di questi aspetti possono dipendere da una cattiva alimentazione**, dal fatto di non nutrire il cervello, **e da stili di vita** che impediscono il corretto funzionamento della mente.

Inoltre conosciamo l'azione di rimedi naturali estremamente efficaci nella modifica di alcuni stati di disagio psichico. Minerali come **Manganese Cobalto** e Litio, fitoterapici come Tilia tomentosa, Escholtzia californica e Iperico, vitamine come l'Inositolo, aminoacidi come l'Oxiprolina o l'acido glutammico, e stimolanti generali come il Cellfood e il Cellfood Sam.e, oltre a gran parte dei rimedi omeopatici, possono se non sostituire gli psicofarmaci, aiutarne la riduzione o favorire una migliore loro utilizzazione.

Una ricerca statunitense, effettuata attraverso l'analisi di più di 5 milioni di visite mediche, pubblicata in questi giorni (Cooper WO, et al. Ambul Pediatr 2006 Mar-Apr;6(2):79-83) ha purtroppo evidenziato l'incremento di cinque volte della prescrizione farmacologica nei bambini e negli adolescenti. **Oltre il 53% delle prescrizioni fatte erano rivolte a disturbi del comportamento o disturbi della affettività!**

Ma non si può affrontare la soluzione di un problema del genere solo con i farmaci. A fronte dei **rarissimi casi in cui servono farmaci potenti** per trattare situazioni definite e diagnosticate in modo corretto, è indispensabile ritrovare la misura delle proprie azioni. **Un bambino o un ragazzo vanno guidati verso l'autonomia**, e il farmaco può essere una risorsa utilissima dopo avere utilizzato altre risorse importanti. L'attività fisica e l'alimentazione sono i due principali strumenti di riequilibrio psicoemotivo naturale che esistano. **Il ricorso al farmaco come prima risorsa rischia di essere la copertura dei problemi degli adulti** e non del bambino o dell'adolescente.

Insegnare a mangiare e a muoversi costa poco (ma non crea ritorni economici dalla vendita dei farmaci!) e sarebbe utile. E' ingiusto che nascano movimenti di opinione sul rispetto dei bambini, per la valorizzazione dei diritti dei minori, e poi si accetti passivamente che un particolare mondo medico porti alla sistematica somministrazione "scientifica" di farmaci con pesante azione sul comportamento e sulla psiche.

Oggi sappiamo con certezza che una **alimentazione ricca di additivi** e di conservanti o di dolcificanti artificiali **può provocare disturbi psichici e di comportamento**. C'è la documentazione scientifica precisa del fatto che una **alimentazione eccessivamente ricca di carboidrati** possa provocare e accentuare degli stati depressivi, e c'è per fortuna la dimostrazione che una alimentazione che tenga stabili i livelli di insulina possa mantenere un equilibrio psichico. L'importanza della attività fisica, con la sua azione di riequilibrio sull'umore e con la naturale azione

di tipo antidepressivo dovrebbe essere propagandata a tutti, ma **purtroppo le scarpette da corsa non sono rimborsate dal Servizio Sanitario Nazionale**, mentre molti farmaci (e comunque non tutti) invece hanno questo tipo di rimborsabilità.

A quel punto **il disagio psichico dell'adolescente entra a fare parte di una spirale di tipo economico** da cui forse esce vincitore solo il sistema del profitto e non necessariamente quello della salute psichica e della autonomia della crescita.

Esistono numerose forme di terapia e di sostegno naturale al disagio emotivo, alle forme di depressione vera, all'ansia, ai vari disturbi psichici. Prima di inquadrare un adolescente o un bambino all'interno di uno schema che preveda solo il trattamento farmacologico, sarebbe desiderabile **iniziare a stimolare la sua autonomia verso la guarigione attraverso strumenti diversi**, a basso costo, e rispettosi dell'equilibrio di ciascuno.

Dottor Attilio Speciani

allergologo e immunologo clinico

fonte: www.eurosalus.com