



## **ADHD e psicofarmaci: bambini diversamente attivi**

*In America ci sono 13 milioni di bambini che fanno uso di psicofarmaci come Ritalin e affini, e numeri simili si stanno raggiungendo in paesi come la Germania, l'Inghilterra e la Francia. E in Italia? Corriamo anche noi il rischio di avere tra pochi anni una generazione di giovani adulti cresciuta a psicofarmaci?*

*Fonte: Adamo & Eva - di Stefano Scoglio*

Il 20 Novembre 2007 si è svolto a Roma un importante convegno sul tema, sempre più scottante, dell'ADHD (Sindrome da deficit d'attenzione e iperattività), legato ai problemi di iperattività e disattenzione nei bambini (Convegno "Bambini diversamente attivi: patologia o risorsa?" Roma, Campidoglio 20 novembre 2007). Il Convegno, organizzato in concomitanza con la Giornata Mondiale dell'Infanzia dall'associazione di vigilanza farmacologica Giù le Mani dai Bambini, ha avuto un riscontro istituzionale senza precedenti, essendosi svolto all'interno della prestigiosa Sala Giulio Cesare del Campidoglio, con il patrocinio del Presidente del Parlamento Europeo, in collaborazione con il Comune di Roma e l'Università La Sapienza, e i saluti del Presidente della Repubblica, del Senato, della Camera e del Consiglio. Perché mi dilungo tanto su questi aspetti istituzionali? Perché la partita della psicofarmacologizzazione dei nostri bambini si gioca, anche e soprattutto, al livello politico-istituzionale, e il fatto che Giù le Mani dai Bambini sia riuscita ad ottenere un coinvolgimento talmente ampio di istituzioni e forze politiche – Università, Ordini dei Medici – spiega come l'Italia sia oggi, fortunatamente, agli ultimi posti tra i paesi occidentali nella prescrizione di Ritalin e affini.

Il Convegno ha visto la partecipazione di un pubblico numeroso che ha completamente riempito la sala. È di fronte a questo pubblico estremamente attento che noi relatori abbiamo discusso della questione ADHD – che è poi la questione della somministrazione o meno di psicofarmaci a bambini più o meno problematici. Tra i relatori c'erano, oltre a Luca Poma portavoce di Giù le Mani dai Bambini, l'invitato speciale William Carey, Professore americano di Pediatria Clinica, che nella sua lezione conclusiva ha fortemente sostenuto l'infondatezza della ADHD come malattia psichiatrica, e la necessità di vedere i problemi del bambino, anche del bambino difficile, nell'ambito di una valutazione che metta al centro la psicologia dell'età evolutiva, e dunque anche il suo ineludibile fondamento familiare e sociale. Tesi, questa, ripresa, con toni e sfumature diverse, dai vari illustri psichiatri e psicologi – come Emilia Costa, Luigi Cancrini, Federico Bianchi di Castelbianco, Claudio Ajmone, e il pedagogista Piero Cristiani – che hanno partecipato alla discussione esprimendo la loro posizione fortemente critica nei confronti del tentativo di ridurre a problema puramente farmacologico quello che emerge generalmente come un malessere che ha basi assai più complesse e affrontabili su un piano più propriamente psicologico.

Gli psichiatri Enrico Nonnis e Paolo Roberti di Sarsina – pur concordando con la critica all'idea che l'iperattività possa essere trattata come una patologia psichiatrica – hanno introdotto il concetto secondo il quale alcuni sintomi e disturbi da iperattività e disattenzione possano anche avere basi fisiologiche, e possano dunque essere affrontati con strumenti diversi e più naturali rispetto ai farmaci. Su questa stessa linea si è sviluppato il mio intervento: la crescente sintomatologia di iperattività e disattenzione – la cui evidenza non si può negare – pur non avendo alcuna base patologica, trova le sue basi fisiologiche nella nutrizione fortemente alterata e negativa a cui accede la maggioranza dei nostri bambini.

*Tratto dalla rassegna stampa di [www.giulemanidaibambini.org](http://www.giulemanidaibambini.org)*

*Campagna sociale nazionale  
contro gli abusi nella prescrizione  
di psicofarmaci a bambini ed adolescenti*



## ADHD: un'epidemia artificiale

Il dibattito più acceso e interessante si è svolto tra Luca Poma e i due rappresentanti della "controparte" – ovvero Antonio Addis dell'Agenzia Italiana del Farmaco (AIF), e Pietro Panei dell'Istituto Superiore di Sanità (ISS).

La discussione è iniziata con un filmato contenente i principali dati sulla crescita dell'ADHD nel mondo. L'ADHD, una pseudo-patologia senza alcuna base scientifica, è diventata – prima negli USA e poi nei principali paesi europei – una vera e propria epidemia artificialmente che coinvolge decine di milioni di bambini: la gran parte di una intera generazione.

I dati ci dicono che in America ci sono ben 13 milioni di bambini che fanno uso di psicofarmaci come Ritalin e affini; e che numeri simili si stanno raggiungendo in paesi come la Germania, l'Inghilterra e la Francia. Negli USA i bambini con una diagnosi ADHD sono circa 2 milioni (comunque un numero enorme!): questo significa che la prescrizione del Ritalin va ben oltre i numeri ufficiali della patologia (per un approfondimento sulle ragioni di questo fenomeno si veda Stefano Scoglio, *Non è Colpa dei Bambini*, Macro Edizioni, 2006 ndr).

Nonostante rassicurazioni contrarie ("Noi non faremo come in America!") questi stessi numeri si sono riprodotti nei paesi europei. È dunque più che legittima la preoccupazione che lo stesso accada anche in Italia – fortunatamente arrivata per ultima su questo orribile palcoscenico. E proprio su questo ha insistito il Portavoce di Giù le Mani dai Bambini, chiedendo quali garanzie abbiamo relative alla possibilità che la stessa esplosione psico-farmacologica sulle pelle dei bambini non si ripeta anche qui da noi.

Secondo Addis che Panei l'Italia ha intrapreso una strada molto cauta e prudente. La costituzione di centri specialistici regionali – gli unici autorizzati a prescrivere Ritalin e Strattera (i due farmaci autorizzati) – garantirebbe il non ripetersi del modello americano, in cui motore dell'esplosione del Ritalin sono stati i pediatri e i medici generici. A conferma di ciò, Panei ha sostenuto che, non a caso a tutto oggi in Italia, solo a poche centinaia di bambini è stato prescritto il Ritalin. Il problema, ha ribattuto Poma, è che questo accade solo perché i centri regionali hanno appena aperto i battenti e solo la metà di quelli programmati sono ad oggi attivi. In realtà, a regime, ci saranno decine di centri specialistici ADHD in Italia, centri il cui unico scopo sarà quello di prescrivere Ritalin sulla base di questionari assolutamente ridicoli, a cui potrebbero essere presto sottoposti i nostri figli (si veda l'Approfondimento, ndr). È noto che, quando un'istituzione burocratica viene creata, la sua principale missione è l'autoconservazione: questo significa che i Centri prescriveranno tutto il Ritalin che dovranno prescrivere, pena la loro dichiarata inutilità.

Alla fine una mezza verità è emersa: i rappresentanti dell'ISS e dell'AIF hanno confermato che in realtà, quando tutti i Centri saranno aperti e funzioneranno appieno, si prevede un numero di 60-70.000 bambini trattati annualmente con Ritalin e affini. A parte il fatto che si tratta comunque di un numero preoccupante – dato che non c'è alcuna vera necessità di sottoporre tanti bambini ai danni dello psicofarmaco – si tratterebbe di un numero assai inferiore rispetto alla realtà degli altri paesi. Ma quale garanzia c'è, anche solo che non si vada oltre questo numero già alto? Purtroppo nessuna. Anche in Germania e in Francia le autorità nazionali avevano garantito che "loro non avrebbero fatto come negli USA". Tuttavia, a distanza di qualche anno, anche in quei paesi si sono attestati numeri di prescrizione dello psicofarmaco non molto diversi da quelli americani. La gravità del problema è rilevante, e l'allarme deve essere mantenuto alto.

Tratto dalla rassegna stampa di [www.giulemanidaibambini.org](http://www.giulemanidaibambini.org)

Campagna sociale nazionale  
contro gli abusi nella prescrizione  
di psicofarmaci a bambini ed adolescenti



## Il ruolo della nutrizione

A questo proposito è fondamentale capire – come ho sostenuto nel mio intervento al Convegno – che, se è vero che i sintomi legati alla fantomatica “patologia” ADHD sono reali e in evidente crescita nella popolazione infantile e scolastica, è altrettanto vero che la stragrande maggioranza di questi sintomi deriva da fattori assai diversi da quelli legati a presunti difetti genetici e/o anatomici, posti dalle autorità sanitarie. Senza escludere l'importanza dei fattori psicologici, penso che il vero fulcro del problema sia di natura nutrizionale. Questo è confermato anche dal fatto che si trovano bambini iperattivi e difficili anche all'interno di famiglie non afflitte da problemi relazionali o psicologici, e anzi caratterizzate da un ambiente sereno e amorevole. Che l'abuso di zucchero, caffeina, grassi idrogenati, glutammato, pesticidi, non possa non provocare effetti negativi importanti nei bambini, pare un dato comprensibile con il solo buon senso (e ci sono anche importanti dati scientifici in tal senso). Appare anche evidente come questa “nutrizione negativa” sia ulteriormente aggravata dalle carenze nutrizionali tipiche dell'alimentazione moderna, che ci privano del supporto antiossidante e protettivo di essenziali vitamine, minerali e molecole attive come clorofilla e caroteni: la gravità di queste carenze determina un vero e proprio crollo della “nutrizione positiva”. Nella generalità dei casi, la semplice eliminazione dei fattori inquinanti e di nutrizione negativa dall'alimentazione del bambino è sufficiente a risolvere gran parte dei problemi. Un grosso aiuto può venire anche da rimedi nutrizionali e naturali e, in particolare dall'uso di una microalga (la microalga Klamath) e di un suo specifico estratto, che forniscono sia un adeguato supporto nutrizionale, che le molecole specifiche per ottenere gli effetti generati dai farmaci, ma senza nessuno dei gravi effetti collaterali di questi ultimi.

## L'efficacia dell'alga Klamath

In effetti, la sola eliminazione dei nutrienti negativi può non essere sufficiente: occorre fare i conti anche con il problema delle carenze nutrizionali, e con l'instaurazione di meccanismi fisiologici alterati, che il solo intervento di correzione della nutrizione negativa può non riuscire a ristabilire appieno. La microalga Klamath ha il grande vantaggio di poter reintegrare utilmente la nostra alimentazione, grazie alla sua dotazione di 14 vitamine (tra cui elevate dotazioni delle vitamine più rilevanti dal punto di vista del sistema nervoso, come la vitamina A e le vitamine B); di 60 tra minerali e oligoelementi (tra cui minerali come il ferro e il vanadio, presenti in concentrazioni elevate nell'alga, e particolarmente rilevanti per la sintomatologia ADHD, e per attenzione, concentrazione ed energia); e di buone quantità di acidi grassi Omega 3 (anch'essi dimostratisi rilevanti per le problematiche ADHD). La Klamath possiede anche elevatissime quantità di clorofilla e caroteni, dal grande potere antiossidante, e dunque protettivo dei nostri organi e tessuti. Soprattutto la Klamath è ricca di specifiche ficocianine (molecole tipiche delle alghe verdi-azzurre che in questa microalga hanno una struttura particolare che le rende altamente potenti), che, oltre ad essere le molecole più antiossidanti in assoluto (più potenti delle più famose catechine e quercetina), hanno dimostrato – in studi effettuati dal Centro di Ricerche Nutriterapiche da me diretto – di avere un elevatissimo potere di neuroprotezione, e dunque di poter difendere noi e i nostri figli dagli attacchi subiti dai nostri neuroni in seguito all'ingestione diretta o indiretta (nutrizionale e ambientale) di svariati tipi di sostanze tossiche.

Ma Klamath contiene anche una specifica molecola neuromodulante che è la versione endogena e fisiologica delle molecole sintetiche usate nel Ritalin e affini, ovvero la feniletilammina o PEA. Il Ritalin è sostanzialmente un'anfetamina, e le anfetamine

*Tratto dalla rassegna stampa di [www.giulemanidaibambini.org](http://www.giulemanidaibambini.org)*

*Campagna sociale nazionale  
contro gli abusi nella prescrizione  
di psicofarmaci a bambini ed adolescenti*



sono versioni modificate in laboratorio della feniletilammina o PEA. In altre parole, tra PEA ed anfetamine esiste lo stesso rapporto che esiste tra oppiacei ed endorfine: come queste sono considerati gli oppiacei endogeni, così la PEA può essere definita una sorta di anfetamina endogena e fisiologica. Essa costituisce dunque una grande fonte, anche negli adulti, di energia fisica e mentale; di moderazione dell'appetito; di sostegno della libido; e soprattutto di grande stimolo delle funzioni intellettuali essenziali come attenzione, concentrazione e memoria. La PEA agisce sia autonomamente che attraverso la stimolazione e il sostegno del meccanismo della dopamina, ed è noto che la dopamina è considerato il neurotrasmettitore della felicità (e secondo alcuni dell'"illuminazione"). I primi studiosi di questa molecola naturale la definirono "la molecola dell'amore", perché il nostro organismo ne produce in abbondanza quando siamo innamorati; e dunque essa regola anche i processi dell'empatia e della socializzazione. La PEA è presente in numerosi alimenti, inclusi cioccolato, formaggi stagionati, legumi e vino rosso, anche se per ottenere delle concentrazioni sufficienti ad avere effetti significativi occorrerebbe fare dei pasti troppo abbondanti e dieteticamente molto scorretti. La Klamath è invece naturalmente ricca di questa molecola, al punto che pochi grammi ne forniscono quantitativi sufficienti a produrre chiari effetti antidepressivi e psico-stimolanti (come verificato in diversi studi).

Ritornando all'ADHD, si è riscontrato che i bambini iperattivi, così come gli autistici, sono fortemente carenti di PEA; e d'altra parte, gli studi hanno rivelato che il meccanismo di azione del Ritalin passa proprio attraverso la stimolazione della PEA (ma con forti effetti collaterali). Dunque la Klamath – soprattutto un suo specifico estratto (PhycoPlus®), che ne concentra PEA e altre molecole sinergiche necessarie al suo funzionamento – rappresenta una valida alternativa al farmaco per i bambini "ADHD" e un ottimo aiuto per tutti bambini, dato che attenzione e iperattività sono temi che riguardano il mondo infantile nel suo complesso. La combinazione di alga Klamath ed estratto di Klamath fornisce sia tutti i principali fattori nutrizionali, sia potenti molecole neuroprotettive e neuromodulanti: il tutto in un alimento naturale e dotato di effetti fisiologici e assolutamente sicuri.

### Per approfondire

#### L'assurdo test per l'ADHD

L'Istituto Superiore di Sanità ha di recente pubblicato il test che verrà proposto agli insegnanti per stabilire quali dei loro allievi meriti di essere posto sotto la tutela farmacologica dei Centri specialistici ADHD. In questo test diagnostico, si è classificati come potenzialmente ADHD se si risponde positivamente a sei delle nove domande proposte. Questo è il test con le risposte: le possibili risposte variano da "Qualche volta" fino a "Molto spesso" (il test completo è disponibile sul sito [www.giulemanidaibambini.org](http://www.giulemanidaibambini.org)).

Per quanto riguarda il deficit di attenzione:

- Incontra difficoltà a concentrare l'attenzione sui dettagli o compie errori di negligenza.
- Pur avendo capito le istruzioni e non avendo intenzioni oppositive, non segue le istruzioni ricevute o fatica a portarle a compimento.
- Ha difficoltà a mantenere l'attenzione sui compiti e sui giochi in cui è impegnato
- Quando gli si parla sembra non ascoltare.
- Ha difficoltà a organizzarsi nei compiti e nelle sue attività.
- Evita, non gli piace o è riluttante ad affrontare impegni che richiedono uno sforzo mentale continuato (come i compiti di scuola).

Tratto dalla rassegna stampa di [www.giulemanidaibambini.org](http://www.giulemanidaibambini.org)

Campagna sociale nazionale  
contro gli abusi nella prescrizione  
di psicofarmaci a bambini ed adolescenti



- Perde le cose necessarie per il lavoro o le attività (ad esempio diario, matite, libri o oggetti scolastici vari).
- Si lascia distrarre facilmente da stimoli esterni.
- Tende a dimenticare di fare le cose.

Data la tecnica diagnostica utilizzata per la determinazione dell'ADHD, tutti i bambini non particolarmente portati per gli studi, annoiati dalla scuola e senza troppa voglia di fare i compiti, passano da una possibile carriera nelle arti e nei mestieri a una cura che, immaginiamo, li farà diventare tutti intellettuali; mentre i bambini troppo svegli e vivaci, creativi e aperti al rischio, bambini che un tempo erano considerati un prezioso patrimonio da coltivare, saranno normalizzati nella condizione di silenziosi bambocci senza grilli (né idee) per la testa. Che bella prospettiva! La mia critica al modo assurdo di diagnosticare l'ADHD non vuole negare, come ho già detto, che vi siano sempre più situazioni in cui questi comportamenti, normali per tanti bambini, acquisiscano una intensità tale da diventare problematici. Ma è importante capire quanto inadeguato sia un test del genere per distinguere il bambino "ADHD" dal bambino "normale", a meno che lo scopo non sia proprio quello di includere quanti più bambini normali possibile dentro la redditizia scatola ADHD.

*Tratto da Stefano Scoglio Non è colpa dei bambini, Macro Edizioni 2007.*

Per approfondire:

#### **Nutrizione positiva e nutrizione negativa**

Per nutrizione negativa si intende l'ingestione di tutte quelle sostanze più o meno tossiche sia per via alimentare (pesticidi, fertilizzanti, coloranti, grassi idrogenati), sia per via ambientale (metalli pesanti nell'acqua potabile, nei medicinali e vaccini, nei fumi di scarico delle auto), che sono negative non solo nel senso diretto per cui generano uno specifico danno ossidativo all'interno dell'organismo; ma anche perché costringono il nostro organismo a bruciare come antiossidanti i nutrienti positivi assunti con la dieta, spingendo così verso il basso, in territorio negativo, quella bilancia tra ossidazione e protezione antiossidante, infiammazione e azione antinfiammatoria che regola la nostra salute. La nutrizione positiva si riferisce ovviamente all'introduzione nell'organismo di tutti quei nutrienti (vitamine, minerali, aminoacidi, acidi grassi, ma anche svariate altre molecole) che sostengono le funzioni plastiche (costruzione e mantenimento di ossa, muscoli), metaboliche ed energetiche dell'organismo. Oltre alla loro funzione di costruzione e mantenimento del nostro organismo e del suo funzionamento, questi nutrienti positivi hanno un grande potere protettivo, o antiossidante.

*Tratto dalla rassegna stampa di [www.giulemanidaibambini.org](http://www.giulemanidaibambini.org)*

*Campagna sociale nazionale  
contro gli abusi nella prescrizione  
di psicofarmaci a bambini ed adolescenti*