



Diagnosi e Terapie

Sezione del sito a cura di



Mariachiara Federici

Disturbo d'ansia generalizzato (DAG)

Il Disturbo d'Ansia Generalizzato è un disturbo psichiatrico classificato tra i cosiddetti Disturbi d'Ansia. E' caratterizzato dalla presenza di ansia e preoccupazione eccessive che si manifestano in maniera continua durante la giornata. L'intensità, la durata o la frequenza dell'ansia e della preoccupazione nei pazienti è eccessiva rispetto alla reale probabilità che un determinato evento si verifichi o rispetto a un evento accaduto. Si tratta di preoccupazioni difficilmente controllabili, ripetute che riguardano una pluralità di tematiche (per es., prestazioni lavorative, futuro dei figli, possibili malattie, ecc.). Il soggetto che ne soffre precipita in un vero e proprio stato di "attesa apprensiva", in una condizione di allarme ed ipervigilanza tale da rendere la vita impossibile. Si accompagnano a questo che è il sintomo principale del Disturbo d'Ansia Generalizzata, una serie di sintomi sul piano somatico, in seguito all'iperattivazione del Sistema Nervoso Autonomo, e sul piano cognitivo. Sul piano somatico sono presenti sudorazione, vampate di rossore, batticuore, nausea, diarrea, sensazione di freddo, mani appiccicose, bocca secca, respiro poco profondo, aumento di frequenza dell'urinare (pollachiuria). Il paziente lamenta spesso disturbi alla muscolatura scheletrica come tensione e dolenza muscolare, concentrata soprattutto nella zona della nuca e delle spalle, tic alla palpebre e ad altre parti del corpo, incapacità a rilassarsi e facile affaticabilità. Sul piano cognitivo, la preoccupazione eccessiva si accompagna a difficoltà di concentrazione, vuoti di memoria, irritabilità e facilità a distrarsi. Tutti questi sintomi sono inesorabilmente legati allo stato di continua tensione in cui la persona vive. Non vengono inizialmente riconosciuti dal soggetto come spia di qualche cosa che non va a livello emotivo, bensì la preoccupazione riguarda il proprio benessere fisico per cui si tende per prima cosa a

richiedere la consultazione del medico di base lamentando appunto sintomi gastrointestinali, disturbi del sonno, astenia.

Per poter porre diagnosi di Disturbo d'Ansia Generalizzata, il DSM-IV-TR propone i seguenti criteri diagnostici:

A. Ansia e preoccupazione eccessive (attesa apprensiva), che si manifestano per la maggior parte dei giorni per almeno 6 mesi, a riguardo di una quantità di eventi o di attività (come prestazioni lavorative o scolastiche).

B. La persona ha difficoltà nel controllare la preoccupazione.

C. L'ansia e la preoccupazione sono associate con tre (o più) dei sei sintomi seguenti (con almeno alcuni sintomi presenti per la maggior parte dei giorni negli ultimi 6 mesi). Nota Nei bambini è richiesto solo un item.

1) irrequietezza, o sentirsi tesi o con i nervi a fior di pelle

2) facile affaticabilità

3) difficoltà a concentrarsi o vuoti di memoria

4) irritabilità

5) tensione muscolare

6) alterazioni del sonno (difficoltà ad addormentarsi o a mantenere il sonno, o sonno inquieto e insoddisfacente).

D. L'oggetto dell'ansia e della preoccupazione non è limitato alle caratteristiche di un disturbo di Asse I, per es., l'ansia o la preoccupazione non riguardano l'aver un Attacco di Panico (come nel Disturbo di Panico), rimanere imbarazzati in pubblico (come nella Fobia Sociale), essere contaminati (come nel Disturbo Ossessivo-Compulsivo), essere lontani da casa o dai parenti stretti (come nel Disturbo d'Ansia di Separazione), prendere peso (come nell'Anoressia Nervosa), avere molteplici fastidi fisici (come nel Disturbo di Somatizzazione), o avere una grave malattia (come nell'Ipocondria), e l'ansia e la preoccupazione non si manifestano esclusivamente durante un Disturbo Post-traumatico da Stress.

E. L'ansia, la preoccupazione, o i sintomi fisici causano disagio clinicamente significativo o menomazione del funzionamento sociale, lavorativo o di altre aree importanti.

F. L'alterazione non è dovuta agli effetti fisiologici diretti di una sostanza (per es., una droga di abuso, un farmaco) o di una condizione medica generale (per es., ipertiroidismo), e non si manifesta esclusivamente durante un Disturbo dell'Umore, un Disturbo Psicotico o un Disturbo Pervasivo dello Sviluppo.

L'età di esordio, indicata nella fanciullezza e nell'adolescenza, è tuttavia difficile da definire con esattezza in quanto la maggior parte dei pazienti ha la sensazione di "essere stato sempre ansioso", riconoscendosi una parti colare struttura di personalità; non è comunque infrequente l'esordio dopo i 20 anni. Circa il 60% di coloro che soffrono di DAG sono donne. Il decorso appare tendenzialmente cronico, con andamento fluttuante, in quanto sono possibili dei periodi in cui il disturbo torna a manifestarsi con rinnovata intensità, soprattutto in concomitanza con eventi stressanti. Il Disturbo d'Ansia Generalizzato può peggiorare qualora siano presenti nella persona anche dei vissuti depressivi: demoralizzazione, vissuto di scoraggiamento ed umore triste, senso di impotenza sono dei sintomi legati alla sofferenza psicologica che il DAG comporta e migliorano parallelamente al miglioramento dei sintomi ansiosi del disturbo stesso.

Il trattamento del Disturbo d'Ansia Generalizzato prevede un'associazione tra approccio farmacologico, psicoterapeutico e di sostegno. Tra i farmaci, di largo

impiego per il DAG, sono gli antidepressivi o ansiolitici; mentre una psicoterapia di tipo cognitivo-comportamentale mira all'eliminazione del sintomo target del DAG e cioè la preoccupazione e l'evitamento, attraverso l'impiego di tecniche di sostituzione di pensieri funzionali a quelli disfunzionali, fonti di ansia eccessiva e alla modificazione delle risposte di evitamento associate con l'utilizzo di tecniche di desensibilizzazione verso gli stimoli che procurano l'ansia al paziente.. I soggetti che presentano questo disturbo talvolta traggono beneficio anche da trattamenti psicodinamici, mirati a scoprire i pericoli inconsci nascosti dietro le preoccupazioni quotidiane che affliggono il soggetto.