

CLAUDIA PALERMO – “Mode patologiche: le nuove dipendenze”

Giovedì 19 maggio 2016, ore 20.30

**Biblioteca Casa della Conoscenza - Spazio “La Virgola”,
via Porrettana 360, Casalecchio di Reno - Bologna.**



DEFINIZIONE: Le nuove dipendenze (o new addictions) comprendono le forme di dipendenza in cui non è implicato l'uso di alcuna sostanza chimica.

L'**oggetto della dipendenza** è un comportamento o un'attività lecita o socialmente accettata come lavorare, fare acquisti, navigare su internet, giocare ecc.

Negli ultimi anni si è assistito a rapidi cambiamenti della società e ad un progressivo sviluppo delle tecnologie dei new media che ha portato ad un'enorme diffusione di queste dipendenze comportamentali.

Queste nuove forme di dipendenza sono agevolate dall'**innovazione tecnologica** e dalla nuova civiltà che, da una parte genera **stress**, vuoto e noia; e dall'altra stimola la **tendenza all'immediata gratificazione**, creando continuamente nuovi bisogni e, contemporaneamente, i mezzi adatti per soddisfarli.

Addiction: condizione generale in cui la dipendenza psicologica spinge alla ricerca dell'oggetto, senza il quale l'esistenza perde il suo significato primario. Nelle nuove dipendenze si può parlare dello sviluppo dell'**addiction senza**

“dependence” (dipendenza fisica e chimica, condizione in cui l'organismo necessita di una determinata sostanza per funzionare). Si tratta del bisogno imprescindibile di mettere in atto comportamenti significativi, in **assenza di una dipendenza fisica vera e propria**.

Internet Addiction: uso distorto di internet, da utile strumento di comunicazione, di lavoro o di svago a strumento di chiusura sociale e di amplificazione dei disagi personali del soggetto (**spostamento energetico verso l'oggetto della dipendenza e disinvestimento dalla vita relazionale**). Nelle nuove dipendenze: illusione di evitare la sofferenza psichica e la consapevolezza dei propri stati interiori.

La volontà di potenza e l'iperstimolazione sensoriale portano a percepire il tutto come permesso e possibile, superando così i propri disagi interiori.

Le dipendenze variano storicamente anche in relazione ai **cambiamenti sociali, culturali e tecnologici** e hanno caratteristiche diverse da quelle tradizionali del secolo scorso (uso di droghe, alcol ecc.).

Elementi comuni tra le dipendenze comportamentali e quelle determinate dall'uso di sostanze:

- Impossibilità a resistere all'impulso di mettere in atto il comportamento (**compulsività**).
- Sensazione crescente di tensione che precede l'inizio del comportamento (**craving**).
- **Piacere** o sollievo durante la messa in atto del comportamento.
- Percezione di **perdita di controllo**.
- **Persistenza del comportamento nonostante le conseguenze negative**.

Nuove dipendenze sociali o legali:

- TECNOLOGICHE
- DA TELEFONINO
- DA VIDEOGIOCHI
- DA INTERNET (da relazioni virtuali, da gioco d'azzardo online, dipendenza da eccessive informazioni, da sesso virtuale o cybersesso)

Ortoressia: ossessione per la qualità dei cibi e l'eccessivo salutismo alimentare che porta a regolamentare il proprio appetito e la propria alimentazione secondo regole rigide ed ossessive basate sul rigore e sul senso di colpa in caso di trasgressione.

Alcoolesia o "drunkoressia" (da "Drunk" o ubriaco): è la moda del digiuno prolungato per incrementare l'effetto provocato dal consumo di alcolici. In Italia colpisce soprattutto le giovanissime, che digiunano dalle 24 alle 48 ore per poter consumare alcolici allontanando la paura di ingrassare.

Sintomi: sono simili all'anoressia, cioè: limitare il consumo di cibo, controllare le etichette dei prodotti per conteggiare le calorie, abuso di alcolici, sbalzi d'umore improvvisi, tachicardia, sudorazione, svenimenti.

Conseguenze fisiche:

L'organo più danneggiato è il fegato, che ha la funzione di metabolizzare l'alcool. Il rischio è di sviluppare epatite alcolica, di steatosi (fegato grasso), cirrosi e tumore. Danni possono però essere provocati anche ai reni, ai denti, all'esofago, al sistema nervoso e cardiovascolare.

Si rischiano lunghe degenze in ospedale e anche il coma etilico.

Può causare problemi cognitivi a breve e a lungo termine, difficoltà di concentrazione e lucidità a prendere decisioni.

In ragazzi/e già sottopeso, la drunkoressia provoca un dimagrimento patologico e crea una dipendenza dall'alcool.

Vigoressia (o complesso di Adone): disturbo psichiatrico che colpisce soprattutto gli uomini tra i 25 e i 35 anni e che si sta diffondendo anche tra gli over 60.

È la tendenza a trasformare gli allenamenti in una vera e propria ossessione.

Cause: scarsa autostima che porta al bisogno di sentirsi accettati.

Conseguenze: abbassamento della frequenza cardiaca, alterazioni del ritmo sonno-veglia, nausea, mancanza di appetito, problemi alle articolazioni e ai muscoli.

Chi è affetto da questo disturbo in genere segue anche diete drastiche, soffre di disturbi del comportamento alimentare ed assume integratori.

Conclusioni: prestando una maggiore attenzione alle nuove mode e ai comportamenti patologici sopradescritti è possibile evitare la formazione di disturbi o patologie conclamate attraverso la psicoterapia eventualmente associata ad altri interventi specialistici (a seconda della necessità).

Per informazioni e prenotazione: 340 3363194