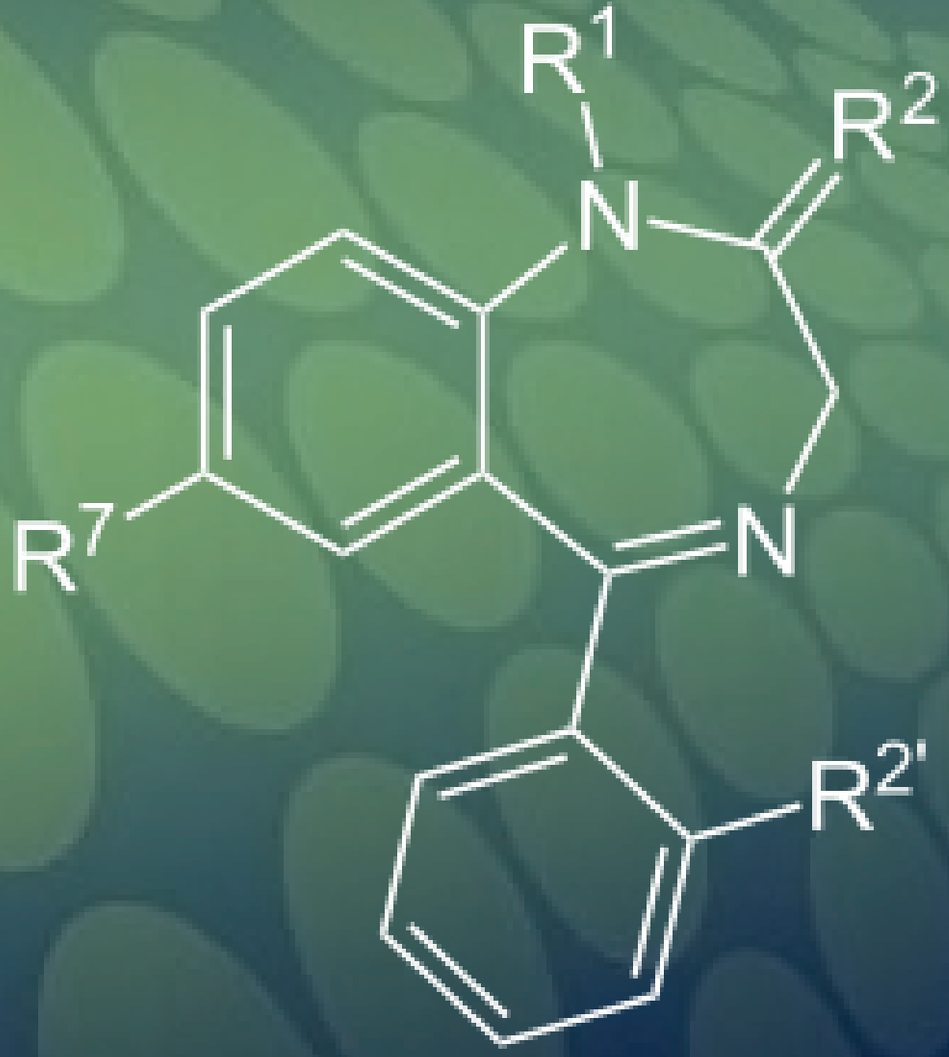
ansiolitici



Quando si usano sostanze psicoattive,
anche se naturali, e' molto importante sapere cosa si sta facendo.

Ogni individuo reagisce diversamente: conosci te stesso, il tuo corpo, le tue risorse.

Non assumere mai alcuna sostanza se non stai bene mentalmente o fisicamente.

PREMESSA

L'efficacia dei farmaci nel curare patologie del corpo è in costante aumento grazie alle innovazioni tecnologiche, che hanno permesso di affinare studi e sperimentazioni basate su studi, sempre più accurati, svolti nei secoli. Per gli psicofarmaci questo discorso non vale, è necessario farne uno a parte. La psiche (da cui psico-farmaci), o mente, è un'entità immateriale, che non si può toccare, osservare o "riparare" come si può fare con un braccio rotto o con qualsiasi parte del corpo che è invece materiale. Per paragonarla al corpo, spesso la mente è stata "localizzata" nel cervello, ma questa semplificazione ha portato molti a pensare, sbagliando, che la psiche sia effettivamente il sistema nervoso centrale e che studiandone il funzionamento si possano capire, e quindi curare, i meccanismi

che portano alle malattie psichiche. Anche accettando questa "identificazione" si pongono notevoli problemi: lo studio del cervello umano e del funzionamento dell'intero sistema nervoso centrale non si sta svolgendo da secoli, ma solo da qualche decennio, infatti, la maggior parte delle conoscenze che attualmente si hanno, si devono alle torture effettuate sui prigionieri nei campi di concentramento durante la seconda guerra mondiale. Trovandosi di fronte a persone che fanno o dicono cose apparentemente incomprensibili, non tollerabili dal punto di vista di chi osserva, livello di tolleranza peraltro oggi sempre più basso, è facile cedere alla tentazione di "normalizzare" queste persone "scomode" attraverso metodi culturalmente ed economicamente più che accettati: l'uso di farmaci. Questo avviene nonostante non siano presenti prove scientifiche a favore

dell'efficacia degli psicofarmaci, ma solo l'osservazione di alcuni cambiamenti da questi prodotti, spesso rilevati per caso nella cura di patologie diverse da quelle psichiche. Esistendo solo teorie della mente, non dati concreti, non è possibile stabilire con precisione cosa provochi le malattie mentali e, di conseguenza, non si può affermare che gli psicofarmaci curino malattie di cui non si possono avere informazioni certe.

STORIA

La psicofarmacologia moderna ebbe inizio nel 1953, quando Pierre Deniker scopriva gli effetti sedativi della clorpromazina e nel 1954 Frank Berger quelli del meprobamato, il primo ansiolitico. Tra il 1956 e il 1957 furono individuati i primi antidepressivi, l'imipramina (primo antidepressivo triciclico) e l'iproniazide (primo inibitore delle monoammino-ossidasi, IMAO).

Un anno più tardi Paul Janssen sintetizzo' l'aloperidolo (neurolettico) ed infine, nel 1960, iniziò l'uso del clordiazepossido, la prima benzodiazepina (ansiolitico).
Dopo queste importanti scoperte, nel corso dei decenni successivi, la psicofarmacologia si è evoluta ricercando sempre nuovi composti al fine di scoprire il farmaco specifico per ogni tipo di disturbo mentale, approfondendo così le conoscenze sui meccanismi di azione, la selettività, l'efficacia, la presenza di effetti collaterali e la tossicità; vennero inoltre individuate nuove sostanze, dette "di seconda generazione".

GLI ANSIOLITICI
Cosa sono: i farmaci ansiolitici sono farmaci utilizzati nel trattamento dei disturbi d'ansia, che contrastano alleviandone i sintomi. Gli ansiolitici

si differenziano tra loro per il principio attivo, il dosaggio, la velocità e la potenza d'azione e per la durata dell'effetto sull'organismo. In questa classe di farmaci possiamo distinguere due categorie: le benzodiazepine e gli ansiolitici di seconda generazione. Le benzodiazepine (BDZ), rappresentano la categoria più numerosa e maggiormente usata; negli anni '60 fu sintetizzata la prima molecola, il clordiazepossido (Librium), alla quale se ne sono aggiunte altre introdotte negli anni successivi.
Gli ansiolitici di seconda generazione sono invece farmaci scoperti più di recente con effetti più specifici sui singoli disturbi. Queste sostanze, anche se concepite come farmaci, stanno entrando sempre di più a far parte delle sostanze d'abuso (ricreazionali), utilizzate per il loro effetto o in mix con altre sostanze, soprattutto alcolici.

EFFETTI

Gli ansiolitici, anche se con modalità differenti agiscono sui disturbi d'ansia con un effetto miorilassante, in pratica diminuendo le tensioni del tono muscolare. Quest'azione, all'interno del Sistema Nervoso Centrale, può contribuire ad attenuare la trasmissione di stimoli che possono indurre ansia. Al di là delle specificità di ogni sostanza, gli effetti psicoattivi rimangono soggettivi ed oltre al dosaggio e all'ambiente e' importante considerare la personalità di chi fa uso di ansiolitici. Utilizzati anche in anestesia e disponibili in forme iniettabili, la somministrazione di questi farmaci avviene usualmente per via orale, in forma di compresse o liquida, producendo effetti dopo circa un'ora dall'assunzione. Comunemente le BDZ rimangono attive per periodi abbastanza lunghi (possono superare anche i 10 giorni), mentre

gli ansiolitici di nuova generazione esauriscono il loro effetto nel giro di qualche ora. Occorre tenere in considerazione che gli effetti di questi farmaci sono prolungati se assunti da persone con metabolismo lento, ad esempio gli anziani. A basse dosi gli ansiolitici possono dare un senso di tranquillità e benessere ma, anche un piccolo aumento nel dosaggio porta ad un generale rallentamento dell'attività mentale dando a chi li utilizza difficoltà di concentrazione e sonnolenza. A livello fisico, l'uso di ansiolitici porta ad una diminuzione della pressione sanguigna e della frequenza cardiaca, con un generale rilassamento muscolare che induce stanchezza, pesantezza degli arti, difficoltà nella coordinazione dei movimenti e nel parlare. Le BDZ, infine, hanno un'azione antiepilettica generica (deprimono la corteccia cerebrale).

EFFETTI COLLATERALI

Sostanze come gli ansiolitici possono dare eccessiva sedazione, intervenendo sul normale livello di attenzione e di capacità di percepire i pericoli e attivare le difese. Il sonno può venire alterato: quando il farmaco ha un effetto breve, sono comuni episodi di risveglio precoce al mattino e insonnia dirimbalzo la notte successiva, mentre l'assunzione di farmaci a lunga durata prima di dormire può dare problemi di sonnolenza anche durante il giorno. Gli ansiolitici possono anche dare problemi di memoria, andando così ad interferire con i processi di apprendimento e producendo conseguenti difficoltà nello studio.

RISCHI

Effetti come sonnolenza e difficoltà di attenzione hanno come conseguenza un minore

rendimento nello svolgimento delle normali attività quotidiane, con un maggior rischio di incorrere in infortuni o incidenti e guidare può risultare particolarmente pericoloso, soprattutto se queste sostanze sono assunte assieme, anche, a piccole dosi di alcol. Questi farmaci producono dipendenza fisica (necessità di continuare ad assumere il farmaco per funzionare normalmente e non avere sintomi di astinenza) e psicologica, l'interruzione improvvisa dopo un uso prolungato di ansiolitici può portare, infatti, ad una sindrome da sospensione che si può protrarre da una a quattro settimane con sintomi come insonnia, irritabilità, ipersensibilità sensoriale e ansia di rimbalzo. Anche se assunti sotto controllo medico, risulta spesso difficile interrompere l'uso di ansiolitici, poiché riaffiorerebbero tutti i problemi per i quali sono stati assunti; gli

ansiolitici, infatti, alleviano i sintomi dei disturbi d'ansia, per curarli efficacemente vanno accompagnati da un'adeguata psicoterapia.
Questi farmaci possono portare a overdose, intossicazione acuta che provoca depressione respiratoria, con complicazioni che comprendono aritmie cardiache, coma e morte; la dose letale è indicata come 7 volte la dose prescritta dal medico.

TUTELATI
- Non usare ansiolitici se non sei in cura da un medico psichiatra che te li prescrive!

- Non mixare ansiolitici con altre sostanze psicoattive: si ha un generale peggioramento della situazione!

- Sotto l'effetto di queste sostanze evita le

situazioni e le attività che richiedano particolari livelli di attenzione, come guidare;

- Non mixare ansiolitici con alcol: si avrebbe una pericolosa depressione del sistema nervoso centrale e anche piccole dosi di entrambi potrebbero risultare letali;

- La facile reperibilità di questi farmaci e la loro legalità non toglie nulla alla loro pericolosità e alla necessità di usarli solo secondo specifiche modalità e sotto stretto controllo medico; solo lui infatti può conoscere la quantità adeguata per ognuno, un dosaggio troppo basso o troppo alto può avere effetti indesiderati e poco controllabili.

- L'uso di tali farmaci deve essere accompagnato da un adeguato sostegno psicologico e/o

amicale; quando non stiamo bene infatti è importante che qualcuno ci stia vicino aiutandoci a vedere le cose in modo diverso da noi.

- Anche se assumi ansiolitici sotto controllo medico, accertati che l'interruzione del loro uso avvenga con gradualità; quando un equilibrio si rompe all'improvviso, non può essere riacquistato in un colpo solo.

- Evita di assumere ansiolitici se sei in gravidanza o stai allattando, questi farmaci possono provocare danni al nascituro e se ne riscontrano tracce anche all'interno del latte materno.

COSA DICE LA LEGGE

Gli psicofarmaci sono sostanze appartenenti al circuito della legalità, non si commette quindi alcun crimine o infrazione nel possesso (in

quantità giustificabili) o nell'uso di tali sostanze, ma la distribuzione è disciplinata in modo piuttosto rigido, vista la delicatezza degli effetti prodotti. Si possono acquistare in farmacia ma solo se muniti di ricetta, emessa da un medico per quanto riguarda ansiolitici e antidepressivi, o emessa da uno specialista (medico psichiatra) se si tratta di neurolettici o stabilizzatori d'umore.

LA CAROVANA O.N.L.U.S
Via Pellizza da Volpedo, 30
Bologna - tel. 051-494721
www.lacarovanacoop.com

Si ringrazia per la collaborazione
e la fornitura di testi U. P. Reggio Emilia