

---

## Italiani malati immaginari?

**Autore:** Michele Angelo Di Bari

**Fonte:** Città Nuova

**Tra patologie vere e disturbi apparenti, siamo un popolo che consuma troppi farmaci.**

Il benessere fisico è essenziale per la nostra sopravvivenza, per cui non sorprende che la maggior parte delle persone abbia pensieri e preoccupazioni rivolti alla propria salute. Tra coloro che soffrono di gravi malattie, e particolarmente per quelli a rischio, la preoccupazione per la salute ha una funzione “adattiva”, cioè la persona è stimolata ad analizzare le proprie sensazioni corporee per verificare la presenza di gravi segni e sintomi in modo che vengano affrontati tempestivamente.

In alcuni casi, si può sviluppare una preoccupazione per la propria salute (detta “ansia da salute”) in assenza di patologia organica. In questo caso gli individui si percepiscono come gravemente malati sulla base di una errata interpretazione di sensazioni e malesseri confusi. Ad esempio un mal di testa può far venire il terrore di avere un tumore al cervello oppure un dolore intercostale può far pensare a un imminente infarto. Ma non servono grandi patologie ad angosciarci, basta lo starnuto di un vicino per cominciare a percepire i primi sintomi dell’influenza! Se questi timori si fanno ossessivi, allora siete affetti da ipocondria.

Ma attenzione, episodi simili possono emergere anche in caso di stress. Ed oggi, chi non si sente un po’ stressato? Esso, infatti, può alterare il modo in cui una persona si sente, pensa e si comporta. Il costo per acquietare gli italiani da timori spesso infondati è di 4 miliardi di euro l’anno in medicinali, che bastano solo per mitigare le paure essenziali. I farmaci da banco più venduti sono gli integratori e gli antinfiammatori. Non ultimi gli antibiotici di cui si abusa e a cui ricorriamo persino per curare un raffreddore emergente. Siamo di fronte ad una vera psicosi all’italiana.

E allora cosa fare per evitare la schiavitù? La parola d’ordine è: evitare. Evitare l’assunzione di medicinali senza consultare il medico ed evitare, o almeno fare attenzione, ai tre nemici che si celano in casa nostra e che si nutrono delle nostre paure: Internet, le trasmissioni televisive e le riviste sulla salute. La Rete, come mezzo popolare di ricerca, è utilizzato da molti per cercare informazioni e rassicurazioni e mediante chat scambiarsi informazioni mediche talvolta di veridicità limitata. Non più ipocondria ma “cyberchondria”. Le trasmissioni e le riviste vanno invece “consumate” con parsimonia e con spirito critico: la salute ne guadagnerà davvero!