



Effetti delle Sostanze psicoattive : Uso – Abuso e altre Dipendenze

Dtt. Roberto Ciulla



Vale per tutti, piloti e non, la norma di non assumere farmaci per lunghi periodi, o addirittura abitualmente, senza sottoporsi a periodici controlli medici ed esami di laboratorio.

DIPENDENZE: CONCEZIONE «CLASSICA»

L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) descrive la dipendenza patologica come quella condizione psichica, e talvolta anche fisica, causata dall'interazione tra una persona e una sostanza tossica. Tale interazione determina un bisogno compulsivo di assumere la sostanza in modo continuativo o periodico, allo scopo di provare i suoi effetti psichici e talvolta di evitare il malessere della sua privazione.

DIPENDENZA: «NUOVA CONCEZIONE»

Dipendenza è quindi un qualsiasi comportamento ripetuto, che il soggetto non è in grado di arrestare, nonostante le sue conseguenze negative e per quanto la persona si sforzi nel porvi fine.

PROGRESSIONE

- Uso ricreativo di sostanze,
- Un approccio problematico
- Abuso di sostanze
- La dipendenza

È quindi un insieme di fenomeni cognitivi, comportamentali e fisiologici a seguito del ripetuto uso di una sostanza. Una volta che si è acquisita la dipendenza il piacere può diminuire, ma la pulsione a mettere in atto il comportamento problematico non solo aumenterà ma al tempo stesso di intensificherà. A questo punto il comportamento non sarà più rinforzato dal piacere ma dal sollievo dalle pulsioni intense e spiacevoli.

PRINCIPALI MOTIVAZIONI

- sentirsi bene - sensazione di piacere, "sballo" o "intossicazione"
- per sentirsi meglio - alleviare lo stress, dimenticare i problemi o sentirsi intorpiditi
- per fare meglio - migliorare le prestazioni o il pensiero
- curiosità e pressione dei pari o sperimentazione

SINTOMI DIPENDENZA

- Perdita di controllo del consumo, uso compulsivo
- Umore triste
- Irritabilità
- Deterioramento della qualità di vita
- Negazione o autoinganno
- Ansia
- Ossessione
- Eccessiva preoccupazione o inquietudine
- Insonnia
- Senso di colpa

PRINCIPALI SOSTANZE D'ABUSO

- Alcol
- Marijuana
- PCP, LSD e altri allucinogeni
- Inalanti, come diluenti per vernici e colle
- Antidolorifici oppioidi, come codeina e ossicodone, eroina
- Sedativi, ipnotici e ansiolitici (medicinali per l'ansia come i tranquillanti)
- Cocaina, metanfetamina e altri stimolanti
- Tabacco

NEW ADDICTION

- Gioco d'azzardo patologico
- Shopping compulsivo
- “New technologies addiction” (dipendenza da TV, internet, social network, videogiochi)
- Workaholism, dipendenza dal lavoro
- Sensation Seeking
- Sesso, sex-addiction
- Relazioni affettive
- Sindrome da Overtraining, allenamento sportivo

ELEMENTI IN COMUNE

- Piacere e sollievo, la cosiddetta “luna di miele”, negazione del problema;
- La sostanza (o il comportamento) domina costantemente il pensiero: modalità compulsiva
- Craving: desiderio crescente o stato di tensione che precede l’assunzione della sostanza
- Instabilità dell’umore: inizialmente precedente l’assunzione della sostanza successivamente sempre più generalizzata
- Tolleranza, ovvero progressiva necessità di incrementare la quantità di sostanza per ottenere l’effetto
- Perdita del controllo sull’assunzione della sostanza (o sull’esecuzione del comportamento)

ELEMENTI IN COMUNE

- Disagio psichico e fisico quando s'interrompe o si riduce l'assunzione della sostanza (o il periodo dedicato al comportamento)
- Progressive e sempre più gravi ricadute sul funzionamento personale e interpersonale (sfera lavorativa, affettiva, amicale, personale...)
- Frequente tendenza a riavvicinarsi alla sostanza (o al comportamento) dopo un periodo di interruzione (fenomeno della ricaduta)
- Elevata frequenza dell'assunzione di più sostanze, passaggio da una dipendenza a un'altra
- La somiglianza dei principali fattori di rischio: impulsività, sensation-seeking (ricerca di comportamenti a rischio).

ALCOL

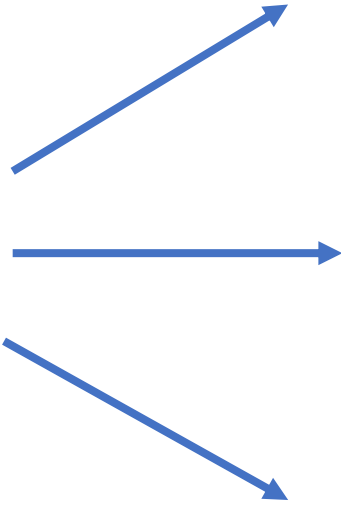


ALCOL

Il consumo di eccessive quantità di alcol viene considerato un disturbo quando comporta una compromissione del comportamento psico-sociale dell'individuo o quando si manifesta una dipendenza (ossia l'incapacità a rimanere sobri). In questi casi si parla di **abuso alcolico** e di **alcolismo**.

Chi è affetto da alcolismo sviluppa, nel tempo, una serie di gravi sintomi fisici e psicologici oltre a danni nella sfera sociale.

ALCOL – CAUSE



Fattori genetici

Fattori ambientali

Fattori psicologici

ALCOL – EFFETTI

- Euforia
- Disinibizione dei sensi
- Vertigini
- Decadimento della coscienza
- Visione notturna si affievolisce
- Perdita della percezione delle distanze
- Disturbi della messa a fuoco es. doppia visione
- Il valore dello $0,8 \times 1000$, limite oltre il quale il soggetto viene considerato in stato di ebbrezza
- I tempi di reazione si dilatano del 30% con un tasso alcolico dello $0,2 \times 1000$
- Senso di abbagliamento e riduzione del campo visivo compaiono allo $0,3 \times 1000$
- Diminuzione della capacità di giudizio allo $0,5 \times 1000$

CBD - CANNABIDILOLO



CBD: MARIJUANA LIGHT

- Il commercio di marijuana leggera è legale in quanto il contenuto di THC non supera lo 0,6%, sebbene la legge non preveda l'utilizzo di cannabis light per uso ricreativo.
- Il THC è l'unica sostanza della cannabis che provoca effetti psicotropi
- Nonostante la percentuale di THC sia estremamente bassa all'interno della cannabis light, è impossibile garantire che di fronte a test del genere non si risulti positivi.

GIOCO D'AZZARDO



GIOCO D'AZZARDO

Secondo recenti studi del CNR (Centro nazionale Ricerche) di Pisa negli ultimi anni i cosiddetti “giocatori sociali” sono stati circa 16 milioni di persone: di questi l'1,6%, circa 250 mila persone, sono “giocatori patologici”

caratteristiche sostanziali:

- Tolleranza: bisogno di giocare di più per ottenere lo stesso eccitamento (o per recuperare le perdite)
- Astinenza: nervosismo, ansia e sintomi fisici se si tenta di smettere
- Perdita di controllo del comportamento di gioco

GIOCO D'AZZARDO

Incapacità di resistere al desiderio di scommettere affrontando un rischio relativamente modesto in relazione alla singola perdita.

Questa seppur remota probabilità di vincita sollecita le aree cerebrali coinvolte nel sistema della ricompensa in modo del tutto analogo a quanto farebbero l'abuso sostanze psicotrope, procurando esaltazione e piacere nell'immediato.

Il giocatore è indotto a ricercare nuovamente e sempre più spesso la medesima sensazione

GIOCO D'AZZARDO: FATTORI DI RISCHIO

- La propensione al gioco patologico può essere esasperata da periodi di difficoltà e stress in ambito lavorativo o familiare
- In queste situazioni, il gioco d'azzardo diventa una forma di compensazione temporanea all'insoddisfazione e alle preoccupazioni in altri contesti.
- L'apparente soluzione si rivela, però, ben presto peggiore del male iniziale, determinando problemi relazionali, professionali ed economici aggiuntivi, nonché un ulteriore scadimento del tono dell'umore.

SENSATION-SEEKING



SENSATION SEEKING

Tendenza a ricercare sensazioni forti, affascinanti, ricercare attività rischiose, letteralmente infatti il termine significa: **“cercatori di sensazioni”**.

I rischi diventano estremi quando sono continui, caratterizzano lo stile di vita, minacciano gli averi, l’incolumità e l’esistenza stessa della persona.

Il sensation seeking predittore di guida spericolata, attività sessuale a rischio, delinquenza adolescenziale, aggressività, ostilità, rabbia, disturbi della personalità, comportamento criminale, abuso di alcool e uso di droghe illecite.

SEX-ADDICTION



SEX ADDICTIONS

Il disturbo del comportamento sessuale compulsivo è caratterizzato da incapacità di controllare impulsi sessuali intensi e ripetitivi con conseguente comportamento sessuale ripetitivo.

Il problema principale nella sex addiction è che le persone che ne soffrono spesso non si rendono conto di avere un problema e tendono a giustificare i propri comportamenti attraverso razionalizzazioni e imputazione di colpe ad altri.

Essi non riescono a frenare il loro comportamento, nemmeno se instaurano un rapporto serio e duraturo con un partner (per lo meno non ci riescono a lungo), né riescono a fermarsi se diventano genitori.

SEX-ADDICTION

Un tipico esempio di pensiero da Sex Addiction è:

“Questa è l’ultima volta che ho intenzione di andare in quel sex shop/ scaricare le app sex-finder/ vedere il mio compagno di letto o perdere tempo su quel sito porno”.

Ma la loro scarsa capacità di controllo, li riporta alle stesse situazioni, nonostante le conseguenze negative sulla vita, che allora si sdoppia, mantenendo la dipendenza fuori da una vita normale, fatta di amici e famiglia.

Come tutte le persone tossicodipendenti, si crea così una rete di continue bugie, segreti, manipolazione, e negazione.

SEX ADDICTION - SINTOMI

I sintomi della dipendenza da sesso peggiorano progressivamente, fino a portare la persona alla completa perdita di controllo della sua vita.

- Dedicava molto tempo alla soddisfazione delle proprie fantasie e desideri sessuali o ad organizzare la propria vita sessuale
- Usa l'atto sessuale come reazione per far fronte a stati d'animo negativi, come ansia, depressione, noia o irritabilità, o eventi stressanti
- Non prende in seria considerazione il dolore fisico ed emotivo causato agli altri per il proprio comportamento sessuale
- Non riesce in alcun modo ad arginare questi comportamenti, malgrado la buona volontà; prova fantasie e desideri sessuali compulsivi senza aver assunto farmaci o droghe;
- La soddisfazione del bisogno sessuale procura piacere, ma allo stesso tempo porta con sé senso di disagio e di vergogna, ansia, malessere, depressione e malinconia

SEX ADDICTION: COMPORTAMENTI OSSERVATI

- Autoerotismo compulsivo
- Sesso occasionale con partner anonimi
- Utilizzo di materiale pornografico e sesso virtuale via web
- Rapporti sessuali non protetti
- Rapporti con persone dedite alla prostituzione
- Esibizionismo
- Ricerca continua di nuovi partners
- Voyeurismo
- Pedofilia

DIPENDENZA AFFETTIVA



DIPENDENZA AFFETTIVA

Dipendenza affettiva disfunzionale è definibile come uno stato patologico in cui la relazione di coppia è vissuta come condizione unica, indispensabile e necessaria per la propria esistenza.

All'altro viene attribuita un'importanza tale da annullare se stessi e non ascoltare i propri bisogni. Tale meccanismo viene perpetuato per evitare di affrontare la paura più grande: la rottura della relazione. È una condizione relazionale negativa, caratterizzata da assenza cronica di reciprocità nella vita affettiva, che tende a creare malessere psicologico e/o fisico.

Quando il vincolo di coppia offusca i propri bisogni e desideri e ci incatena all'altro soffocando la nostra individualità possiamo parlare di dipendenza affettiva.

DIPENDENZA AFFETTIVA: SINTOMI

- Bisogno di legame nei confronti di una persona dalla quale dipende totalmente e sulla quale investe tutte le proprie energie.
- Vive costantemente nell'ansia di poterla perdere e ha bisogno di continue rassicurazioni.
- Difficoltà nell'identificare in modo consapevole i propri bisogni ed obiettivi se non in presenza di una figura di supporto o di un contesto che svolga questa funzione.
- Nella coppia tende a porre al partner richieste affettive esagerate ed incongruenti e a non sentirsi amato in maniera sufficiente ed adeguata. Talvolta aumenta tali richieste fino a determinare una rottura definitiva del rapporto.

I sintomi della dipendenza affettiva non si manifestano necessariamente all'interno di una relazione di coppia, ma possono manifestarsi anche nei confronti di un genitore, di un altro familiare, di una figura amicale o di una persona d'autorità

UTAPA

Italia - Associazione Psicologia Aviazione

Grazie a tutti per l'attenzione

@ robertociulla1288@gmail.com

☎ 3277681522