

28 novembre 2023 15:58

Psichedelici contro i disturbi alimentari

di [Redazione](#)

La ricerca psichedelica è aumentata negli ultimi anni, suscitando entusiasmo tra i medici, gli investitori e il pubblico in generale. Gli studi clinici indicano risultati per le persone che lottano con [malattie mentali](#) come depressione, disturbo da stress post-traumatico e ansia di fine vita.

Recentemente, i riflettori sono puntati sui disturbi alimentari (ED), un gruppo di condizioni gravi e difficili da trattare. Un sondaggio ha rivelato che il [70% delle persone vede la medicina psichedelica come una strada promettente per gli ED](#) e numerosi rapporti mostrano risultati positivi.

Le piattaforme multimediali abbondano di storie personali avvincenti, da articoli online a documentari Netflix, thread Reddit, video TikTok e clip YouTube. Ma la domanda cruciale rimane: **le prove scientifiche sono in linea con l'hype?**

Come studente di dottorato nel campo della neuropsichiatria con un interesse personale per gli ED, ho approfondito la letteratura per valutare le prove a favore della [terapia assistita da psilocibina nel trattamento dell'ED](#).

Gestione a lungo termine degli ED

Gli ED hanno il più alto tasso di mortalità tra i disturbi psichiatrici e sono in aumento. Il trattamento di solito [prevede](#) una combinazione di farmaci e terapia, ma la distrazione, l'abbandono e la [resistenza](#) sono fin troppo frequenti. Molti pazienti non vengono trattati o sopportano i sintomi per tutta la vita. Nel complesso, mancano opzioni terapeutiche che producano miglioramenti a lungo termine.

Sebbene le cause degli ED siano diverse, i pazienti spesso mostrano alterazioni nella connettività cerebrale e nella segnalazione della serotonina. [Questi cambiamenti](#) influenzano le regioni coinvolte nell'immagine corporea, nell'umore, nell'appetito e nella ricompensa, determinando ["inflexibilità cognitiva"](#).

Ciò si manifesta con schemi di pensiero rigidi come il conteggio sistematico delle calorie, emozioni contenute e regimi di esercizio punitivi. L'inflexibilità cognitiva può anche essere responsabile della stessa resistenza al trattamento.

Meccanismi sottostanti

Sembra che i trattamenti standard non risolvano l'intera gamma di meccanismi alla base degli ED. A differenza

della terapia verbale convenzionale condotta da terapisti, la terapia con psilocibina utilizza l'esperienza psichedelica per alterare l'attività cerebrale e favorire la flessibilità cognitiva.

La psilocibina, un alcaloide vegetale presente in natura nei funghi *Psilocybe*, è stata introdotta per la prima volta nella medicina occidentale dalle [comunità indigene](#) negli anni '50. Aumenta la segnalazione della serotonina riducendo l'attività delle reti cerebrali legate a schemi di pensiero rigidi. Si ritiene che questi cambiamenti migliorino l'immagine corporea, l'elaborazione della ricompensa e il rilassamento delle convinzioni, catalizzando in definitiva [il processo terapeutico](#). Ma le prove cliniche supportano questo? Beh, un po'.

[Un caso di studio](#) ha descritto una donna con anoressia nervosa resistente al trattamento che, dopo due dosi di psilocibina, ha sperimentato un immediato miglioramento dell'umore, una maggiore comprensione della radice dei suoi sintomi e una risoluzione del peso a lungo termine.

Un altro studio ha scoperto che una singola dose di psilocibina era sicura e [tollerabile nelle donne con anoressia nervosa](#), riducendo le loro preoccupazioni sull'immagine corporea.

In un altro rapporto, un individuo con dismorfismo corporeo [ha risposto bene sia al trattamento con fluoxetina che a psilocibina](#), ma era resistente al trattamento con altri farmaci.

Le prove teoriche suggeriscono un ruolo della psilocibina nel [trattamento delle abbuffate](#), dell'[eccesso di cibo compulsivo](#) e della [dipendenza da cibo](#), migliorando anche i sintomi della depressione e dei traumi. Tuttavia, nonostante queste entusiasmanti prospettive, numerose limitazioni temperano i risultati.

Sfide legate alla conduzione della ricerca

Il gold standard di prova per qualsiasi intervento è lo [studio randomizzato e controllato \(RCT\)](#), in cui i partecipanti vengono assegnati in modo casuale a un gruppo di intervento o di controllo, idealmente senza sapere a quale sono stati assegnati. L'idea è quella di ridurre l'impatto delle differenze individuali e dei pregiudizi legati alle aspettative per vedere veramente se un intervento è efficace o meno.

Tuttavia, per gli studi randomizzati sugli psichedelici, può essere difficile accecare adeguatamente i partecipanti: le allucinazioni sono un po' un chiaro indizio.

Molti studi presentano campioni di piccole dimensioni privi di diversità, il che limita l'applicabilità nel mondo reale. Sebbene la psilocibina abbia un buon profilo di sicurezza, i partecipanti sono altamente vulnerabili durante le esperienze psichedeliche. L'esperienza è spesso ineffabile e diversa per ognuno, rendendo il processo di consenso informato eticamente impegnativo.

È anche fondamentale riconoscere "l'[eccessivo entusiasmo](#)" nel campo, dove l'uso personale di sostanze psichedeliche da parte dei ricercatori e dei partecipanti può introdurre pregiudizi. Tra le altre limitazioni, dobbiamo essere consapevoli di come ciò influisce sui risultati così come rappresentati dai media.

La sicurezza del paziente

Enfatizzare eccessivamente le azioni terapeutiche della psilocibina o presentare selettivamente risultati positivi può causare più danni che benefici. A causa delle restrizioni legali, alcuni pazienti acquistano psilocibina illegalmente, senza adeguati protocolli di sicurezza o supervisione medica. Sebbene ciò possa riflettere un fallimento del sistema sanitario, una mentalità e un ambiente adeguati sono vitali per una sessione sicura e produttiva.

Le azioni terapeutiche della psilocibina si estendono oltre l'esperienza psichedelica; l'integrazione con un terapeuta è fondamentale per applicare i benefici. Le narrazioni che suggeriscono una singola esperienza con la psilocibina come panacea sono pericolose.

Infine, dobbiamo considerare come l'hype finanziario che circonda la psilocibina potrebbe gonfiare i costi, limitando l'accesso alle persone che ne hanno più bisogno.

Sebbene l'entusiasmo per la terapia assistita da psilocibina sia giustificato, **un cauto ottimismo è essenziale**.

Dobbiamo ancora determinare il quadro terapeutico ottimale per gli ED e come questo possa essere fornito in modo efficace ed etico in generale.

(Elena Koning - PhD Student, Centre for Neuroscience Studies, Queen's University, Ontario - su The Conversation del 27/11/2023)

CHI PAGA ADUC

l'associazione non **percepisce ed è contraria ai finanziamenti pubblici** (anche il 5 per mille)

La sua forza economica sono iscrizioni e contributi donati da chi la ritiene utile

DONA ORA (<http://www.aduc.it/info/sostienici.php>)