

LO STRESSSS

LO STRESS

Reazione aspecifica dell'organismo a
specifiche sollecitazioni provenienti
dall'esterno



REAZIONE ALLO STRESS

- Sindrome generale di adattamento
- Capacità dell'organismo di adeguarsi alle pressioni ambientali con l'obiettivo di sopportarle e superarle

Il ciclo attivato dallo stress

- La mente umana valuta il significato dell'impulso (reazione cognitiva) e vi fa seguire un'attivazione emozionale più o meno intensa.
- L'attivazione emozionale induce le modificazioni biologiche e comportamentali proprie della reazione da stress.

Segnali specifici dello stress

- Variazioni del ritmo cardiaco e respiratorio;
- Aumento o contrazione della peristalsi intestinale;
- Bocca secca;
- Tremori;
- Crampi allo stomaco.

TRAUMA

- Esperienza di particolare gravità che compromette il senso di stabilità e continuità fisica o psichica di una persona



LA RISPOSTA AL TRAUMA

- ✓ ogni persona reagisce in modo differente
- ✓ la risposta individuale dipende da:
 - tipo di evento stressante
 - caratteristiche di personalità della vittima
 - modalità individuali di reagire allo stress
 - supporto e risorse sociali

DISTURBI CONNESSI AI TRAUMI

La risposta al trauma comporta sintomi e emozionali e comportamentali:

✓ che comportano un grave disagio, superiore a quanto atteso

e/o

✓ una significativa alterazione del funzionamento sociale, lavorativo o scolastico

DISTURBI CONNESSI AI TRAUMI



- ✓ possono manifestarsi (30-35%):
 - Disturbo dell'Adattamento
 - Disturbo psicotico breve
 - Disturbo post-traumatico da Stress

- ✓ Possono insorgere altri disturbi:
 - ansia, umore, sessualità, disinibizione comportamentale, alimentazione, somatoformi, uso di sostanze

DISTURBO DELL'ADATTAMENTO

- con UMORE DEPRESSO
- con ANSIA
- con ANSIA E UMORE DEPRESSO misti
- con ALTERAZIONE DELLA CONDOTTA
- con ALTERAZIONE dell'EMOTIVITA' e della CONDOTTA misti

DISTURBO DELL'ADATTAMENTO

- E' più comune negli adolescenti ma si manifesta a tutte le età
- Il rapporto femmine a maschi è 2:1

- **Fattori precipitanti più frequenti:**

- ✓ Adolescenti: problemi scolastici, rifiuto da parte dei genitori, divorzio dei genitori
- ✓ Adulti: problemi coniugali, divorzio, trasferimento in un nuovo ambiente, problemi finanziari

- **PROGNOSI**

In genere remissione veloce con un buon trattamento.

Negli adolescenti, un disturbo dell'adattamento può precedere lo sviluppo di disturbi dell'umore o disturbi correlati all'uso di sostanze

DISTURBO DELL'ADATTAMENTO

• **TRATTAMENTO**

Talvolta regressione spontanea quando il fattore stressante è reversibile e limitato nel tempo

- ✓ Psicoterapia: di gruppo, individuale, familiare
- ✓ Farmacoterapia: antidepressivi, ansiolitici (solo per brevi periodi e in combinazione con psicoterapia)

DISTURBO POST-TRAUMATICO DA STRESS

- A. Esposizione ad un evento traumatico
- B. L'evento viene rivissuto in modo persistente
- C. Evitamento di stimoli che possano ricordare l'evento e attenuazione della reattività generale
- D. Aumentata reattività (arousal)

