CIOCIARIA
EDITORIALE OGGI

Covid: psicanalista Lucattini, 'medicina integrata risorsa contro ansia adolescenti'

Covid: psicanalista Lucattini, 'medicina integrata risorsa contro ansia adolescenti'
11/03/2021

Roma, 11 mar. (Adnkronos Salute) - Cresce il disagio degli adolescenti per l'impatto della pandemia. E "le terapie integrative sono una grande risorsa perchÃ© - escluse situazioni molto specifiche che hanno bisogno di trattamenti tradizionali - fitoterapici, nutraceutici, integratori, omeopatia, danno ottimi risultati nei disturbi reattivi. Ovvero ansia o depressione in reazione ad un evento, in questo caso la pandemia o la Dad". Lo ha spiegato Adelia Lucattini, psichiatra e psicoanalista della SocietÃ psicoanalitica italiana (Spi) nel corso dell'incontro on line "L'impatto Covid sugli adolescenti risvolti psicologici ed esperienza clinica", promosso da Boiron e durante il quale l'esperta ha ricordato che "esistono moltissimi prodotti naturali che noi possiamo utilizzare per affrontare i diversi disagi".
A cominciare dall'insonnia e l'ansia "primi sintomi da trattare, in assoluto - ha spiegato - perchÃ© non sono sopportabili". In questi casi, ha precisato l'esperta, "sono molto utili i prodotti a base di magnesio, purchÃ© siano a dose terapeutica, non inferiore a 300 mg e possibilmente con aggiunta di selenio e vitamine. Alcune di esse, come la B12 sono importanti per il tono dell'umore". Un adolescente ansioso che non dorma, ha aggiunto Lucattini, "avrÃ sicuramente

anche un'alimentazione non equilibrata, sia in eccesso sia in difetto. Quindi poter utilizzare un buon prodotto di integrazione Ã¨ molto efficace anche a controllare l'ansia".
Per quanto riguarda l'insonnia sono utili "prodotti a base di melissa, di semi d'uva e, ancora una volta, di magnesio, che favorisce il metabolismo cellulare". Mentre per i disturbi depressivi "esistono molti fisioterapici che hanno azione diretta, utilizzati anche nella medicina convenzionale". Importante, inoltre, che "accanto a prodotti che abbiano un'azione ansiolitica e antidepressiva, si utilizzino dei probiotici. Questo perchÃ© la serotonina viene prodotta a livello intestinale ed Ã¨ importante associare sempre probiotici ad alto dosaggio, in grado di favorirne la produzione", ha aggiunto l'esperta, sottolineando l'utilitÃ di prodotti incapsulati che hanno il vantaggio di "svincolare da orari di assunzione e possono essere usati anche in caso di trattamento con antibiotici, oltre ad avere una biodisponibilitÃ certa".
La certezza della biodisponibilitÃ "Ã¨ molto importante quando c'Ã¨ in corso una terapia antidepressiva o con ansiolitici". In questi casi, infatti, Ã¨ ugualmente utile, secondo l'esperta, l'integrazione con farmaci naturali, perchÃ© "favoriscono il miglioramento sintomatico e ci permettono una modulazione della terapia classica in modo da raggiungere la dose minima efficace". In questo modo, utilizzando il farmaco tradizionale al minimo possibile, "se ne riducono anche gli effetti collaterali".
In caso di emicrania, "come sintomo di accompagnamento alla depressione - conclude Lucattini - puÃ² essere utile usare dei compositi con belladonna, chelidonium, calendula, utilizzati con le dosi terapeutiche giuste. Le terapie omeopatiche possono esser di grande aiuto: abbiamo a disposizione molti rimedi che permettono terapie molto personalizzate".

Vai all'articolo:
https://www.ciociariaoggi.it/agenzie/salute/147967/covid-psicanalista-lucattini-medicina-integrata-risorsa-contro-ansia-adolescenti