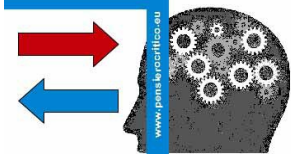
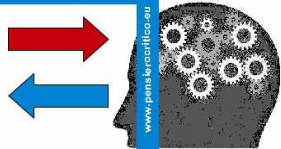


La dipendenza da sostanze psicoattive è in crescita e sta transitando da alcol, caffeina e nicotina alle smart drugs o a un uso patologico di Internet

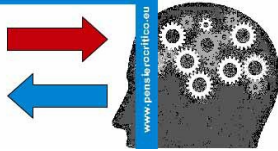
L'essere umano, nel corso della sua evoluzione, ha sempre cercato la "dipendenza" da fattori esterni. Il neurobiologo Pier Vincenzo Piazza, il quale ha scoperto che le basi biologiche della dipendenza variano da individuo a individuo, riassume così le caratteristiche della dipendenza: *"La dipendenza da fattori esterni è una costante degli esseri viventi. Sin dalle loro origini, i viventi 'dipendono' da fonti esterne per ottenere i nutrienti necessari alla sopravvivenza e alla riproduzione. Più si sale nella scala evolutiva, più i fattori di dipendenza aumentano di numero e complessità. Se la dipendenza è quindi un fenomeno fisiologico e, anzi, è la base sulla quale si è evoluto il comportamento umano, è lecito domandarsi perché la parola dipendenza è oggi divenuta sinonimo di patologia. In realtà non è lo stato di dipendenza in sé, ma l'oggetto di essa che causa la patologia. In altri termini, dipendenze da stimoli che favoriscono la sopravvivenza dell'individuo o della specie, come il cibo e l'attività sessuale, sono presenti in tutti gli individui sani e non possono essere considerate patologiche. Mentre gli stimoli che risultano irrilevanti per la sopravvivenza e, anzi, la mettono in pericolo (come le droghe, il gioco d'azzardo o le attività fisiche estreme ad alto rischio) trasformano la dipendenza in stato patologico."* I nostri primi antenati vivevano come cacciatori-raccoglitori e, come dimostrato dalla cultura dei gruppi umani che mantennero questo stile di vita (ad esempio, aborigeni australiani,



indiani dell'Amazzonia o Boscimani del deserto del Kalahari), raccolsero indubbiamente informazioni considerevoli sulle piante farmacologiche. Alcune droghe sono state usate come farmaci per la maggior parte della storia umana. Lo psichiatra Marc-Antoine Crocq cita alcuni casi nei quali gli umani si sono dedicati, nell'antichità, alla ricerca e all'uso di sostanze psicoattive. Egli scrive: *"Dopo aver adottato uno stile di vita pastorale, gli esseri umani potrebbero aver osservato gli effetti delle piante psicoattive sulle loro greggi. La tradizione vuole che i sacerdoti etiopi iniziassero a tostare e far bollire i chicchi di caffè per rimanere svegli durante le notti di preghiera, dopo che un pastore notò come le sue capre diventavano arzille dopo essersi nutrite di arbusti di caffè."* La necessità di acquisire dipendenza da certe sostanze è sempre stata insita nella psicologia umana. Lo psichiatra Marc-Antoine Crocq ha svolto uno studio sulle ragioni storiche e culturali che spingono certe persone a cercare droghe che procurano dipendenza. Egli scrive: *"Il nostro gusto per le sostanze psicoattive che creano dipendenza è attestato dai primi documenti umani. Storicamente, le sostanze psicoattive sono state utilizzate da: (1) sacerdoti in cerimonie religiose (es. Amanita muscaria); (2) guaritori per scopi medicinali (ad esempio, oppio); o (3) la popolazione generale in un modo socialmente approvato (ad esempio, alcol, nicotina e caffeina). I nostri antenati hanno raffinato composti più potenti e hanno escogitato vie di somministrazione più veloci, che hanno contribuito all'abuso. L'uso patologico è stato descritto già nell'antichità classica."* Lo studio rivela che la personalità di alcuni individui porta alla ricerca della dipendenza verso qualche



sostanza che viene scelta in base a molteplici fattori individuali e sociali. La dipendenza risulta dalla congiunzione di una sostanza e di una personalità. Si sente sempre più spesso parlare di smart drugs, cioè di sostanze psicoattive ricercate soprattutto dai giovani per alterare il proprio stato mentale senza incorrere in gravi effetti collaterali. La maggior parte dei casi riguarda l'innalzamento di alcune capacità cognitive (attenzione, memoria di lavoro, creatività, flessibilità, focalizzazione, ecc.) per affrontare impegnative condizioni lavorative, e infatti tali droghe vengono oggi prevalentemente usate nelle startup della Silicon Valley. La pressione dell'ambiente sociale verso il successo scolastico si sta spostando dagli USA verso l'Europa, aiutato dalle smart drugs, come evidenzia la psicologa Maura Manca: *"In una società in cui la normalità non è accettata e in cui bisogna essere a tutti i costi una persona di successo, sempre più spesso gli adolescenti ricorrono all'uso di queste sostanze in grado di alterare le proprie capacità fisiche e mentali, al fine di migliorare le proprie prestazioni e di raggiungere più facilmente alcuni obiettivi, delegando tutto ad una pillola. Si sta pericolosamente normalizzando l'utilizzo improprio di Smart Drugs, ossia assumere sostanze per potenziare l'attenzione, la concentrazione e lo studio, migliorare la memoria o le prestazioni sul lavoro, acquistabili con un semplice click, senza prescrizione medica e nessun controllo. Tutto questo è stato confermato da una recente ricerca internazionale, condotta in 15 Paesi e guidata dall'Università della California: il 14% degli intervistati ha dichiarato di aver utilizzato le cosiddette "smart drugs" almeno una volta nei 12 mesi precedenti,*



con una crescita del 9% in due anni.” Ma il fenomeno più comune e diffuso delle nuove dipendenze non riguarda sostanze chimiche bensì nuove tecnologie. Ad esempio Internet, che ha avviato una serie di comportamenti patologici riguardanti, ad esempio, il cybersex (dipendenza da sesso virtuale), i videogiochi, i telefoni cellulari e molte altre varianti. In questi casi occorre rivolgersi a degli esperti psicoterapeuti in grado di arginare il fenomeno e tentare di riportare le persone verso comportamenti meno dannosi.