

INTERVISTA. «TROPPI MEDICI STANNO ALIMENTANDO IL MITO CHE TUTTO DIPENDA SOLO DA UNA MANCANZA DI SEROTONINA»

“La malinconia è un diritto”

La denuncia dello studioso: ora smettete di divorare antidepressivi

Gary Greenberg
Psicoterapeuta

RUOLO: E' PSICOTERAPEUTA
IN CONNECTICUT (USA)

IL LIBRO: «LA STORIA SEGRETA DEL MALE
OSCURO» - BOLLATI BORINGHIERI

IL SITO DEL BLOG:

WWW.GARYGREENBERGONLINE.COM

«Libri di successo

come la Pillola

della Felicità hanno

fornito alibi illusori»

MASSIMILIANO PANARARI

La società della competizione estrema ha rimosso il «diritto alla malinconia», trasformandola nel «male oscuro», da eliminare a tutti i costi; o, per meglio dire, costringendoci a pagare i costi sempre più salati di un'enorme gamma di farmaci antidepressivi che hanno reso sempre più ricche le multinazionali farmaceutiche e hanno trasfigurato l'esistenza di una parte di noi.

Questo «j'accuse» è contenuto in un saggio che descrive (non senza essere, a volte, persino ironico) passato, presente e futuro della depressione: «La storia segreta del male oscuro» è stata scritta dallo psicoterapeuta e scrittore statunitense Gary Greenberg, che è una firma anche di una serie di riviste prestigiose come «New Yorker», «Harper's» e «Wired». Uno che di depressione se ne intende, avendola vissuta nella duplice veste di paziente che ne ha sofferto e di psicologo «vecchio stile» che la cura.

Dottor Greenberg, quali sono le origini di questa specie di «ideologia della felicità» a tutti i costi che governa le nostre società?

«La felicità è stata concepita come un obiettivo dell'esistenza almeno a partire dall'Età dell'Oro di Atene, ma l'idea che questo scopo sia sempre giusto, e il dovere di perseguirlo

da parte di ogni cittadino, si rivela relativamente nuova. Si tratta di uno sviluppo dell'Illuminismo, che sposta l'attenzione dalla Chiesa all'individuo, e dal paradiso alla Terra. E, naturalmente, qui in America, è stata custodita all'interno della Costituzione come uno dei diritti inalienabili dell'uomo».

Che cosa non la convince degli psicofarmaci? Perché è così critico?

«Una delle cose più strane nella rivoluzione degli antidepressivi - e un indizio del fatto che non si tratta di pura biochimica - è negli stessi farmaci che l'hanno scatenata, vale a dire gli SSRI, gli «inibitori selettivi della ricaptazione della serotonina» che fecero la loro prima apparizione negli Usa nel 1988: questi non sono più efficaci di quanto lo fossero quelli appartenenti alla generazione di medicine inventate all'indomani della scoperta della serotonina stessa da parte di Betty Twarog nel lontano 1952. Il più delle volte, anzi, negli esperimenti clinici non danno risultati migliori dei placebo. E allora viene da pensare che, se la depressione fosse davvero un fatto biochimico e se i farmaci fossero realmente mirati sulle cause responsabili, funzionerebbero molto meglio».

Qual è il ruolo di «Big Pharma» in questa abolizione della tristezza dalla vita quotidiana di noi occidentali? C'è qualcuno che ne parla addirittura in termini di un «Grande complotto».

«Non so di un complotto, né posso dire nulla a riguardo, ma, una volta stabilito che la ricerca della felicità rappresenta lo scopo principale della vita, risulta piuttosto facile vendere alla gente prodotti destinati ad aiutarla in questo obiettivo. E il fondamento della vendita di un prodotto - non importa di che genere o di quale natura sia - consiste, come si sa, nel convincere le persone di tre cose: che sono scontente, che i loro problemi derivano da certe mancanze e che il prodotto in questione sopperi-

rà a tali carenze».

E nel caso specifico degli antidepressivi?

«In questo caso l'insufficienza corrisponde alla scarsità o alla mancanza di serotonina e il prodotto è il farmaco che la fornisce. L'idea che l'infelicità corrisponda a una carenza di serotonina che le medicine possono curare, nella migliore delle ipotesi, è chiaramente un mito. Ma si tratta di un mito assai potente, alla cui creazione ha contribuito molto anche il libro di Peter Kramer, «La pillola della felicità», che è andato a ruba negli Anni 90, più o meno nello stesso periodo in cui le prescrizioni di Prozac cominciarono a invadere i ricettari. E non credo si tratti di una coincidenza. Kramer diede voce a qualcosa di cui tutti noi - pazienti, parenti e amici, oltre che medici e industrie farmaceutiche - avevamo bisogno: una giustificazione credibile per l'assunzione di farmaci il cui effetto principale era farci stare meglio con noi stessi. E non solo: ha anche scritto un libro che ha fatto tantissimo per anticipare quel «clima di opinioni» nel quale pensiamo alla nostra infelicità come a una malattia».

Quanto ci costa il business globale degli psicofarmaci?

«Su scala mondiale vengono spesi, ogni anno, oltre 20 miliardi di dollari in antidepressivi e nei soli Stati Uniti ne fanno uso almeno 30 milioni di persone».

Come ci si può liberare dalle forme più eccessive di dipendenza dagli psicofarmaci? E come si può guarire dalla depressione?

«Penso che soltanto la verità ci renderebbe davvero liberi. Se i medici smettessero di dire alle persone che la loro sofferenza deriva da squilibri biochimici, e che la loro depressione è - come se si trattasse del diabete - una malattia cronica che necessita di un trattamento farmacologico, tutti questi individui potrebbero finalmente compiere scelte più informate rispetto all'eventualità e al tipo di medicine da

prendere. I dottori dovrebbero anche dire di più ai pazienti in merito agli effetti collaterali e alle conseguenze derivanti dall'interrompere l'assunzione di antidepressivi. E, infine, anche una serie di limiti alla facoltà di fare pubblicità da parte delle aziende farmaceutiche aiuterebbe i consumatori a effettuare delle scelte più consapevoli».

