

## Stati Uniti

Negli Usa un quarto degli studenti universitari assume antidepressivi. Un modo per prevenire suicidi e altri gesti estremi oppure una scorciatoia per evitare complicazioni?

ELENA MOLINARI  
NEW YORK

**S**euing-Hui Cho, Jared Loughner, James Holmes ed ora Elliott Rodger. Nomi diventati tragicamente famosi nelle università americane che hanno suonato un campanello d'allarme per gli psichiatri attivi nei campus. Tutti e quattro erano stati intercettati dai servizi sanitari del loro ateneo e almeno uno assumeva psicofarmaci: che cosa avrebbero potuto fare i medici scolastici, ci si chiede, per prevenire le stragi di Virginia Tech e dell'Arizona, del cinema in Colorado e dell'Università di Santa Barbara?

Molte energie sono state spese negli ultimi anni alla ricerca di una procedura che aiuti ad identificare le bombe psicologiche inesplose disseminate nelle università americane. Ma un crescente numero di studiosi della salute mentale vuole cambiare approccio e ha cominciato ad ammonire i colleghi a non concentrarsi troppo sui casi estremi, che sono quasi impossibili da individuare. La paura di non prevedere un atto di violenza, denuncia, è diventata una delle cause principali di una tendenza che li preoccupa: la facilità con cui gli psichiatri nei campus prescrivono antidepressivi agli studenti.

«Gli psicofarmaci sono un trattamento eccellente – scrive in una recente analisi Doris Iarovici, psichiatra alla Duke University – e possono migliorare e salvare molte vite. Ma molti giovani li assumono per periodi sempre più lunghi, all'età in cui dovrebbero consolidare la loro identità, risolvere da soli le prime difficoltà della vita e gestire relazioni da adulti». Il timore che Iarovici e altri colleghi condividono è che la fretta di mettere mano al ricettario «insegni alle future generazioni che sono troppo fragili per affrontare le inevitabili avversità della vita».

La American College Counseling Association concorda, precisando però che il problema non è prescrivere un antidepressivo per la prima volta, quanto non incoraggiare un ragazzo ad abbandonarlo gradualmente quando la crisi è rientrata. «Ho pazienti che prendono antidepressivi da due anni – continua Iarovici –. Quando provano a svezarsi dalle pastiglie provano sentimenti che non conoscono. Non sanno distinguere i normali alti e bassi della vita dagli stati patologici». Le linee guida professionali sconsigliano di prescrivere un antidepressivo per più di sei o nove mesi consecutivi. Ma le indicazioni delle case farmaceutiche suggeriscono un trattamento a tempo indefinito dopo un secondo episodio di depressione.

«Quando propongo ai miei pazienti di abbandonare gli antidepressivi – dice lo psicologo Jeffrey Arnett – cerco di scegliere un periodo relativamente privo di transizioni, affinché non scambino la normale reazione a una situazione stressante con i sintomi di una ricaduta. Ma con studenti universitari è quasi impossibile trovare un momento del genere».

Oggi negli Stati Uniti almeno un quarto degli universitari assume antidepressivi. Erano il 9% vent'anni fa. Il Centro per il controllo delle malattie Usa, inoltre, cal-

# Questi ragazzi di PORCELLANA



cola che la depressione colpisce il 9% della popolazione generale. Perché una percentuale così alta nelle università? Allen Frances, altro terapista della Duke, punta il dito contro le società farmaceutiche che offrono una via d'uscita a medici operati. «Molti ragazzi arrivano all'università già abituati a qualche tipo di farmaco psicologico – spiega – che spesso è stato prescritto da un medico di famiglia. I centri per la salute delle università, soprattutto pubbliche, non sono in grado di gestire la mole di studenti che chiede aiuto, e quando non possono fornire consulenza personalizzata tendono a generalizzare le diagnosi. Così

### PERPLESSI

Un gruppo di laureandi della prestigiosa università di Harvard, nel Massachusetts, durante una pausa della tradizionale cerimonia conclusiva del corso di studi.

(Reuters/Brian Snyder)

un lutto viene etichettato come depressione, la nostalgia di casa come ansia, un'abbuffata come bulimia». Susan Nolen-Hoeksema della Yale University ha un'altra spiegazione. La maggior parte dei disordini mentali, spiega, compaiono per la prima volta fra la fine dell'adolescenza e l'inizio dell'età adulta. Gli studenti universitari inoltre soffrono per

la pressione psicologica degli studi e per la lontananza dalla rete di sostegno che li ha accompagnati fino a quel momento. Ma ammette il rischio di perpetuare la fragilità di una generazione che arriva all'università al termine di un'adolescenza iperprotetta da genitori apprensivi. E di creare una generazione di porcellana (o *reacup generation*): perfetta da vedere ma che si frantuma al primo impatto con la realtà. Il neurologo William Graf propone una ricetta ai colleghi. «Bisognerebbe escludere i rischi più seri, come i pensieri omicidi e suicidi. E negli altri casi esplorare alternative ai farmaci – sottolinea –. Ma in realtà il medico universitario spesso non ha tempo per offrire allo studente una cura di lungo termine. Oppure lo studente non ha la motivazione di cominciare un percorso di terapia psicologica che spesso l'assicurazione sanitaria non rimborsa. Nel breve termine, le pastiglie costano meno e risolvono più alla svelta il malessere». Ma queste fatiche esistenziali che gli studenti e molti medici vogliono far sparire sono anche momenti di crescita personale. «I giovani adulti – conclude Graf – hanno bisogno di essere accompagnati, non di ricevere una pastiglia che elimina i sentimenti negativi. Altrimenti si troveranno ancora più fragili».

### CURIOSITÀ

#### TAZZE DA TÈ, TOAST E TARTARUGHE: TUTTI I VOLTI DELLA «GENERAZIONE Y»

L'America che ama le definizioni che fanno titolo si è sbizzarrita ancora più del solito per categorizzare la «Generazione Y», ovvero i nati tra la metà degli anni Ottanta e i primi del nuovo millennio. Ad accomunare questo gruppo sembrano essere i genitori: apprensivi, protettivi, concentrati sui successi dei figli come un'estensione del loro, preoccupati di programmare ogni aspetto della loro vita. Il prodotto di tante attenzioni, a quanto pare, varia a seconda della personalità del ragazzo. La generazione Y si dividerebbe dunque nelle seguenti categorie. Le «tazzine da tè»: ragazzi fragili e abituati ad analizzare ogni loro bisogno psicologico, dipendenti dal sostegno e dalle lodi che hanno ricevuto senza sosta durante l'infanzia. I «toast»: bruciati e sbriciolati. Sono stati talmente impegnati fra musica, sport, scuola e lezioni private, che arrivano all'università già esauriti e senza sapere bene come gestire il loro tempo. Le «tartarughe»: oppressi da genitori onnipresenti, si ritirano nel loro guscio e rinunciano in partenza. I «tiranni»: abituati a sentirsi dire che sono belli, bravi e speciali, non hanno sviluppato alcun senso di empatia. Pensano sia un loro diritto di nascita essere sempre al centro dell'attenzione. (E. Mol.)