

IPERICO¹

E' noto che una sintomatologia depressiva è una componente comune del malessere conseguente ad esperienze traumatiche o sfavorevoli infantili. Quando un soggetto che ha subito un trauma e che si gioverebbe di un percorso di psicoterapia sviluppa una sintomatologia depressiva si trova nell'impossibilità di usufruire con profitto del suddetto supporto poiché la depressione determina un minore investimento sul processo personale di risanamento.

Per tale motivo è necessario attenuare il sintomo depressivo al fine di aumentare la possibilità di successo della psicoterapia.

Il problema maggiore si presenta quando i soggetti traumatizzati che sviluppano depressione sono bambini, poiché per questi ultimi non appare indicato somministrare farmaci antidepressivi di sintesi per via degli effetti collaterali e potenzialmente paradossi (anche se non completamente accertato, alcuni studi segnalano un aumento del rischio suicidio con l'uso degli antidepressivi SSRI). La somministrazione di psicofarmaci incontra inoltre spesso la resistenza dei caregiver, i quali si oppongono a tale soluzione. Può quindi essere utile far ricorso alla medicina complementare poiché trova maggior consenso nei caregiver, in quanto percepita come meno invasiva.

Nel quadro dell'approccio multimodale, riconosciuto nella comunità scientifica come il più adatto nelle complesse situazioni cliniche di soggetti vittime nell'infanzia di abusi e maltrattamenti, appare promettente l'impiego di una terapia a base di **iperico** da integrare con le altre forme di intervento che si rendano necessarie (psicoterapia individuale, familiare, di gruppo; supporto educativo e sociale).

L'iperico (*Hypericum perforatum* o Erba di San Giovanni) è un prodotto fitoterapico, noto da molto tempo per le sue *proprietà antidepressive*.

E' stato sottoposto negli ultimi anni a serie ricerche: una vasta letteratura prova la sua efficacia pur in assenza di una completa ed esaustiva sperimentazione scientifica e della spiegazione dei meccanismi di azione, tuttavia sempre più precisamente indagati. Risulta nella gran parte degli studi più efficace del placebo ed efficace quanto i farmaci antidepressivi di sintesi nel trattamento delle condizioni depressive di lieve e moderata entità.

I risultati più brillanti sono in merito all'attenuazione delle oscillazioni di umore poiché l'estratto di iperico non provoca euforia, ma un innalzamento del tono dell'umore e un modo più adeguato di vedere la vita. Questi risultati rendono le indicazioni di questo prodotto fitoterapico sostanzialmente sovrapponibili a quelle dei farmaci di sintesi specifici per il trattamento delle depressioni reattive. Possiamo quindi attenderci dalla terapia con iperico un miglioramento del tono dell'umore e una facilitazione del processo psicoterapeutico.

Può essere somministrato anche a bambini, a dosaggio opportuno, e viene a colmare un importante vuoto, dopo che i vecchi e nuovi farmaci antidepressivi (gli SSRI) si sono rivelati talvolta dannosi proprio nei soggetti di giovane e giovanissima età..

L'iperico è inoltre pressoché privo di *effetti collaterali*: studi controllati hanno rilevato alle dosi terapeutiche effetti collaterali avversi pari o inferiori a quelli registrati dopo somministrazione di placebo. L'unico effetto avverso sicuramente ascrivibile all'iperico è una fotosensibilizzazione reversibile e di modesta entità a dosi 30 volte superiori a quella terapeutica. Raramente sono stati collegati all'iperico effetti avversi sulla salute psichica analoghi a quelli talvolta correlati agli antidepressivi di sintesi (stati maniacali in personalità predisposte).

Sono invece ben documentate le *interferenze con alcuni farmaci*: l'iperico diminuisce l'efficacia di immunosoppressori (usati nei trapianti), di anticoagulanti orali, di inibitori delle proteasi usati

* Neuropsichiatria infantile, psicoterapeuta, responsabile attività clinica Centro TIAMA, responsabile tecnico scientifico Progetto Equal TIAMA (IT-G2LOM-023).

¹ 2007

nelle infezioni da HIV, di contraccettivi orali (aumenta quindi il rischio gravidanza), di glicosidi usati nell'insufficienza cardiaca.

La letteratura quindi incoraggia la somministrazione dell'estratto di iperico e la rilevazione del suo effetto antidepressivo in ambito clinico, per consolidarne la rilevanza come valido presidio farmacologico e promuoverne una maggiore diffusione a tutti quei soggetti, come i bambini, ai quali non è possibile o indicato somministrare i farmaci di sintesi.