

Rentinck EM, van Mourik R, de Jongh A, Matthijssen SJMA. (2025) Effectiveness of an intensive outpatient treatment programme combining prolonged exposure and EMDR therapy for adolescents and young adults with PTSD in a naturalistic setting. *Eur J Psychotraumatol.*;16(1):2451478. doi: 10.1080/20008066.2025.2451478. Epub 2025 Jan 21. PMID: 39835632; PMCID: PMC11753006. FREE

Gli interventi psicoterapeutici volti a trattare il disturbo da stress post-traumatico (PTSD) negli adolescenti e nei giovani adulti sono ostacolati da alti tassi di abbandono. Considerando i risultati dei trattamenti per adulti, i programmi di trattamento ambulatoriali brevi e intensivi potrebbero offrire un'alternativa promettente, ma devono ancora essere testati su questa popolazione giovane. Si vogliono valutare i risultati di un programma di trattamento ambulatoriale intensivo di sei giorni incentrato sul trauma per giovani (12-25 anni) con PTSD. Il trattamento ha combinato esposizione prolungata e terapia EMDR, integrata da attività fisica e dalla partecipazione di parenti e/o amici. Il trattamento è stato eseguito da un team di terapeuti a rotazione.

Settantaquattro adolescenti e giovani adulti (89% donne, età media = 18,6 anni, 36 pazienti di età compresa tra 12 e 17 anni e 38 pazienti di età compresa tra 18 e 25 anni; DS = 3,1) con PTSD e un minimo di quattro ricordi di eventi traumatici di tipo A hanno partecipato al programma. I sintomi del PTSD, i sintomi depressivi e il peso percepito dei sintomi del trauma sono stati valutati prima del trattamento, all'inizio e un mese dopo il trattamento.

I pazienti hanno mostrato una significativa riduzione dei sintomi di PTSD dal pre-trattamento a un mese dopo il trattamento (d di Cohen = 1,66). Di tutti i pazienti, 52 (70%) hanno mostrato una risposta clinicamente significativa e 48 (65%) non soddisfacevano più i criteri diagnostici per PTSD un mese dopo il trattamento. Anche i sintomi depressivi sono diminuiti significativamente (d di Cohen = 1,02). Il tasso di abbandono è stato del 4% (N = 3). Nessuno dei pazienti ha manifestato un evento avverso o un peggioramento dei sintomi.

In conclusione i risultati suggeriscono che un programma terapeutico ambulatoriale breve e intensivo che combina esposizione prolungata, terapia EMDR, attività fisica e partecipazione di parenti e amici è ben tollerato e rappresenta un'alternativa terapeutica efficace e sicura per adolescenti e giovani adulti con PTSD dovuto a traumatizzazione multipla.

Parole chiave: terapia EMDR; PTSD; disturbo da stress post-traumatico; adolescenti; giovani adulti; esposizione prolungata; trattamento intensivo focalizzato sul trauma; partecipazione alla rete;

Riepilogo in linguaggio semplice

Un programma di trattamento intensivo incentrato sul trauma, in regime ambulatoriale, si è dimostrato efficace per adolescenti e giovani adulti. Il 65% dei partecipanti ha perso la diagnosi di PTSD dopo sei giorni di trattamento. Solo il 4% dei pazienti ha abbandonato il trattamento e non si sono verificati eventi avversi.