



Non buttano via nulla e accumulano, dietro pu  nascondersi la disposofobia: cos    

## Descrizione

(Adnkronos)    Muri di scatole dentro casa, oggetti che riempiono ogni spazio o anche conservare in modo compulsivo chincaglie d   ogni genere, per anni. Quando separarsi dagli oggetti diventa impossibile e accumulare    una necessit  , dietro potrebbe nascondersi la disposofobia.      Un disturbo psicologico, diventato noto con reality televisivi  , negli Usa      Hoarding: Buried Alive  , in Italia      Sepolti in casa        e casi di cronaca, che causa rischi concreti e importanti da riconoscere per aiutare chi ne soffre  . Lo spiegano gli esperti del sito      Dottore ma      vero che  !    , lanciato dalla Fnomceo (Federazione nazionale degli Ordini dei medici, chirurghi e odontoiatri) per contrastare le fake news.

Accumulare troppe cose      una malattia?      S    , in alcuni casi accumulare troppe cose pu   essere una condizione patologica      rispondono      Si tratta del disturbo da accumulo (o disposofobia, dall     inglese      hoarding     cio        accumulazione    ), e si manifesta con la persistente difficolt   a eliminare i propri beni. La persona che ne soffre continua a conservare nella propria abitazione numerosi oggetti, anche inutili o danneggiati, perch   separarsene provoca un profondo disagio  .

       importante non confondere il disturbo da accumulo con il collezionismo, che      invece una raccolta curata e intenzionale di oggetti specifici, n     con il naturale attaccamento emotivo a beni che sono appartenuti a una persona cara che non c       pi  . E, naturalmente,      ben diverso dal disordine delle camerette dei ragazzi      precisano      L     accumulo compulsivo, o seriale,      oggi riconosciuto ufficialmente come patologia a s     stante nel Dsm-5 (il Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali). Pur appartenendo allo spettro dei disturbi ossessivo-compulsivi, viene classificato separatamente proprio per le sue caratteristiche specifiche  .

Come si riconosce?      L     Associazione degli psichiatri americani ha stilato un elenco di sintomi e manifestazioni che identificano gli accumulatori compulsivi: difficolt   insuperabile a buttare via, vendere, riciclare, regalare; accumulo di oggetti (e rifiuti, talvolta anche organici) in equilibrio precario, disordinato, in ogni spazio della casa, compresi letti, scale, lavandini e bagno; molto tempo impiegato a spostare gli oggetti o cercare ci     che      effettivamente utile; conflitti con persone che offrono aiuto per

eliminare il disordine; la convinzione che qualsiasi cosa possa essere utile in futuro o che abbia un valore economico; in casi più rari, accumulo di animali domestici. Secondo diversi psicologi riportano gli esperti è possibile tracciare un identikit dell'accumulatore seriale. Si tratta di una persona che spesso vive da sola, che non ha una vita sociale attiva; inoltre, ha difficoltà a prendere decisioni e a gestire le emozioni, la sofferenza in particolare.

Perché accumulare eccessivamente è pericoloso? Le conseguenze più evidenti sono un peggioramento della qualità della vita per chi accumula e per gli eventuali conviventi. Soffrire di disofobia, inoltre, associato a problemi sul lavoro. Emergono inoltre rischi per la salute e per la sicurezza. L'accumulatore, soprattutto se anziano, è soggetto a cadute e lesioni, alla contaminazione alimentare e a infestazioni (anche di insetti o di animali, come topi), oltre a disattenzioni che causano incendi e danni all'abitazione. Gli ingombri in cucina e in bagno possono anche impedire la corretta alimentazione e l'igiene personale, avvertono gli specialisti.

Esistono terapie per questo disturbo? Ci sono due aspetti che gli accumulatori seriali conservano non tanto l'oggetto in sé, quanto il suo significato: ricordi, emozioni, un senso di sicurezza, e l'illusione di controllo legata ai beni materiali. Si seguono, dunque, generalmente i trattamenti psicologici riservati a chi soffre di depressione o di disturbo ossessivo compulsivo. La terapia più diffusa consiste in farmaci antidepressivi e, quando il paziente è collaborativo, la psicoterapia cognitivo-comportamentale è efficace. Naturalmente occorre anche un aiuto pratico, per rendere abitabile e sicura l'abitazione, stimolando il paziente a liberarsi consapevolmente degli oggetti accumulati.

??

cronaca

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

## Categoria

1. Comunicati

## Tag

1. Ultimora

## Data di creazione

Ottobre 31, 2025

## Autore

redazione