



Non buttano via nulla e accumulano, dietro può nascondersi la disposofobia: cos'è?

## Descrizione

(Adnkronos) È Muri di scatole dentro casa, oggetti che riempiono ogni spazio o anche conservare in modo compulsivo chincaglie di ogni genere, per anni. Quando separarsi dagli oggetti diventa impossibile e accumulare è una necessità, dietro potrebbe nascondersi la disposofobia. È Un disturbo psicologico, diventato noto con reality televisivi, negli Usa è Hoarding: Buried Alive, in Italia è Sepolti in casa. È 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 è vero che è?!, lanciato dalla Fnomceo (Federazione nazionale degli Ordini dei medici, chirurghi e odontoiatri) per contrastare le fake news.

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

È importante non confondere il disturbo da accumulo con il collezionismo, che è invece una raccolta curata e intenzionale di oggetti specifici, non con il naturale attaccamento emotivo a beni che sono appartenuti a una persona cara che non è più. E, naturalmente, è ben diverso dal disordine delle camerette dei ragazzi. È precisano i manuali di accumulo compulsivo, o seriale, è oggi riconosciuto ufficialmente come patologia a sé 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: difficoltà 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 ciò che è 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<sup>1</sup> rari, accumulo di animali domestici. Secondo diversi psicologi è?? riportano gli esperti è?? 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? è??Le conseguenze più<sup>1</sup> evidenti sono un peggioramento della qualità della vita per chi accumula e per gli eventuali conviventi. Soffrire di disposofobia È, 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? è??Ciò<sup>2</sup> che gli accumulatori seriali conservano non È 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<sup>1</sup> diffusa è?? concludono è?? 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](mailto:webinfo@adnkronos.com) (Web Info)

## Categoria

1. Comunicati

## Tag

1. Ultimora

## Data di creazione

Ottobre 31, 2025

## Autore

redazione