



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

Descrizione

(Adnkronos) 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. Un disturbo psicologico, diventato noto con reality televisivi, negli Usa è Hoarding: Buried Alive, in Italia è 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 è vero che, 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 e rispondono che si tratta del disturbo da accumulo (o disposofobia, dall'inglese hoarding, cioè 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 può più. E, naturalmente, è ben diverso dal disordine delle camerette dei ragazzi che precisano che l'accumulo compulsivo, o seriale, è oggi riconosciuto ufficialmente come patologia a 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 più¹ rari, accumulo di animali domestici. Secondo diversi psicologi² riportano gli esperti³ 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 particolare⁴.

Perché accumulare eccessivamente è pericoloso? Le conseguenze più¹ evidenti sono un peggioramento della qualità della vita per chi accumula e per gli eventuali conviventi. Soffrire di disposofobia², 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 personale³, avvertono gli specialisti.

Esistono terapie per questo disturbo? Ci² 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 più¹ diffusa⁴ conclude⁵ 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 accumulati⁶.

?

cronaca

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione

Ottobre 31, 2025

Autore

redazione