

di Gaetano Gioveni  
psicologo psicoterapeuta



Il Dott. Gaetano Gioveni

nella foto grande:  
un celebre ipocondriaco,  
il malato immaginario  
di Moliere

## "E se non fosse solo un banale mal di pancia...?" Ipocondria, medical shopping e l'ansia sulla propria salute

L'ipocondria è un disturbo caratterizzato dalla cattiva interpretazione di segni o sintomi fisici e dalla convinzione di avere una grave patologia, in assenza però di valutazione medica. Anche se nella maggior parte dei casi il paziente è consapevole che i suoi timori sono esagerati, la preoccupazione è tale da costringerlo ad estenuanti - e spesso costose - consulenze specialistiche.

Ricevere esito negativo daTAC, radiografie, analisi del sangue e, quindi, non avere alcuna patologia in atto, non sortisce però il rassicurante e atteso effetto, ma quello paradossale di aumentare ancora di più dubbi e timori, sulla professionalità del medico, sulla attenzione di questi verso il paziente o sulla presunta particolarità e rarità della malattia. Inizia così una corsa allo specialista più bravo, fino ad un vero e proprio "medical shopping".

Tutto ciò può rendere molto complicata la vita del paziente, che centrando troppo su se stesso, tende a trascurare gli altri aspetti della vita, il ruolo di studente, lavoratore, coniuge, genitore, condannandolo ad un vero e proprio isolamento.

La patologia può esordire a seguito di un evento fisico imprevisto

(trauma, lutto, grave malattia di un amico o di un familiare); altre volte invece rappresenta l'ingravescenza di una tendenza all'ansia ed alla preoccupazione, presente già in adolescenza. Il disturbo è caratterizzato da un'attenzione selettiva per alcune parti del corpo o per processi fisiologici come il ritmo cardiaco, la digestione, il colore della pelle, la perdita di capelli, ecc. Ogni minima variazione fisiologica viene riconosciuta come sintomo inequivocabile di una grave malattia.

Lo studio di psicoterapia Cognitivo Comportamentale diretto dal dott. Gaetano Gioveni, ha maturato una notevole esperienza nel trattamento della patologia. Il percorso prevede una vera e propria rimodulazione del "concetto di malattia", grazie una graduale consapevolezza dell'inefficacia dei propri comportamenti e dei costi economici e familiari ad essi legati, fino all'abbandono dell'inutile idea che per forza "debbra esserci qualcosa di organico veramente grave". Il trattamento prevede anche un percorso di conoscenza e controllo dei principali segnali fisiologici che caratterizzano l'ansia (frequenza cardiaca, sudorazione, frequenza respiratoria, tensione muscolare) grazie all'ausilio di sofisticate apparecchiature di biofeedback.

**IL DOTT. GAETANO GIOVENI** ha conseguito la laurea in Psicologia ad indirizzo clinico presso l'Università di Palermo. Ha conseguito la specializzazione in Psicoterapia Cognitivo Comportamentale. È stato docente a contratto dell'insegnamento "Interventi Psicoeducativi e Social Skill Training", Facoltà di Medicina e Chirurgia, corso di Laurea in Tecnico della Riabilitazione Psichiatrica, Università di Palermo. È Direttore e Fondatore dell'Istituto Mediterraneo di Scienze e Psicoterapia Cognitivo comportamentale "John Bowlby". Si occupa prevalentemente di disturbi d'ansia, depressione, disturbi dello spettro ossessivo, autismo, problemi comportamentali nell'infanzia e nell'adolescenza, terapia di coppia.

Riceve a Palermo in piazza Sant'Oliva 28 e a Bagheria in via Carà 170 (presso lo studio medico A. Maggiore)  
Contatti: recapito telefonico 328 8714253  
email: [info@gaetanogioveni.it](mailto:info@gaetanogioveni.it)  
web: [www.gaetanogioveni.it](http://www.gaetanogioveni.it)