# AUTOLESIONISMO: FENOMENO IN CRESCITA TRA ADOLESCENTI, 1 SU 5 CI HA PROVATO

13 Novembre 2019



ROMA – Gli atti di autolesionismo, soprattutto tra le adolescenti, sono in aumento e sempre più diffusi: almeno 1 teenager su 5 dice di averne commesso uno nella sua vita per trovare sollievo dal dolore emotivo, secondo una ricerca che ha passato in rassegna una dozzina di studi condotti negli Usa, Canada e Gran Bretagna pubblicata sulla rivista Suicide.

Di solito il primo episodio avviene a 15 anni, anche se parecchi iniziano un po' più tardi, a 17-18 anni. Poche persone smettono di farlo.

Circa 3 su 4 continuano, a frequenza alterna. Per circa il 20% diventa una dipendenza forte e potente al pari di una droga. Chi ne diventa dipendente spesso arriva a trattare questi atti come un tesoro, che gli danno conforto, ricevendo consolazione dalle immagini di sangue, bruciature, tagli e cicatrici. Farsi del male diventa come un amico segreto.

Se ripetuti abitualmente nel tempo gli atti di auto-lesionismo sono un elemento che indica un maggior rischio di suicidio, ma esistono pochi centri specializzati in terapie su questo tipo di comportamento. Poiché sono considerati quasi sempre un sintomo di una malattia e non una malattia in sé, come la depressione, le sperimentazioni di terapie sono state condotte in modo un po' confuso. Un nuovo studio condotto a New York ha rilevato che l'auto-lesionismo può essere ridotto con una forma specializzata di terapia parlata, sviluppata per trattare le personalità borderline.

Almeno una volta a settimana le persone imparano una serie di abilità per resistere alla depressione, con tecniche di 'mindfulness' e azione contraria, in cui il paziente agisce nel modo contrario a cui si sente.

© 2026 Abruzzo Web Enfasi srl - Quotidiano digitale registrato presso il Tribunale dell'Aquila con decreto n°501 del 2 settembre 2003
Iscrizione al ROC n. 26362 - P.IVA 01812420667
Direttore responsabile Berardo Santilli