

Cancro: in Europa colpite 20 milioni di persone. Problemi psicologici ed economici, fatigue, lavoro e dolore. Cosa serve per vivere bene dopo la malattia

In Italia sono quasi quattro milioni. Paura, rabbia, angoscia, ansia, disturbi del sonno sono molto diffusi: per questo servono gli psiconcologi

(Fonte: <https://www.corriere.it/> 24 ottobre 2025)



Pochi numeri aiutano a capire la portata delle novità illustrate nei giorni scorsi a Berlino durante il congresso annuale della European Society for Medical Oncology (Esmo), la Società Europea di Oncologia Medica: **in Europa ogni minuto circa 5 persone ricevono una diagnosi di cancro. In Italia, ogni giorno, oltre mille persone scoprono di avere un tumore** (sono 390mila i nuovi casi registrati nel 2024), ma grazie ai progressi scientifici crescono le guarigioni e si stima che siano quasi **3,7 milioni i connazionali che vivono dopo una diagnosi oncologica, ben un italiano su 16**. Milioni di persone che hanno dovuto affrontare l'impatto della malattia dal punto di vista fisico, ma anche psicologico: **paura, rabbia, angoscia, disturbi del sonno e della sfera emotiva sono molto diffusi**. Ne soffrono praticamente tutti i malati, quando scoprono la presenza di un tumore e anche per lungo tempo a seguire.

Metà dei malati soffre di disagio psico-emotivo

In molti casi i problemi non sono transitori, tanto che **ansia e depressione** sono i sintomi psicologici più diffusi, indipendentemente dal tipo di cancro, dallo stadio della malattia e dalla fase delle terapie. «Anche in questo caso i numeri fotografano la dimensione del problema -

dice Gabriella Pravettoni, docente di Psicologia delle Decisioni all'Università di Milano e direttrice della Divisione di Psiconcologia dell'Istituto Europeo di Oncologia di Milano -: oltre il 50% dei pazienti oncologici e oltre il 20% di chi è guarito mostra sintomi di disagio psichico, ma solo una minoranza ottiene l'aiuto necessario».

Disturbi d'ansia e depressivi **interferiscono in maniera significativa sia con l'adesione alle cure** sia con la qualità della vita, dei pazienti e dei loro familiari: anche quello del caregiver è infatti, in molti casi, un lavoro a tempo pieno, svolto da persone che rischiano di «esaurirsi» e troppo spesso si vergognano a prendersi una pausa. Ad esempio, uno studio ha indagato il grado di accettazione della chemioterapia post-operatoria per cancro al seno: **tra le donne con depressione che non hanno richiesto aiuto psicologico, solo il 51% ha accettato di fare chemio.**

In Italia sostegno psicologico solo per un malato su cinque

Non è dunque un caso che una sessione del convegno Esmo2025 sia stata dedicata proprio ai **pazienti oncologici lungo viventi e alle loro necessità**, durante la quale sono state presentate anche le linee guida europee per la gestione di questo «esercito» in crescita. «In Europa sono oltre 20 milioni le persone per le quali il **cancro è una malattia cronica con la quale convivere** - prosegue Pravettoni, che è intervenuta al simposio in Germania -. Un'ottima notizia che testimonia le maggiori possibilità di cura dei tumori, ma che rappresenta una difficile condizione per molte persone. Dal documento emergono i molti **bisogni insoddisfatti**, o non sufficientemente riconosciuti, dei malati. Il ruolo dello psiconcologo è fondamentale per rispondere in modo corretto a molte di queste nuove necessità».

Non sempre però il suo supporto è realmente garantito e, per esempio, **in Italia solo nel 20% dei centri di oncologia è presente in modo strutturato uno psiconcologo**. «Spesso si utilizzano professionisti non specializzati, ma è importante investire in questa figura - commenta l'esperta -. Ed è inoltre possibile ricorrere anche all'uso di piattaforme on line per un supporto da remoto».

I problemi da affrontare per far vivere bene pazienti e famiglie

Molti sono gli altri temi trattati durante il simposio, a partire dai problemi fisici indotti dalla neoplasia e dal dolore che troppo spesso non viene trattato nonostante circa il 50% dei pazienti affetti da cancro soffra di dolore cronico, che può presentarsi in **ogni fase della malattia**, e anche **oltre la guarigione**. Non meno diffusa e neppure meno debilitante è la **fatigue**, un insieme complesso di sintomi che porta a una riduzione delle energie fisiche, delle capacità mentali: molti si rassegnano a conviverci, tanti altri cercano disperatamente una soluzione. Altre questioni urgenti e complesse sono gli **effetti collaterali (anche a lungo termine) delle terapie** (che spesso possono essere arginati, ma serve che ne parli), il **non sempre facile ritorno al lavoro** o le **numerose difficoltà finanziarie** che fanno seguito alla patologia con conseguenze gravi sia per le speranze di guarigione e l'accesso alle cure, sia per l'impovertimento di interi nuclei familiari che non è cosa rara. «Moltissime persone, poi, vivono

con la paura costante di una possibile ricomparsa della neoplasia - conclude Pravettoni -. I problemi sociali, causati dai tumori, provocano o amplificano anche i disagi psicologici e tutto ciò implica costi diretti e indiretti elevati ai sistemi sanitari nazionali, oltre che a considerevoli spese sociali. Se vogliamo davvero sconfiggere il cancro non è più rinviabile un miglioramento dei servizi di psiconcologia in tutta Europa, dobbiamo far in modo che tutti i nuovi bisogni dei malati siano riconosciuti e le loro sofferenze quotidiane alleviate».