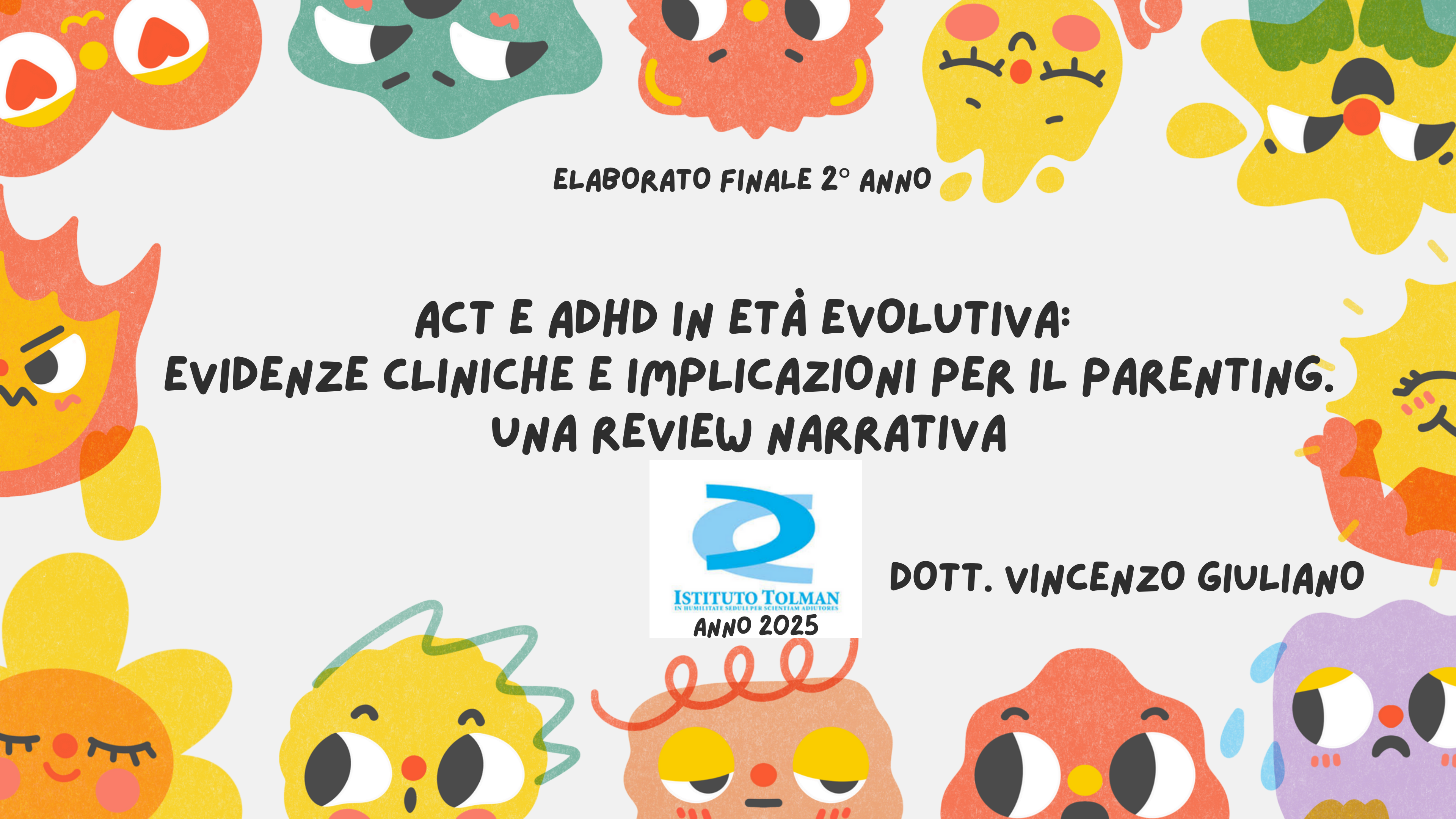




ELABORATO FINALE 2° ANNO

**ACT E ADHD IN ETÀ EVOLUTIVA:
EVIDENZE CLINICHE E IMPLICAZIONI PER IL PARENTING.
UNA REVIEW NARRATIVA**



DOTT. VINCENZO GIULIANO

PERCHÈ UNA REVIEW SU ACT E ADHD?



MOTIVAZIONE SCIENTIFICA

Le evidenze sull'uso dell'ACT nel trattamento dell'ADHD sono frammentate ed eterogenee.

Necessità di chiarire efficacia, limiti, lacune nella ricerca e prospettive future.



MOTIVAZIONE PERSONALE

L'ADHD è il DNS più frequente nella mia pratica clinica e in cui mi sto specializzando.

L'ACT è la forma di psicoterapia cognitivo-comportamentale più vicino al mio modo di lavorare e alla mia sensibilità clinica.

COSA E' L'ADHD?

Il disturbo da deficit di attenzione/iperattività (o ADHD) è uno dei più comuni e frequenti disordini del neurosviluppo (APA, 2013). Si caratterizza per difficoltà comuni legate alla disattenzione e/o all'iperattività e all'impulsività.

Tre sottotipi: prevalentemente disattento, prevalentemente iperattivo/impulsivo e una forma combinata (disattenta e iperattiva/impulsiva) (APA, 2013).

I sintomi creano ripercussioni sulla qualità della vita dell'individuo, in quanto creano difficoltà scolastiche o lavorative, problematiche interpersonali ed emotive, con importanti ricadute sul benessere psicologico individuale, familiare e relazionale.
(Kofler et al., 2011; Visser et al., 2020; Walter et al., 2023)



TRATTAMENTO ADHD

Tradizionalmente, le migliori pratiche per l'intervento e il trattamento dell'ADHD in età evolutiva comprendono la **psicoeducazione**, la **farmacoterapia** e i **trattamenti (cognitivo)comportamentali** (NICE, 2018).

Gli interventi farmacologici presentano limiti legati alla **durata dell'effetto**, agli **effetti collaterali** (insonnia, perdita di appetito, cefalea, ansia, ecc.,) e alla **bassa aderenza** per gli **effetti avversi** e incerti sul lungo termine e per lo stigma.

Tra gli approcci non farmacologici, psicoeducazione e terapie **cognitivo-comportamentali** spesso mostrano una **ridotta aderenza a lungo termine** e una **limitata efficacia** rispetto alle variabili emotive e motivazionali.



**ESPLORARE APPROCCI
COMPLEMENTARI CHE NON SI
FOCALIZZANO SOLO SUI SINTOMI
NUCLEARI DEL DISTURBO.**



COSA E' LA MINDFULNESS? COSA E' LA FLESSIBILITA'?

La **mindfulness** è la capacità di “**prestare attenzione intenzionalmente, nel momento presente e in modo non giudicante**”, aiuta a ridurre le risposte automatiche e a sviluppare consapevolezza e autoregolazione (Kabat-Zinn, 2003)

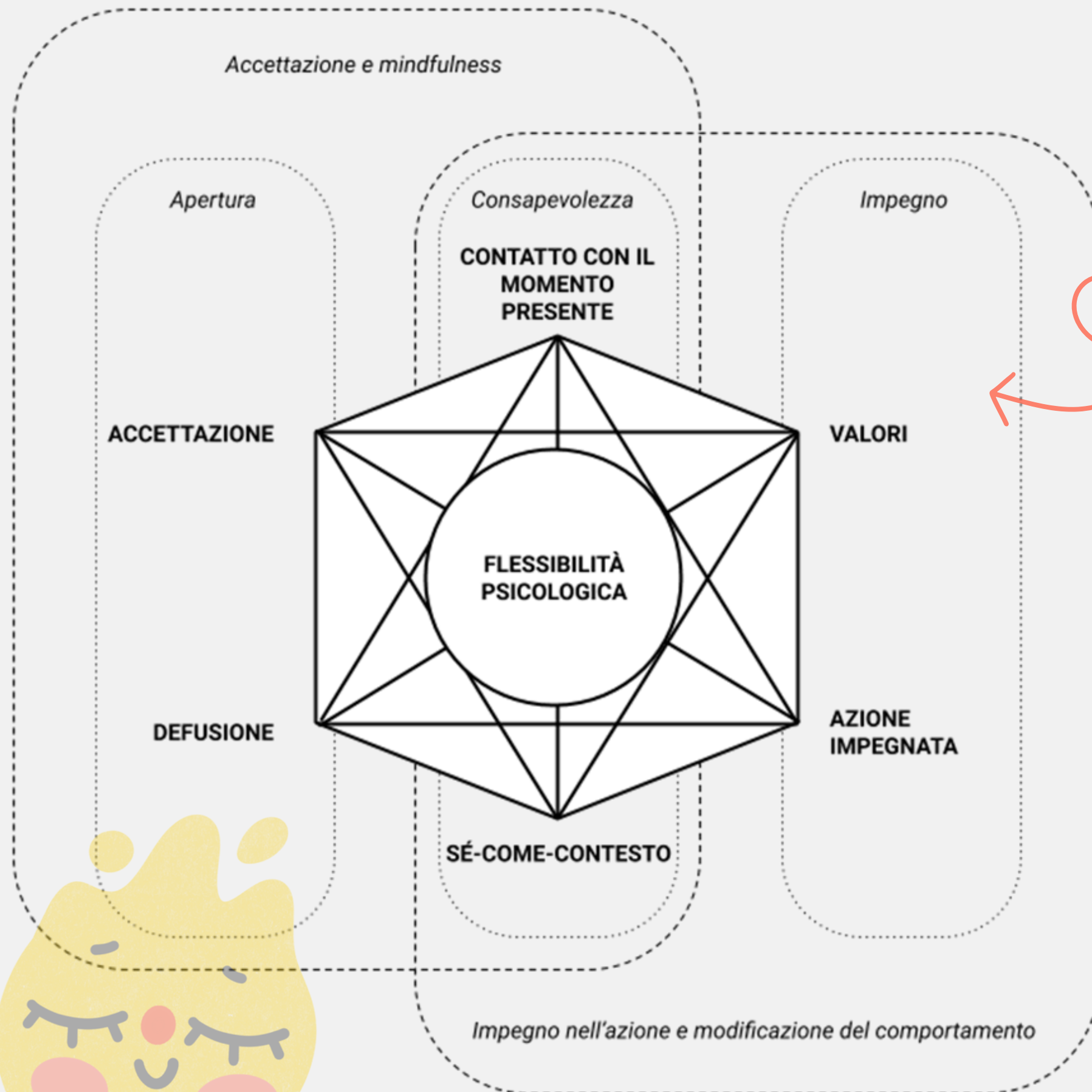
La **flessibilità psicologica** è la “**capacità di contattare pienamente il momento presente e, in base a ciò che la situazione richiede, modificare o mantenere il proprio comportamento al servizio dei valori personali**” (Hayes, 2004)

COSA E' L'ACT?

L'Acceptance and Commitment Therapy (ACT) è un approccio cognitivo-comportamentali di terza generazione ideato da Hayes et al., (2004).

La flessibilità psicologica si sviluppa attraverso sei processi fondamentali.

L'ACT può essere utile con l'ADHD, poiché aiuta a riconoscere e non giudicare pensieri, emozioni, comportamenti e impulsi senza esserne sopraffatti, favorendo regolazione emotiva comportamentale.



ABSTRACT

Obiettivo: La presente review narrativa si propone l'obiettivo di sintetizzare le evidenze riguardanti l'Acceptance and Commitment Therapy (ACT) nel trattamento del Disturbo da Deficit di Attenzione/Iperattività (ADHD) in bambini e adolescenti e testarne l'efficacia rispetto agli effetti sui sintomi dell'ADHD, sulla flessibilità psicologica, sulla regolazione emotiva, sul rendimento scolastico e sul benessere genitoriale.

Metodo: Sono stati analizzati sette studi pubblicati tra il 2020 e il 2024, focalizzati sull'applicazione dell'ACT a bambini, adolescenti e caregiver, mentre sono stati esclusi studi che utilizzavano altri approcci, privi di misure psicologiche oggettive e campioni non riferiti all'età evolutiva. I dati sono stati sintetizzati e mappati tramite un approccio narrativo, descrittivo e tematico.

Risultati: Le evidenze mostrano che l'ACT produce miglioramenti significativi in ciascuno degli ambiti esplorati: riduce i sintomi dell'ADHD – in particolare impulsività e iperattività – e favorisce un incremento della flessibilità psicologica e della regolazione emotiva. Si osservano ulteriori miglioramenti nel rendimento scolastico (attenzione, memoria di lavoro e flessibilità cognitiva) diretto e indiretto. Negli interventi rivolti ai genitori, l'ACT risulta efficace nel ridurre stress, ansia e rabbia, migliorando le competenze genitoriali e la qualità della relazione genitore–figlio.

Conclusioni: I risultati della presente review suggeriscono che l'ACT può essere considerato un intervento psicologico transdiagnostico promettente per il trattamento dell'ADHD in età evolutiva. Tuttavia, la letteratura attualmente disponibile è ancora limitata e presenta numerosi limiti metodologici (campioni ridotti, protocolli eterogenei e assenza di follow-up a lungo termine), per cui sono necessari ulteriori studi per consolidarne l'efficacia.

OBIETTIVI

01

Sintetizzare le evidenze riguardanti l'efficacia dell'Acceptance and Commitment Therapy (ACT) nel trattamento del Disturbo da Deficit di Attenzione/Iperattività (ADHD) in bambini e adolescenti



02

Testare l'efficacia dell'ACT nel trattamento dell'ADHD rispetto a: sintomi dell'ADHD, flessibilità psicologica, regolazione emotiva, rendimento scolastico e sbenessere genitoriale

REVIEW (MODELLO IMRAD)

01

METODOLOGIA

02

RISULTATI

03

DISCUSSIONE

04

CONCLUSIONI

05

LIMITI E RICERCA



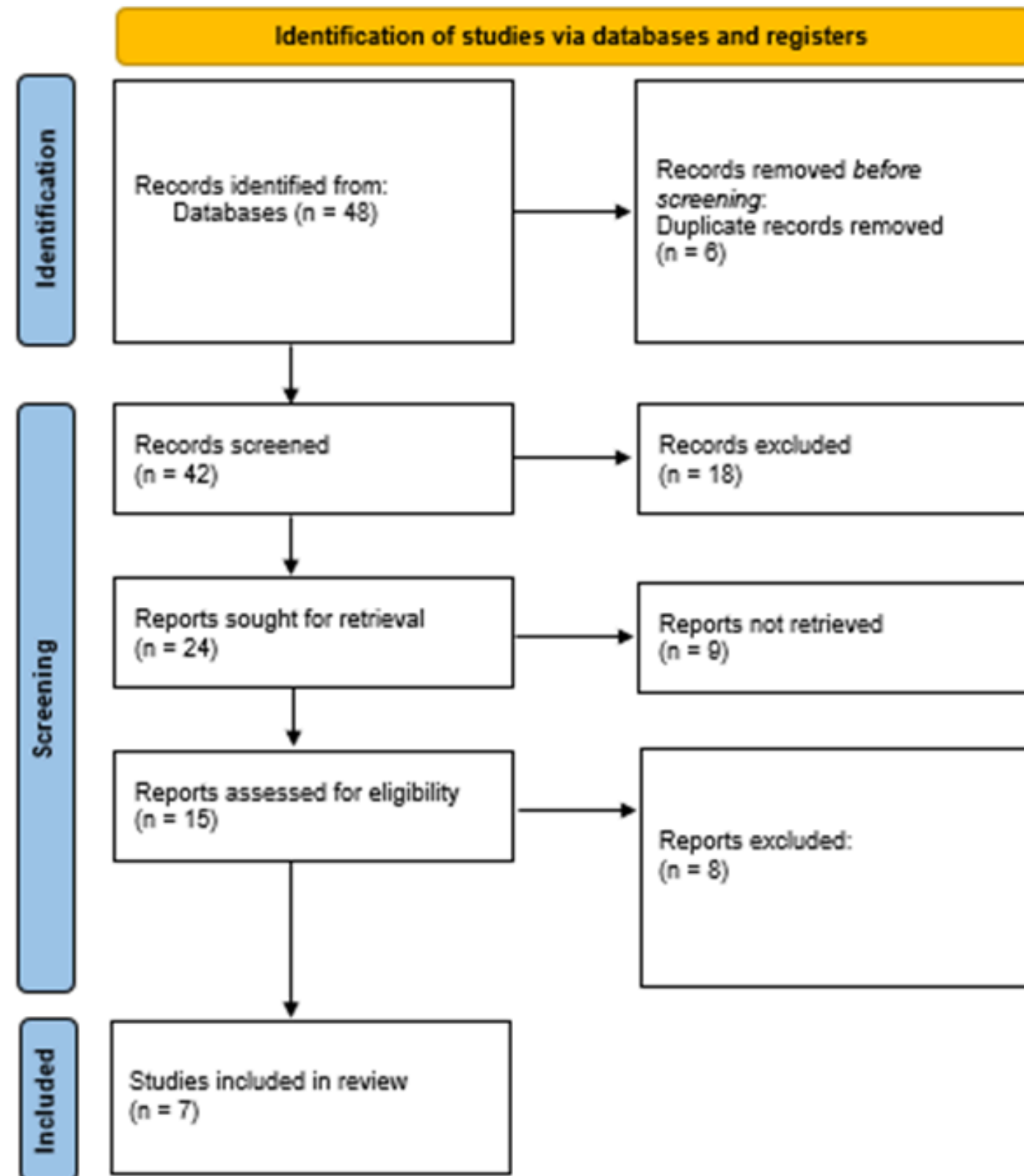
METODOLOGIA – FORMAT PICO

CATEGORIA	DESCRIZIONE
P: Popolazione	ADHD in età evolutiva
I: Intervento	ACT
C: Confronto	/
O: Outcome	Decremento sintomi ADHD

From: Thomas J, Kneale D, McKenzie JE, Brennan SE, Bhaumik, S. Determining the scope of the review and the questions it will address. In Higgins JPT, Thomas J, Chandler J, Cumpston M, Li T, Page MJ, Welch VA, Cochrane Handbook for Systematic Reviews of Interventions version 6.4; 2023, Cochrane.

METODOLOGIA – DIAGRAMMA PRISMA

PRISMA 2020 flow diagram for new systematic reviews which included searches of databases and registers only



From: Page MJ, McKenzie JE, Bossuyt PM, Boutron I, Hoffmann TC, Mulrow CD, et al. The PRISMA 2020 statement: an updated Guideline for reporting Systematic Reviews. BMJ 2021; 372:n781. Doi: 10.1136/bmj.n71.

METODOLOGIA – CRITERI DI INCLUSIONE ED ESCLUSIONE

CRITERIO	INCLUSIONE	ESCLUSIONE
TIPO DI INTERVENTO	Studi riconducibili all'ACT (impiego di almeno 2 processi ACT)	Studi non riconducibili all'ACT (impiego inferiore a 2 processi ACT)
LINGUA	Lingua inglese	Diversa dall'inglese
POPOLAZIONE CLINICA	Diagnosi ADHD in accordo con i criteri DSM-5	Diagnosi ADHD non in accordo con i criteri DMS-5 o altre popolazioni cliniche
FASCIA ETÀ POPOLAZIONE	Bambini e adolescenti 8-18 anni	Giovani adulti e adulti
TIPO ELABORATO	Articoli pubblicati in ricerche scientifiche (peer review), open-access e full-text	Studi teorici o senza dati empirici e non sottoposti a revisione paritaria (no peer review), solo abstract
OUTCOME	Misurazione di almeno una variabile psicologica, comportamentale o cognitiva	Assenza di misurazione di variabili psicologiche, cognitive o comportamentali

METODOLOGIA – BREVE SINTESI STUDI INCLUSI



AUTORE (ANNO)	DISEGNO	CAMPIONE	OUTCOME
Munawar et al. (2023)	Scoping review	6 studi (adulti/ bambini ADHD)	Sintomi ADHD, qualità della vita, flessibilità psicologica, regolazione emotiva e benessere
Liu et al. (2023)	Revisione sistematica	12 studi (ACT e funzioni cognitive)	Attenzione, memoria, funzioni esecutive, flessibilità psicologica, stress e ansia
Vanzin et al. (2020)	Studio clinico	31 bambini (età compresa 8-13 anni)	Sintomi ADHD, autoregolazione, flessibilità psicologica e accettazione, problemi cognitivi
Allahyari (2021)	Quasi-sperimentale	30 madri di bambini con ADHD	Sintomi ADHD, autoregolazione emotiva, rabbia e stress genitoriale
Mohammadi Masiri et al. (2020)	Quasi-sperimentale	30 madri di bambini ADHD	Ansia e stress genitoriale, flessibilità psicologica
Hosseini et al. (2024)	Quasi-sperimentale	30 bambini (età compresa 7-11 anni)	Regolazione emotiva, sintomi ADHD, rendimento scolastico
Eltantawy & El-Naiem (2024)	Quasi-sperimentale	11 studenti gifted con ADHD	Sintomi ADHD, flessibilità cognitiva, regolazione emotiva

RISULTATI (1)

Sintomi ADHD: l'ACT può contribuire ridurre i sintomi principali dell'ADHD, quali disattenzione e impulsività, iperattività e la sintomatologia comportamentale, poiché agisce a livello cognitivo ed emotivo sul controllo dell'attenzione e degli impulsi.

Flessibilità psicologica: l'ACT incrementa consapevolezza, accettazione e capacità di impegnarsi in azioni coerenti con i propri valori e, di conseguenza, migliora regolazione emotiva e funzionamento quotidiano.

Regolazione emotiva: l'ACT aiuta a ridurre comportamenti impulsivi e disfunzionali, favorendo l'accettazione di emozioni negative e la riduzione dell'evitamento esperienziale.



RISULTATI (2)

Rendimento scolastico: l'ACT ha un effetto positivo sul rendimento scolastico, sulla performance e sul successo accademico, sia in modo diretto (sul funzionamento cognitivo-esecutivo), sia in modo indiretto (sulla motivazione e sulla regolazione emotiva).

Benessere genitori/caregiver: l'ACT riduce ansia, stress e rabbia, e favorisce consapevolezza e accettazione delle difficoltà del figlio, contribuendo a ridurre lo stress genitoriale e a migliorare la relazione genitore-figlio.



DISCUSSIONE

- Efficacia dell'ACT: migliora sintomi ADHD (disattenzione, impulsività e iperattività), ma anche regolazione emotiva, flessibilità psicologica, rendimento scolastico e benessere genitoriale.
- Meccanismi di cambiamento: aumento della consapevolezza non giudicante, riduzione dell'evitamento esperienziale, maggiore flessibilità cognitiva e comportamentale.
- Confronto con altri approcci: condivide elementi con la Mindfulness (es. MBCT), ma l'ACT si distingue per il focus su valori e azione impegnata.

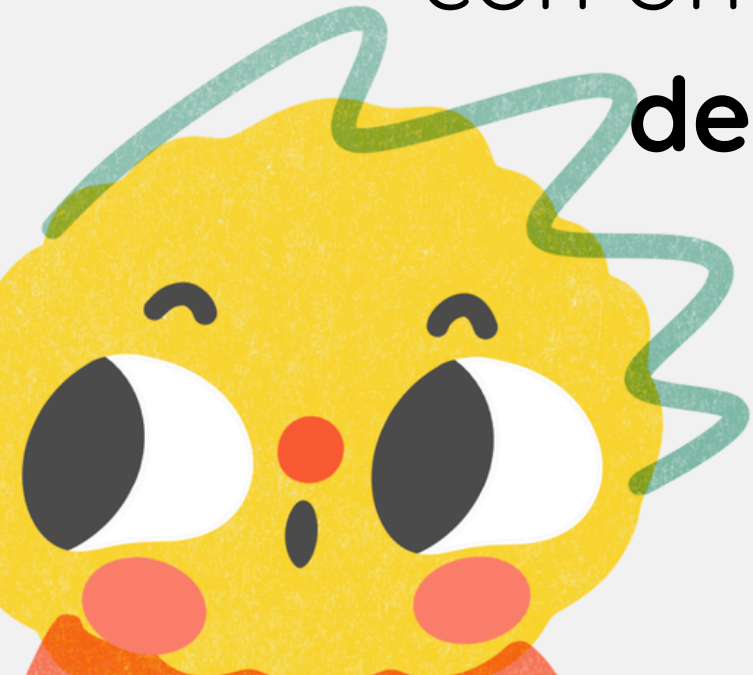


CONCLUSIONI



L'ACT è un approccio promettente per il trattamento dell'ADHD in età evolutiva, con ricadute positive sui **sintomi dell'ADHD**, sulla **flessibilità psicologica**, sulla **regolazione emotiva**, sul **rendimento scolastico** e sul **benessere genitoriale**.

L'ACT non si limita a ridurre i sintomi del disturbo ma promuove un **miglior adattamento personale, scolastico e familiare**, con effetti positivi sul **benessere psicologico**, sulla **regolazione delle emozioni** e, di conseguenza, sulla **qualità di vita**.



IMPLICAZIONI CLINICHE

01

L'ACT può rappresentare un intervento psicologico complementare o alternativo alle terapie cognitive e comportamentali classiche nell'ADHD e al trattamento farmacologico.

02

L'ACT può essere applicata sia a bambini e adolescenti sia ai loro genitori, individualmente o in gruppo, in contesti clinici, scolastici o psicoeducativi.

03

Il suo approccio transdiagnostico la rende utile per affrontare non solo i sintomi dell'ADHD, ma anche le problematiche emotive e socio-relazionali associate (ansia, stress, bassa autostima), favorendo così la promozione della flessibilità psicologica e del funzionamento globale.



LIMITI E CRITICITA'



RICERCA FUTURA

01

Studi controllati randomizzati (RCT) con campioni più estesi, valutando l'influenza dei sottotipi dell'ADHD e la presenza di eventuali comorbidità

02

Estendere gli studi a fasce di età diverse, come adolescenti e adulti con ADHD

03

Integrazione dell'ACT con altri approcci basati sulla mindfulness, come la MBCT o la MBSR, in modo da creare protocolli più specifici per l'ADHD

04

Estendere gli studi a contesti culturali differenti

05

Sviluppo di programmi digitali ACT-based per ampliare l'accessibilità, soprattutto in contesti educativi o domiciliari.

06

Estendere gli studi alle dinamiche familiari (genitori ed eventuali fratelli) e scolastiche





**«LA SOFFERENZA NON NASCE
DALLE NOSTRE ESPERIENZE, MA DAL
NOSTRO TENTATIVO DI CONTROLLARLE.»**

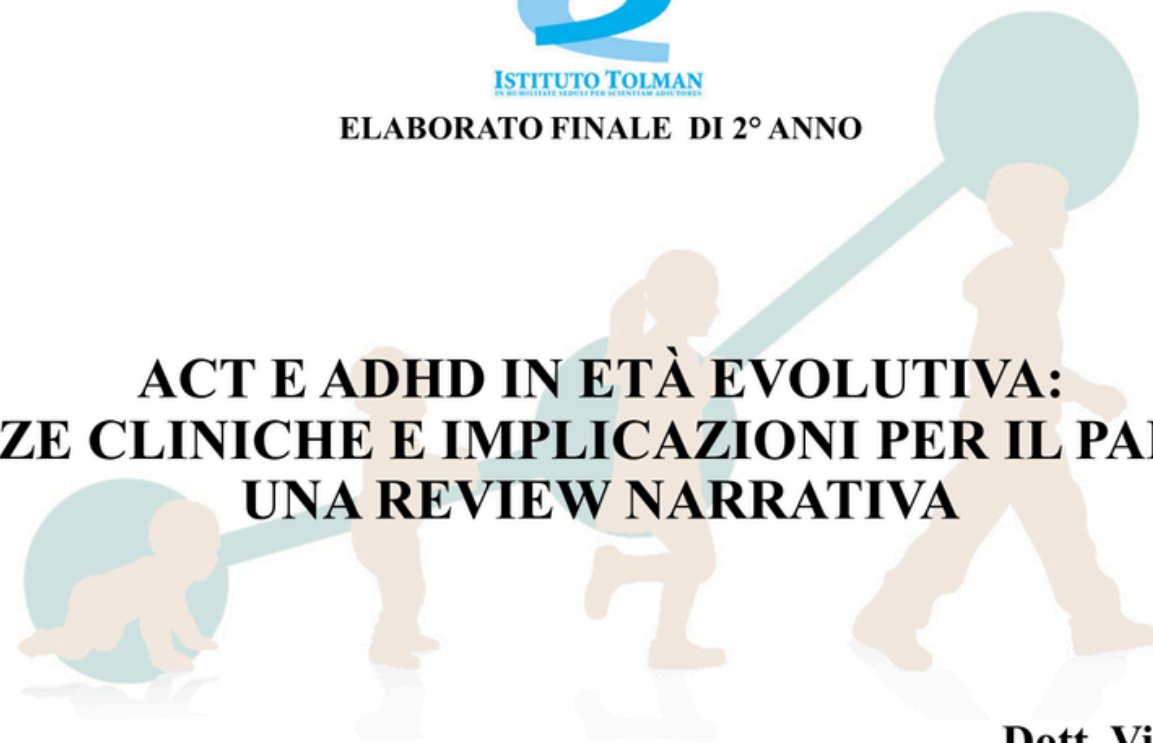
STEVEN C. HAYES (2005)



ISTITUTO TOLMAN

ELABORATO FINALE DI 2° ANNO

**ACT E ADHD IN ETÀ EVOLUTIVA:
EVIDENZE CLINICHE E IMPLICAZIONI PER IL PARENTING.
UNA REVIEW NARRATIVA**



Dott. Vincenzo Giuliano

ANNO 2025

GRAZIE PER L'ATTENZIONE