



Editoriale

Salute mentale in Italia: recap 2025 e prospettive 2026

ENRICO MORETTO

SiPGI - Postgraduate School of Integrated Gestalt Psychotherapy, Torre Annunziata, Italia

Il 2025 si chiude con un dato che non possiamo ignorare: il 28% della popolazione italiana soffre di disturbi mentali, con un incremento di sei punti percentuali rispetto al 2022 [1]. Siamo di fronte a quella che il Ministro della Salute Orazio Schillaci ha definito una “vera emergenza silenziosa” [2], un’onda lunga che la pandemia ha innescato ma che affonda le radici in trasformazioni sociali più profonde. Tra i giovani la situazione appare particolarmente critica: oltre 700.000 under 25 convivono con problemi di ansia e depressione [3], mentre il rapporto OCSE 2025 conferma che la prevalenza di questi disturbi tra gli under 20 è cresciuta del 20% tra il 2018 e il 2022 [4]. Il suicidio rappresenta la seconda causa di morte tra i 15 e i 29 anni nei paesi UE [5], un dato che da solo dovrebbe orientare le priorità delle politiche sanitarie.

In questo scenario si inserisce l’approvazione, il 3 dicembre 2025, del cosiddetto DDL Validità con 151 voti favorevoli e 113 contrari [6]. Il provvedimento introduce l’obbligo del consenso informato dei genitori per la partecipazione degli studenti ai corsi di educazione sessuo-affettiva nelle scuole secondarie, vietando tali attività nelle scuole dell’infanzia e primarie [7]. Il dibattito che ha accompagnato l’iter legislativo ha messo in luce fratture profonde: da un lato chi rivendica il primato educativo della famiglia sancito dall’articolo 30 della Costituzione [8], dall’altro chi denuncia un “passo indietro clamoroso” che rischia di escludere dalla formazione proprio quegli studenti più vulnerabili [9]. L’Italia rimane uno dei sette paesi europei senza un programma obbligatorio di educazione sessuale nelle scuole [10], nonostante la ricerca internazionale documenti come programmi strutturati contribuiscano alla prevenzione della violenza di genere e delle infezioni sessualmente trasmissibili [11]. Il 2026 vedrà il passaggio del provvedimento al Senato, con esiti ancora incerti ma con implicazioni significative per il benessere psicologico di intere generazioni.

Sul versante delle politiche sanitarie, il Ministero della Salute ha trasmesso alla Conferenza Unificata il nuovo Piano di Azione Nazionale per la Salute Mentale 2025-2030 [12]. Il documento rappresenta un tentativo di riorganizzazione sistemica attraverso un modello assistenziale su quattro livelli a intensità crescente, con particolare attenzione all’integrazione tra servizi e all’introduzione della figura dello “psicologo di base” a livello nazionale e non più regionale [13]. Le sei aree di intervento prioritario includono promozione e prevenzione con alfabetizzazione emotiva nelle scuole, potenziamento dei servizi per l’infanzia e l’adole-

Citation: Moretto, E. Editoriale – Salute mentale in Italia: recap 2025 e prospettive 2026. *Phenomena Journal - International Journal of Psychopathology, Neuroscience and Psychotherapy*, 7(4): 193-196.

Editor in Chief: Raffaele Sperandeo, PhD, MD

Contatta l'autore: Enrico Moretto;
e-mail: enrico.more@gmail.com

Pubblicato: 19 dicembre 2025

scenza con équipe dedicate alla transizione, integrazione con l'ambito penale, gestione del rischio clinico, integrazione socio-sanitaria attraverso il Budget di Salute e innovazione digitale [14]. Il Piano dedica particolare attenzione alla salute mentale perinatale, prevedendo screening precoci e unità madre-bambino per i casi complessi [15]. In Italia, infatti, il suicidio è stato identificato come una delle principali cause di morte materna entro il primo anno dal parto, eppure metà delle donne note per alto rischio suicidario nel postpartum non erano state inviate ai servizi di salute mentale [16]. La prevalenza della depressione perinatale si attesta intorno al 12,4% durante la gravidanza e al 9,6% nel postpartum [17], rendendo urgente l'implementazione di protocolli di screening sistematici.

Il Bonus Psicologo, introdotto nel 2022 come risposta al disagio post-pandemico, racconta una storia di domanda enormemente superiore all'offerta: a fronte di oltre 360.000 domande nel 2025, solo circa 7.000 beneficiari hanno potuto accedere al contributo [18]. Lo stanziamento di 9,5 milioni di euro si è rivelato drammaticamente insufficiente [19]. Per il 2026 il finanziamento potrebbe ridursi a 8,5 milioni [20], mentre a partire dal 2028 la misura diventerà strutturale con 8 milioni annui [21]. Il divario tra bisogno e risorse rimane il nodo irrisolto che impone un ripensamento sistemico dei servizi di salute mentale nel SSN.

Guardando al 2026, emergono trend destinati a trasformare il panorama della psicoterapia. Le Digital Therapeutics (DTx) rappresentano una delle innovazioni più promettenti: interventi terapeutici basati su software che forniscono trattamenti evidence-based per disturbi specifici [22]. Uno studio pubblicato su Nature nel 2025 ha dimostrato l'efficacia di interventi DTx gamificati e personalizzati attraverso algoritmi di reinforcement learning nel ridurre sintomi di depressione e ansia [23]. La Germania è pioniera in Europa con il sistema DiGA per il rimborso delle terapie digitali [24], mentre l'Italia sta ancora definendo i propri percorsi regolatori. Le DTx offrono vantaggi significativi in termini di accessibilità, scalabilità e personalizzazione, ma permangono sfide relative alla validazione clinica e alla privacy dei dati [25]. Gli esperti prevedono che il 2026 vedrà un'accelerazione nell'adozione di strumenti AI-powered per la gestione amministrativa degli studi, la personalizzazione dei piani di trattamento e il supporto tra le sessioni [26].

L'integrazione dell'intelligenza artificiale nella pratica psicoterapeutica solleva però questioni etiche cruciali. Uno studio della Brown University presentato nell'ottobre 2025 ha identificato 15 categorie di rischio etico nei chatbot LLM utilizzati per il supporto psicologico, evidenziando violazioni sistematiche degli standard dell'American Psychological Association [27]. Le problematiche includono mancanza di adattamento contestuale, collaborazione terapeutica inadeguata, gestione inappropriata delle crisi e creazione di falsa empatia [28]. La questione dell'accountability rimane aperta: quando un chatbot commette errori, chi è responsabile? [29] Il futuro della psicoterapia sarà probabilmente ibrido, con clienti che desiderano flessibilità tra sessioni in presenza e online [30], ma la relazione terapeutica autentica rimane insostituibile.

Un altro trend destinato a ridefinire il campo è la psicoterapia assistita da psichedelici. Le ricerche del 2025 mostrano risultati promettenti: il 71% dei pazienti con PTSD trattati con terapia assistita da MDMA riporta sollievo duraturo a 12 mesi [31], mentre il 58% dei pazienti con depressione raggiunge la remissione con psilocibina [32]. La FDA ha concesso la designazione di "breakthrough therapy" alla psilocibina per la depressione maggiore resistente al trattamento e all'MDMA per il PTSD [33]. Se i trial di fase 3 di Compass Pathways avranno successo, l'approvazione FDA della psilocibina potrebbe arrivare nel 2026 [34]. Gli Stati Uniti stanno conducendo studi pionieristici sui veterani [35], mentre in Europa il quadro regolatorio rimane frammentato. Per l'Italia, dove mancano ancora framework normativi specifici, il 2026 potrebbe rappresentare l'anno del primo dibattito istituzionale su questi approcci innovativi. Significativo in questo senso è l'avvio, a gennaio 2026, del primo corso italiano di alta formazione in Terapie Assistite con Psichedelici, promosso dall'Associazione Illuminismo Psichedelico [36]. Il percorso, accreditato ECM con 50 crediti formativi, si rivolge a medici, psichiatri, psicologi e psicoterapeuti e prevede 300 ore di formazione distribuite su 18 mesi, coprendo neurobiologia e farmacologia degli psichedelici, stati espansi di coscienza, trauma e PTSD, aspetti legali ed etici e feno-

menologia dell'esperienza psichedelica. L'American Psychological Association ha inserito le terapie assistite con psichedelici tra le 10 tendenze più significative per il futuro della psicologia, sottolineando la necessità di formare professionisti competenti in questo ambito emergente [37].

Sul fronte degli adolescenti, i dati dell'OMS Europa mostrano che l'uso problematico dei social media è aumentato dal 7% nel 2018 all'11% nel 2022, con percentuali più alte tra le ragazze [38]. L'Accademia Tedesca delle Scienze Leopoldina ha descritto la situazione come parte di una "crisi globale della salute mentale" giovanile [39].

In conclusione, la prevenzione e l'identificazione precoce stanno diventando priorità strategiche: attraverso dati analitici, screening di routine e modelli predittivi, le organizzazioni stanno costruendo sistemi capaci di identificare i segnali d'allarme prima che i pazienti raggiungano il pronto soccorso [40].

CONFLICT OF INTEREST

L'autore non ha alcun conflitto di interessi da dichiarare.

BIBLIOGRAFIA

1. ISTAT. (2025). Indagine sulla salute mentale degli italiani. Istituto Nazionale di Statistica. Disponibile al link: <https://www.istat.it>
2. Schillaci, O. (2025, October 15). Dichiarazioni in occasione della Giornata Mondiale della Salute Mentale. Ministero della Salute.
3. OCSE. (2025). Promoting good mental health in children and young adults: Best practices in public health. OECD Publishing.
4. OECD. (2025). Mental health among young people in OECD countries. OECD Health Statistics.
5. Eurostat. (2025). Causes of death statistics - Suicide. European Commission. Disponibile al link: <https://ec.europa.eu/eurostat>
6. Camera dei Deputati. (2025, December 3). DDL Valditara sul consenso informato in materia di educazione sesso-affettiva. Atti Parlamentari.
7. ANSA. (2025, December 3). Ok Camera al DDL Valditara su educazione sessuale e consenso. ANSA Politica.
8. Costituzione della Repubblica Italiana. (1948). Articolo 30. Gazzetta Ufficiale.
9. Il Post. (2025, December 3). La Camera ha approvato il disegno di legge che introduce l'obbligo del consenso dei genitori per fare educazione affettiva nelle scuole.
10. UNESCO. (2024). Global status report on comprehensive sexuality education. Paris: UNESCO Publishing.
11. Goldfarb, E. S., & Lieberman, L. D. (2021). Three decades of research: The case for comprehensive sex education. *Journal of Adolescent Health*, 68(1), 13-27.
12. Ministero della Salute. (2025). Piano di Azione Nazionale per la Salute Mentale 2025-2030. Roma: Ministero della Salute.
13. Corriere Nazionale. (2025, July 16). Nel Piano nazionale per la salute mentale arriva lo psicologo di base.
14. Bees Sanità Magazine. (2025, July 30). Salute mentale: il Piano di Azione Nazionale 2025-2030.
15. Howard, L. M., & Khalifeh, H. (2020). Perinatal mental health: A review of progress and challenges. *World Psychiatry*, 19(3), 313-327.
16. Donati, S., Maraschini, A., Lega, I., et al. (2018). Maternal mortality in Italy: Results and perspectives of record-linkage analysis. *Acta Obstetrica et Gynecologica Scandinavica*, 97(11), 1317-1324.
17. Banti, S., Mauri, M., Oppo, A., et al. (2011). From the third month of pregnancy to 1 year postpartum: Prevalence, incidence, recurrence, and new onset of depression. *Comprehensive Psychiatry*, 52(4), 343-351.

18. Il Sole 24 Ore. (2025, November 14). Bonus psicologo, chiusa la finestra 2025: incentivo solo a 7mila su 360mila domande.
19. Ministero della Salute. (2025, December 5). Bonus Psicologo 2025: Pubblicazione graduatorie definitive.
20. Legge di Bilancio 2026. (2025). Disposizioni per la formazione del bilancio annuale e pluriennale dello Stato. Parlamento Italiano.
21. INPS. (2025). Contributo per sostenere le spese relative a sessioni di psicoterapia - Bonus psicologo. Decreto interministeriale 10 luglio 2025.
22. Digital Therapeutics Alliance. (2024). Understanding DTx. Disponibile al link: <https://dtxalliance.org>
23. Chen, Y., et al. (2025). Personalized game-based digital intervention for relieving depression and anxiety symptoms: A pilot RCT. *npj Mental Health Research*, 4(1), 27.
24. Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte. (2024). DiGA-Verzeichnis. Disponibile al link: <https://diga.bfarm.de>
25. HITLAB. (2025). Digital therapeutics for mental health: Global adoption trends and gaps. New York: HITLAB.
26. SimplePractice. (2025). The top 6 trends shaping therapy in 2026. SimplePractice Blog.
27. Iftikhar, Z., et al. (2025). How LLM counselors violate ethical standards in mental health practice. Proceedings of the AAAI/ACM Conference on AI, Ethics, and Society.
28. Martinez-Martin, N. (2021). Minding the AI: Ethical challenges and practice for AI mental health care tools. In *Artificial Intelligence in Brain and Mental Health*. Springer.
29. Meadi, M. R., Sillekens, T., Metselaar, S., van Balkom, A., Bernstein, J., & Batelaan, N. (2025). Exploring the ethical challenges of conversational AI in mental health care: scoping review. *JMIR mental health*, 12(1), e60432.
30. Grow Therapy. (2025). 8 mental health trends driving change in U.S. care in 2026. Grow Therapy Blog.
31. GlobalRPH. (2025, October 1). Psychedelic therapy in 2025: New research reveals surprising clinical outcomes.
32. Haikazian, S., Chen-Li, D. C. J., Johnson, D. E., et al. (2023). Psilocybin-assisted therapy for depression: A systematic review and meta-analysis. *Psychiatry Research*, 329, 115531.
33. Barnett, B. S., & Mauney, E. E. (2025). Psychedelic-assisted therapy: An overview for the internist. *Cleveland Clinic Journal of Medicine*, 92(3), 171-180.
34. Nature Medicine. (2025, October 16). The promise of psychedelic medicine in psychiatry.
35. U.S. Department of Veterans Affairs. (2025). Psychedelic-assisted therapy for PTSD. National Center for PTSD.
36. Associazione Illuminismo Psichedelico. (2025). Corso di alta formazione in Terapie Assistite con Psichedelici. Pescara: Illuminismo Psichedelico ODV.
37. American Psychological Association. (2025). Top 10 trends in psychology for 2025. *Monitor on Psychology*, 56(1).
38. WHO Regional Office for Europe. (2024). Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: Teens, screens and mental health. Copenhagen: WHO.
39. Leopoldina – German National Academy of Sciences. (2025). Social media and the mental health of children and adolescents: Discussion paper. Halle: Leopoldina.
40. Becker's Behavioral Health. (2025, November 13). 10 trends transforming behavioral health in 2026.