



errepiesse

Rivista ufficiale della Società Italiana di Riabilitazione Psicosociale

Errepiesse

Una via italiana per la riabilitazione psicosociale

Anno XX N°2 - Ottobre 2026

Trimestrale - Società Italiana di Riabilitazione Psicosociale

Le arti terapie in Neuropsichiatria dell'infanzia e dell'adolescenza: analisi della letteratura e risultati di una survey nei servizi NPIA della Lombardia

Aglaia Vignoli

ASST GOM Niguarda, Dipartimento di Scienze della Salute Università degli Studi di Milano

ABSTRACT

Le arti terapie rappresentano un ambito di intervento sempre più rilevante all'interno dei servizi di Neuropsichiatria dell'Infanzia e dell'Adolescenza (NPIA), soprattutto in presenza di difficoltà emotive e condizioni psicopatologiche che risultano complesse da esprimere attraverso il linguaggio verbale. L'utilizzo di linguaggi artistici quali il disegno, la pittura, la musica, il movimento e il teatro consente infatti a bambini e adolescenti di comunicare vissuti interiori, emozioni e aspetti traumatici attraverso modalità non verbali, favorendo la costruzione dell'alleanza terapeutica e l'elaborazione della sofferenza psicologica.

Nel presente lavoro viene innanzitutto proposta una revisione della letteratura scientifica attualmente disponibile sull'impiego delle arti terapie nel trattamento di bambini e adolescenti con disturbi neuropsichiatrici. In particolare, sono stati analizzati gli studi relativi al loro utilizzo nel disturbo post-traumatico da stress, nei disturbi d'ansia e depressivi, nei disturbi della nutrizione e dell'alimentazione, nei disturbi del neurosviluppo e nei disturbi dello spettro autistico. Le evidenze disponibili suggeriscono che le arti terapie possano contribuire al miglioramento della regolazione emotiva, delle competenze relazionali e dell'espressione di sé, pur evidenziando la necessità di ulteriori studi metodologicamente robusti per confermarne l'efficacia nei diversi contesti clinici.

Accanto alla revisione della letteratura, vengono presentati i risultati di una survey condotta presso i ser-

vizi di NPIA della Regione Lombardia, finalizzata a descrivere la diffusione e le modalità di utilizzo delle arti terapie nella pratica clinica. I risultati mostrano come tali interventi siano già ampiamente presenti nei servizi territoriali, sebbene con una notevole eterogeneità rispetto alle fasce di età coinvolte, alle tecniche utilizzate e alle modalità organizzative. Nonostante tali differenze, emerge un quadro di pratiche in larga misura comparabili e talvolta sovrapponibili, che rappresentano un'importante opportunità di integrazione nei percorsi di cura e una promettente area di sviluppo per la ricerca clinica futura.

Parole chiave: *arte terapia; neuropsichiatria infantile; bambini; adolescenti.*

ABSTRACT (English)

Art therapies represent an increasingly relevant field of intervention within Child and Adolescent Neuropsychiatry Services, particularly in the presence of emotional and psychopathological difficulties that are complex to express verbally. The use of artistic languages allows children and adolescents to communicate inner experiences, emotions, and trauma through non-verbal modalities, facilitating the development of a therapeutic alliance and the processing of psychological distress.

In the present work, after conducting a review of the currently available literature on the use of art therapy in the treatment of children and adolescents with neuropsychiatric disorders — particularly post-

traumatic stress disorder, anxiety, depression, anorexia, neurodevelopmental disorders, and autism — we present the results of a survey on the same topic carried out within services in the Lombardy Region.

The results of the survey confirm that art therapies are already a widespread resource within Child and Adolescent Neuropsychiatry services in Lombardy, although characterized by heterogeneous practices in terms of patients' age, techniques employed, and types of intervention. Nevertheless, these interventions appear comparable and, in some cases, overlapping, offering an important opportunity for integration into care pathways and a potential resource for clinical research.

Keywords: *art therapies; neurodevelopmental disorders; children; adolescents.*

INTRODUZIONE

Le arti terapie rappresentano un ambito di intervento sempre più rilevante all'interno dei servizi di Neuropsichiatria dell'Infanzia e dell'Adolescenza (NPIA), soprattutto in presenza di difficoltà emotive e psicopatologiche che risultano complesse da esprimere verbalmente. L'utilizzo dei linguaggi artistici consente infatti ai bambini e agli adolescenti di comunicare vissuti interni, emozioni e traumi attraverso modalità non verbali, facilitando la costruzione dell'alleanza terapeutica e l'elaborazione del disagio psichico.

Ad oggi, le arti terapie sono impiegate in diversi ambiti della NPIA nel nostro Paese; tuttavia, manca un riconoscimento chiaro e condiviso della loro efficacia e utilità clinica, così come una definizione precisa delle indicazioni terapeutiche. Anche a livello internazionale, salvo rare eccezioni, le arti terapie non vengono generalmente prescritte come interventi terapeutici strutturati in età evolutiva. Solo organismi come il *UK Joint Commissioning Panel for Mental*

*Health*¹ raccomandano l'inclusione di terapeuti creativi all'interno dei team di salute mentale per l'età evolutiva, sottolineando l'importanza di tali interventi nei contesti clinici ad alta complessità.

Nel presente lavoro, dopo aver condotto una revisione della letteratura attualmente disponibile sull'utilizzo dell'arteterapia nel trattamento di bambini e adolescenti con disturbi neuropsichiatrici, presentiamo i risultati di un'indagine sul medesimo tema, realizzata presso i servizi di NPIA della Regione Lombardia.

ANALISI DELLA LETTERATURA SCIENTIFICA

Braitto et al. (2022) hanno analizzato gli studi presenti in letteratura sull'applicazione dell'arteterapia in bambini con una diagnosi psichiatrica o con sintomi psichiatrici, ma senza una diagnosi formale. Gli studi variavano in termini di tipo di arteterapia utilizzata, condizioni di base e misure di esito. Molti erano descrizioni di casi clinici/serie di casi o piccoli studi quasi-sperimentali; vi erano pochi trial randomizzati controllati. Tuttavia, sono emerse alcune evidenze quantitative che l'arteterapia possa essere utile per i bambini che hanno vissuto traumi o che presentano sintomi di disturbo da stress post-traumatico (PTSD). In una revisione ancora più recente (2) sono stati considerati studi qualitativi e quantitativi, senza restrizioni rispetto alle misure di outcome utilizzate, che coinvolgessero soggetti di età compresa tra i 2 e i 17 anni. I setting di intervento risultavano eterogenei e comprendevano contesti ospedalieri, scolastici, comunitari, ambiti di giustizia minorile e strutture residenziali. La maggior parte degli interventi di arteterapia era stata condotta in formato gruppale, con frequenza variabile da una a cinque sedute settimanali e durata delle sessioni compresa tra 45 minuti e mezza giornata.

¹ <https://www.jcpmh.info/resource/guidance-commissioners-child-adolescent-mental-health-services/>

Gli studi analizzati in questa revisione sistematica confermavano come uno degli esiti più consistenti dell'arteterapia la riduzione dei sintomi da PTSD. Sono stati inoltre riportati miglioramenti nella regolazione emotiva, nella gestione degli impulsi, nella riduzione dell'ideazione suicidaria e dei comportamenti autolesivi. Ulteriori benefici riguardavano il funzionamento cognitivo (attenzione, concentrazione e organizzazione del pensiero) e le competenze interpersonali, con una diminuzione dell'ansia sociale e un miglioramento della comunicazione. Inoltre, l'arteterapia risultava generalmente ben accettata dai partecipanti, aspetto che ne rafforza la fattibilità clinica.

Dai dati di letteratura emerge un ruolo importante delle artiterapie nell'affrontare la sintomatologia del PTSD in età evolutiva, con approcci individuali o di gruppo. In particolare all'interno dei gruppi, le esperienze condivise e il sostegno reciproco tra i membri possono favorire un senso di appartenenza e ridurre i sentimenti di isolamento. Inoltre, il senso di essere accettati e sostenuti, sviluppato attraverso le interazioni di gruppo, permette ai partecipanti di sperimentare una guarigione interiore e di sviluppare adeguate competenze nelle interazioni sociali.

Dal punto di vista neuropsicologico, la produzione artistica consente la trasformazione dei ricordi traumatici in simboli concreti, attivando processi di simbolizzazione che bypassano il canale linguistico e coinvolgono le aree non verbali dell'emisfero destro, contribuendo alla riduzione dell'iperattivazione dell'amigdala.

Studi specifici hanno analizzato l'efficacia delle arti terapie in diverse condizioni cliniche in età evolutiva, tra cui disturbi dello spettro autistico, ambito nel quale diverse arti terapie (musica, teatro, arti visive) sono state impiegate con miglioramenti apprezzabili nelle abilità motorie, nella comunicazione e nel linguaggio. Alcuni studi prevedevano un disegno controllato caso-controllo, anche se con un campione li-

mitato di soggetti, di breve durata (3 mesi) e con limitazioni metodologiche.

Gli effetti dell'arte terapia si sono rivelati utili nel trattare la sintomatologia ansiosa e depressiva in bambini e adolescenti affetti da patologie croniche come obesità, diabete, cancro e disturbi emotivi. In linea generale, negli studi controllati, i partecipanti che avevano partecipato ad interventi di arteterapia stavano meglio rispetto ai controlli. Tra le diverse tecniche, le arti visive risultavano più efficaci.

Un altro ambito in cui le arti terapie sono state efficacemente utilizzate nei disturbi neuropsichiatrici dell'età evolutiva, sono i disturbi del comportamento alimentare e l'anoressia nervosa in particolare. L'utilità delle arti visive è molto evidente per il lavoro su immagine corporea ed emozioni, la danzaterapia per il rapporto con il corpo, mentre la musicoterapia per la regolazione emotiva.

La versatilità dello strumento di arte terapia permette che venga applicato e accettato in diversi contesti, fra cui anche quello scolastico. In soggetti con disturbi del linguaggio, della comunicazione e degli apprendimenti, l'intervento ha permesso di evidenziare dei miglioramenti qualitativi nell'espressione e regolazione emotiva, nell'autonomia, competenza e partecipazione alle attività in soggetti in età scolare.

In età evolutiva, l'intervento di arte terapia può essere rivolto anche ai genitori, per promuovere la relazione con il figlio e migliorare il benessere psico-fisico del genitore, oppure condotto sull'intero nucleo familiare. I genitori inoltre possono essere molto utili nella valutazione dell'intervento terapeutico a favore del proprio figlio. Generalmente l'intervento viene considerato utile nel miglioramento del benessere emotivo e relazionale, sebbene in alcuni casi i risultati quantitativi non mostrino differenze significative pre-post intervento, a fronte però di valutazioni qualitative molto positive da parte di bambini e genitori.

LIMITI DELLA LETTERATURA E PROSPETTIVE FUTURE

Nonostante i risultati incoraggianti descritti nei recenti lavori qui sintetizzati, la letteratura presenta ancora alcuni limiti rilevanti: i campioni risultano essere di piccole dimensioni, frequente è l'utilizzo di strumenti di autovalutazione, frequente è l'assenza di follow-up a lungo termine e limitato è il numero di studi randomizzati controllati multicentrici. Tali criticità evidenziano la necessità di sviluppare ricerche più rigorose, con metodologie standardizzate e strumenti di valutazione condivisi.

LA SURVEY SULLE ARTI TERAPIE NEI SERVIZI NPIA DELLA LOMBARDIA

Accanto alla revisione della letteratura, è stata condotta una indagine regionale nei servizi NPIA della Lombardia (anni 2022–2023), finalizzata a mappare le attività di arti terapie presenti sul territorio. Le aree indagate hanno riguardato il ruolo dei professionisti coinvolti, la tipologia di attività proposte, le patologie trattate, le fasce d'età dell'utenza e l'organizzazione dei laboratori.

La costruzione di una solida base di conoscenza delle attività svolte nei servizi NPIA della Regione Lom-

bardia costituiva un presupposto per l'avvio di un progetto finalizzato alla stesura di uno strumento di valutazione degli interventi di arteterapia in età evolutiva.

Alla survey hanno partecipato numerose ASST lombarde, evidenziando una solida base di esperienze già attive (ASST Grande Ospedale Metropolitano Niguarda, ASST Rhodense, Fondazione Mondino IRCCS, ASST Nord Milano Ospedale Bassini, Fondazione IRCCS San Gerardo dei Tintori, ASST Bergamo Est, ASST Bergamo Ovest, ASST Cremona, ASST Mantova, ASST Valcamonica, ASST Settelaghi, ASST Santi Paolo e Carlo, ASST Valtellina).

I risultati dell'indagine hanno riportato che i referenti delle attività sono principalmente medici (63%) e psicologi (25%), mentre gli operatori coinvolti sono tecnici della riabilitazione psichiatrica, arteterapeuti, educatori e professionisti non sanitari con competenze specifiche.

Per quanto riguarda le attività proposte, queste comprendono prevalentemente arti visive, musica, danza-espressione corporea, cinema e fotografia (figura 1).

L'utenza è costituita soprattutto da bambini e preadolescenti tra i 6 e i 10 anni (figura 2), con disturbi

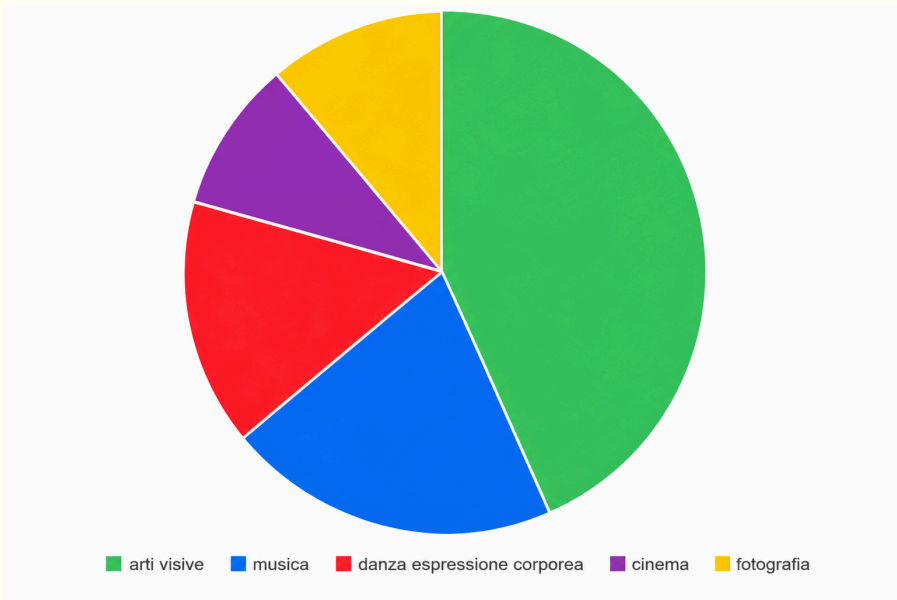


Fig. 1: tipologia di attività proposte

affettivi, depressivi e disturbi del comportamento alimentare, ADHD e disturbi del neurosviluppo.

Le modalità di intervento risultano per lo più di gruppo o miste (gruppo e individuale), con una durata media dell'intervento che nella maggioranza dei casi supera l'anno (figura 3).

CONCLUSIONI

I risultati della survey confermano che le arti terapie rappresentano una risorsa già presente e diffusa nei servizi NPIA della Regione Lombardia, sebbene

caratterizzata da modalità operative eterogenee. Tali interventi appaiono confrontabili e, in alcuni casi, sovrapponibili, offrendo un'importante opportunità di integrazione nei percorsi di cura.

Alla luce delle evidenze emerse, le arti terapie si configurano come strumenti clinici promettenti, ulteriormente potenziabili sia in un'ottica di miglioramento dell'offerta terapeutica per l'utenza, sia come ambito di sviluppo per la ricerca clinica futura, in particolare attraverso la definizione di strumenti di valutazione condivisi e standardizzati.

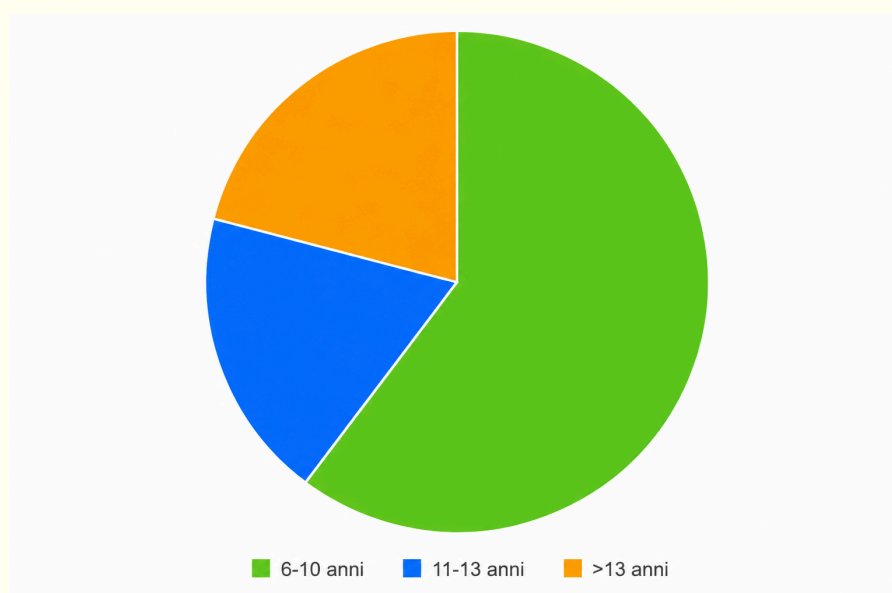


Fig. 2: età dell'utenza

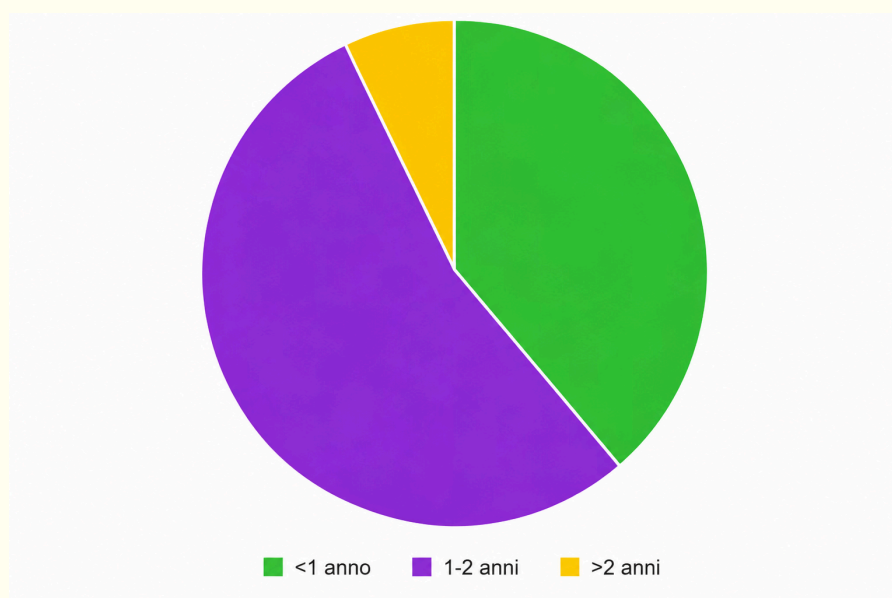


Fig. 3: durata media dell'intervento di arteterapia

BIBLIOGRAFIA

1. Braito I, Rudd T, Buyuktasik D, et al. *Systematic review of effectiveness of art psychotherapy in children with mental health disorders. Irish Journal of Medical Science* 191(3): 1369–1383, 2022
2. Versitano S, Tesson S, Lee CW, Linnell S, Perkes I. *Art therapy with children and adolescents experiencing acute or severe mental health conditions: a systematic review. Aust N Z J Psychiatry.* 59(10):863-887, 2025
3. Li Z, Cui Q, Liu X. *Systematic review of the effectiveness of arts therapy for children and adolescents with post-traumatic stress disorder. Front Psychiatry* 11(16):1716481, 2025
4. Wei S, Lai AHY, Ho HWH. *The Effectiveness of Art Therapy on Children and Adolescents with ASD: A Systematic Review of RCTs. Healthcare (Basel).* 18;13(22):2960, 2025
5. Zhang B, Wang J, Abdullah AB. *The effects of art therapy interventions on anxiety in children and adolescents: A meta-analysis. Clinics (Sao Paulo).* 26(79):100404, 2024
6. Zhang B, Yang L, Sun W, Xu P, Ma H, Abdullah AB. *The effect of the art therapy interventions to alleviate depression symptoms among children and adolescents: a systematic review and meta-analysis. Clinics (Sao Paulo).* 13(80):100683, 2025
7. Lock J, Fitzpatrick KK, Agras WS, Weinbach N, Jo B. *Feasibility Study Combining Art Therapy or Cognitive Remediation Therapy with Family-based Treatment for Adolescent Anorexia Nervosa. Eur Eat Disord Rev.* 26(1):62-68, 2018
8. Léger-Goodes T, Herba CM, Moula Z, Mendrek A, Hurtubise K, Piché J, Gilbert M, Bernier M, Simons K, Bélanger N, Smith J, Malboeuf-Hurtubise C. *Feasibility, acceptability, and perceived benefits of a creative arts intervention for elementary school children living with speech, language and communication disorders. Front Child Adolesc Psychiatry.* 5(3):1322860, 2024
9. Lin H, Zeng J, Zheng Q, Huang L, Liu G, Zhou X, Song M, Guo S. *Effects of a WeChat-based parent-child creative art therapy for mothers of children with autism spectrum disorder: A pilot randomized controlled trial. J Pediatr Nurs;*82:e75-e83, 2025
10. Macdonald D, Han J, Elder E, Boydell KM. *Parents' Perspectives of an Arts Engagement Program Supporting Children with Anxiety. Int J Environ Res Public Health.* 16;20(18):6771, 2023