

Disturbi psichici, le fragilità non viste

Un disagio esteso dalla pandemia, più tendenze suicide tra i giovani, risorse insufficienti: l'allarme degli specialisti

In sintesi

1

La Giornata mondiale della Salute mentale di domenica è stata dedicata alla denuncia delle disparità

2

Il messaggio del cardinale Turkson (Sviluppo umano integrale) ha reso omaggio ai «samaritani nascosti»

3

L'Ufficio Cei edita con Romani «Pandemia Covid-19: effetti sul benessere mentale e relazionale»

Sintomi di felicità

C'è una ruota che gira con noi

MARCO VOLERI



Le lancette di un qualsiasi orologio girano con lentezza calcolata. Non si fermano mai e vanno lontano, disegnando pian piano il futuro, come fosse un disegno da colorare momento dopo momento. Le lancette di qualunque orologio disegnano una ruota immaginaria: secondi, minuti e ore. Per gli orologi con datario gira addirittura il numero dei giorni che passano, sempre col sistema della ruota. Il tempo rotola avanti senza fermarsi mai. Ci fermiamo ad aspettare un treno, un amore, un risultato che sogniamo da tempo. La ruota dell'orologio va avanti nonostante tutto e ci ricorda che la vita stessa è una ruota che gira, in ogni suo attimo. A volte ci stritola, altre ci fa esplodere di felicità. Gira e ti taglia la strada mentre stai correndo, oppure decide di non mettere la freccia e tu, da dietro, sei costretto a frenare per non andargli addosso. Il concetto di ruota che gira, nella vita, dovremmo tenerlo più a mente. Ci permetterebbe di capire meglio gli altri, anche nei dettagli di vite che non conosciamo a sufficienza e che spesso giudichiamo per sentito dire, che vediamo anni luce lontane dalla nostra. E a volte, come per incanto, ci troviamo in situazioni identiche a quelle che vedevamo poco prima distanti dalle nostre, con la ruota che ha fatto un bel giro e ci ha portato sull'altra sponda del fiume. In altri casi gira nella direzione sbagliata. Siamo sicuri che noi, quando ci troviamo a fare una considerazione del genere, giriamo da quella giusta? Quante volte siamo impegnati a guardare le ruote degli altri senza curare la nostra? Le altre spesso le osserviamo con attenzione: colorate, sbiadite, grandi o cigolanti. E la nostra, quella che usiamo tutti i giorni, andrà oliata, pitturata? Gira bene, c'è qualche raggio da sistemare? Felicità è una ruota che gira, e non sa di girare. E non sa di essere felicità.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

PAOLO LAMBRUSCHI

Il 10 ottobre va ricordata come una data storica per la Salute mentale. Per i malati anzitutto, e per gli operatori. La Giornata mondiale si è sviluppata attorno al tema «Salute mentale in un mondo diseguale» per denunciare il forte squilibrio nel mondo post-pandemico. Circa l'80% delle persone con disturbi mentali nei Paesi a basso e medio reddito non può accedere infatti ai servizi perché carenti o inesistenti. Nei Paesi ricchi come l'Italia i servizi di salute mentale risultano fra i meno disponibili seppure inseriti nei Livelli assistenziali di base. E a causa della pandemia molte persone con una malattia mentale non hanno ricevuto e non stanno ricevendo trattamenti adeguati.

Fra le cause la "mentalità dello scarto" denunciata da papa Francesco, che nel messaggio per la Giornata ha evidenziato come oggi «si prestano cure e attenzioni maggiori a chi apporta vantaggi produttivi alla società, dimenticando che quanti soffrono fanno risplendere, nelle loro esistenze ferite, la bellezza insopprimibile della dignità umana». Fondamentale anche il suo forte richiamo all'Angelus quando ha parlato della necessità di eliminare lo stigma che circonda chi soffre di disturbi psichici e psichiatrici con i loro familiari e di chi è arrivato a togliersi la vita: «Vorrei ricordare i fratelli e le sorelle affetti da disturbi mentali e anche le vittime, spesso giovani, di suicidio. Preghiamo per loro e per le famiglie affinché non vengano lasciati soli né discriminati, ma accolti e sostenuti».

Il Tavolo sulla Salute mentale dell'Ufficio Cei per la pastorale della Salute è impegnato da tempo per rimuovere lo stigma e promuovere una "cultura della vita" che contrasti la logica dello scarto, fornendo informazioni utili a modellare l'azione pastorale. Ne parliamo con alcuni dei suoi esperti. «Il Piano d'azione per la salute mentale 2013-2030, recentemente aggiornato dall'Oms - afferma Alberto Siracusano, direttore Uoc di Psichiatria e Psicologia clinica a Roma Tor Vergata - indica tra le cause dei disturbi anche fattori sociali, culturali, economici, politici e ambientali. La definiamo "povertà vitale". Nel periodo del Covid molta gente ha capito l'importanza della salute mentale e del benessere psichico, e la Giornata 2021 ha ampliato il campo di interesse. Ma permane la carenza di risorse a fronte di un allargamento della domanda». La politica italiana però non sembra essersene ancora accorta. «Mi risulta che il Pnrr non preveda fondi per la salute mentale. Occorre ripensare l'assistenza psichiatrica a tanti livelli, tra cui quello del

Domenica il Papa nella Giornata della Salute mentale ha chiesto di non lasciare soli malati e famiglie

volontariato e del terzo settore. E poi c'è il grande allarme dei giovani, i più colpiti dalle conseguenze psichiche della pandemia, con disturbi dei comportamenti alimentari, atti di autolesionismo, aumento della violenza e dell'aggressività, perché si sentono esclusi dal futuro. Servono servizi per la transizione all'età adulta e vanno rilanciati i Livelli di assistenza».

Su giovanissimi e scarse risorse insiste anche lo psichiatra **Tonino Cantelmi**, docente e direttore sanitario dell'Opera Don Guanella. «In Italia la depressione è già la prima causa di invalidità lavorativa ed è la malattia con il più alto costo sociale, paragonabile al 4-5% del Pil». I dati dicono che ci sono circa tre milioni di depressi e nel corso del 2020 il 6,5% della popolazione italiana ha fatto ricorso ad antidepressivi. L'uso di ansiolitici nel 2020 è aumentato del 6,6% rispetto all'anno prima. «Investire in salute mentale sarebbe vantaggioso - prosegue Cantelmi -. Eppure in Italia siamo sotto organico di psichiatri, psicologi e infermieri, in alcune regioni anche del 60%. Intanto assistiamo a un aumento delle forme di dipendenza, come azzardo, social, pornografia, alcol e sostanze, fenomeni che si stanno precocizzando. La pornografia durante il lockdown ha toccato i bambini di 10 anni. E aumentano in modo impressionante - il 20% - gli psicofarmaci somministrati ai bambini per gestire comportamenti aggressivi e incontrollabili».

Lo psichiatra **Pompili**: tenere gli occhi aperti sui ragazzi, ci sono segnali che vanno riconosciuti

L'unico dato positivo del 2020 è stata la riduzione del 10% del tasso di suicidi. Ma per **Maurizio Pompili**, psichiatra e docente alla Sapienza, va preso di petto il problema della prevenzione per la fascia giovanile. «Oggi il suicidio è la seconda causa di morte per i giovani - afferma - e il Covid ha creato fragilità. Occorre tenere gli occhi aperti perché sono aumentati i tentativi di suicidio». Difficile, tuttavia, per gli adulti intercettare i segnali d'allarme dei figli. «Il social spesso confina i giovani in uno spazio isolato e connesso con gli altri fittiziamente. I segnali d'allarme, oltre alla forte presenza sulle chat, sono le affermazioni di stanchezza della vita insieme a insonnia, ansia, irritabilità, problemi psicosomatici e cambi di umore repentini. Non è rischioso domandare a un figlio se ha mai pensato di voler morire: almeno trova un interlocutore. Le parole del Papa all'Angelus sul suicidio dei giovani sono storiche e daranno risultati importanti. Se si parla del suicidio il fenomeno si attenua. I sacerdoti possono svolgere un ruolo fondamentale per prevenire e le parrocchie per aiutare i parenti della vittima. La Chiesa vuole stare vicino a chi soffre».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

SUL CAMPO L'allarme dei vescovi di Piemonte e Val d'Aosta sull'indebolimento delle reti di protezione per chi soffre di problemi mentali

«Emerge un'altra pandemia, ma non c'è vaccino»

In questo periodo di ripresa lenta e complessa, sta emergendo un'altra pandemia, per la quale non è possibile sperare in un vaccino efficace: i disturbi psichici che il Covid ha moltiplicato, in un contesto di progressivo e inarrestabile depauperamento, in termini di risorse umane ed economiche, dei Servizi territoriali di Salute mentale». L'hanno sottolineato i vescovi di Piemonte e Valle d'Aosta - rilanciati dall'agenzia Sir - diffondendo il messaggio della Consulta regionale per la Pastorale della salute, presieduta dal vescovo di Alba Marco Brunetti.

«Isolamento sociale, timore del contagio o

di perdere i propri cari, situazione economica precaria e incerta, sono solo alcuni dei fattori di rischio particolarmente presenti in questi mesi di pandemia», mentre «nello stesso periodo vari fattori protettivi per la salute mentale sono stati compromessi: le relazioni sociali e l'attività fisica, la dimensione lavorativa, di studio e ricreativa, l'accesso ai servizi sociali e sanitari». Inoltre «tra gli anziani le situazioni di solitudine e depressione, realtà già particolarmente diffuse anche in epoca pre-Covid, stanno pesantemente aumentando, gravando anche sulle famiglie».

Secondo la Consulta piemontese «il tempo

della pandemia può essere comunque propizio per rilanciare» la «prossimità di comunità. La ripresa graduale dei rapporti sociali e delle attività può essere ripensata partendo proprio dai rapporti umani, dalla fraternità, dalla solidarietà tra vicini, amici, familiari, dal supporto reciproco attraverso l'ascolto e l'aiuto concreto». La Consulta invita infine le comunità cristiane «alla preghiera e alla riflessione su questi temi così carichi di umanità», chiedendo di «stimolare a scelte coerenti di vicinanza verso i fratelli più fragili, come manifestazione concreta di misericordia».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

ANCONA Il Casale Angelini La «care house» che sa accogliere



VINCENTO VARAGONA

Restituire dignità e umanità alla sofferenza: una risposta marchigiana è il «Casale Angelini», struttura di 800 metri quadrati nella campagna anconetana, vicinissima all'ospedale regionale di Ancona, con spazi esterni di 5mila metri quadrati, ristrutturato e arredato per pazienti oncologici e loro familiari.

Si tratta di un "modello europeo" adottato nelle Marche grazie a una sinergia fra Regione, Comune, Università Politecnica, Ospedali Riuniti e - soprattutto - Fondazione Angelini, braccio dell'omonima casa farmaceutica che ha sede nel capoluogo regionale. Il casale, la prima care house in Italia, può ospitare fino a 18 persone, malati oncologici e familiari, il cui ingresso è regolato con un protocollo di ammissione definito con l'ospedale. La gestione è affidata all'associazione Artis, orientata alla ricerca sulla terapia infermieristica. «Il progetto - spiega Thea Paola Angelini, figlia di Francesco e vice presidente della Fondazione - si ispira ai valori che da sempre animano la Fondazione: attenzione verso le persone e presa in carico dei più deboli».

«L'idea di creare questa realtà - aggiunge Michele Caporossi, direttore generale degli Ospedali Riuniti - è venuta visitando un hotel-hospital londinese che ci ha molto colpito. Era necessaria un'importante partnership: l'abbiamo trovata e ora l'idea si è concretizzata». Non è stato semplice, perché il valore dell'intervento è di tre milioni di euro, ma - precisa il rettore dell'Università Politecnica Gianluigi Gregori - la collaborazione ha permesso di realizzare un format che funziona e può essere replicato». «In tutti questi anni - sostiene Franca Pulita, presidente di Artis - abbiamo toccato con mano, seguendo i malati a domicilio, quanto sia difficile affrontare una malattia così impegnativa e come a questa purtroppo si affianchino tanti problemi, come di sporte di un appoggio logistico, specie subito dopo la dimissione ospedaliera».

La ristrutturazione è stata eseguita in un'ottica di sostenibilità ambientale, attenti a ricreare un ambiente familiare dotato anche di spazi comuni. «La scelta di colori e arredi - precisa Thea Angelini - è stata studiata anche seguendo le indicazioni del personale specializzato dell'ospedale. Ogni stanza ha un colore diverso, anche gli arredi sono stati selezionati per far sentire a proprio agio gli ospiti, come se fossero a casa».

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Il reclutamento dei pazienti a Casa Sollievo della Sofferenza

L'ospedale arruola 100 pazienti e userà l'Intelligenza artificiale per predire l'evoluzione della malattia, unendo esami convenzionali e i dati sugli stili di vita raccolti dai dispositivi indossabili

SANITÀ Al via uno studio osservazionale alla Casa Sollievo della Sofferenza di San Giovanni Rotondo

Il diabete? Ora si può controllare con un orologio e un cellulare

VITO SALINARO

Un telefonino e un orologio. Meglio: uno smartphone e uno smartwatch. Strumenti con i quali si potrà prevedere l'evoluzione del diabete di tipo 2. Come? Sfruttando l'Intelligenza artificiale che analizzerà gli esami convenzionali e i dati sugli stili di vita di 100 persone. Tanti sono i pazienti arruolati dall'Ospedale Casa Sollievo della Sofferenza di San Giovanni Rotondo (Foggia) per realizzare il progetto "Gatekeeper" che, grazie ai fondi europei di Horizon 2020, mette in sinergia 43 partner con l'obiettivo di indicare strategie, percorsi e tecnologie che favoriscano una vita indipendente e in

salute per la popolazione che, in Europa, invecchia velocemente. In particolare, l'Istituto di ricovero e cura a carattere scientifico (Ircs), fondato da san Pio, chiede ai pazienti interpellati di utilizzare i due dispositivi, forniti da Samsung, con l'indicazione di indossare lo smartwatch per un anno, giorno e notte. Nello stesso periodo, spiega l'ospedale, verranno sottoposti periodicamente ad un day service per i prelievi di sangue e ad un check-up completo della malattia. I 100 pazienti dovranno inoltre compilare un registro alimentare dove indicheranno, per periodi di tempo più limitati, i cibi assunti durante l'osservazione. I valori "non convenzionali" raccolti dai dispositivi - fre-

quenza cardiaca, quantità e qualità del sonno, attività motoria - fa sapere l'ospedale, contribuiranno all'elaborazione, «grazie agli algoritmi di Intelligenza artificiale, di un modello matematico che prevede il controllo del diabete» da parte dello stesso paziente. Lo studio osservazionale su questa diffusa patologia fa parte delle tre linee di ricerca del progetto "Pilota Puglia", al quale partecipano anche l'Agenzia regionale strategica per la salute e il sociale (Aress Puglia), InnovaPuglia, la Fondazione Politecnica di Milano e MultiMed Engineers. «La novità - spiega Francesco Giuliani, responsabile Innovazione e ricerca dell'Ircs - consiste nell'utilizzare disposi-

tivi di uso quotidiano per raccogliere informazioni fondamentali per comprendere quale può essere la gestione ottimale dei pazienti per ottenere un controllo glico-metabolico adeguato, finalizzato alla prevenzione delle complicanze croniche. Un giorno dispositivi di uso comune potrebbero essere inseriti tra gli strumenti per la prevenzione, la cura e il monitoraggio della malattia». Dopo un periodo di grande complessità, «Casa Sollievo è ripartita spedita - afferma il direttore generale dell'Ospedale, Michele Giuliani -. Per troppo tempo sono state trascurate malattie croniche come il diabete che, se non controllato, può portare a gravi complicanze. Il progetto Ga-

tekeeper ci darà nuovamente la possibilità di lavorare e confrontarci, in un contesto scientifico stimolante, con importanti enti ed istituti di ricerca pugliesi di rilevanza nazionale e con partner internazionali del calibro di Samsung».

Il diabete mellito di tipo 2 rappresenta circa il 90% dei casi di diabete; si presenta in genere in età adulta anche se, negli ultimi anni, un numero crescente di casi viene diagnosticato in età adolescenziale e va di pari passo con l'obesità infantile. Gli italiani affetti da diabete di tipo 2 sono circa il 5% della popolazione, oltre 3 milioni. Ma si stima che un altro milione, pur avendo la malattia, ne ignora l'esistenza.

© RIPRODUZIONE RISERVATA