

LA SALUTE MENTALE È UNA PRIORITÀ PER LA SOCIETÀ



di **Claudio Mencacci***

Salute mentale per tutti. Maggiori investimenti, maggiore accesso, tema dell'anno reso ancora più forte dalle conseguenze del Covid-19: a un'emergenza di sanità pubblica si è aggiunta anche una emergenza psicologica e sociale dovute anche all'impatto dell'impoverimento e della disoccupazione. Disturbi del sonno, depressione, ansia sono alcune delle manifestazioni osservabili in soggetti esposti al pericolo del virus e alle misure di quarantena e di distanziamento sociale. Sono oltre 500 milioni le persone che vivono con disturbi mentali, la depressione in particolare è riconosciuta dall'OMS come prima causa di disabilità a livello mondiale con 322 milioni di persone che ne soffrono, di ogni sesso, età, ambiente. È una patologia che riguarda circa 3 milioni di italiani, di cui circa 1 milione soffre della forma più grave, la depressione maggiore. Ha una frequenza nelle donne pari quasi al doppio rispetto agli uomini e ha un impatto negativo su chiunque viva accanto alla persona che ne è affetta. Spesso associata all'ansia cronica, il 7% delle persone oltre i 14 anni ha sofferto di disturbi ansioso-depressivi. In un solo decennio la sua incidenza è aumentata del 18,4% e la pandemia ne aumenterà il carico (attesi oltre 150 mila casi in più). La progressiva crescita post pandemia è anche prevista in un recente studio condotto in USA su 1.441 soggetti che ha mostrato un aumento di 3 volte dei sintomi depressivi, sono aumentati i sintomi lievi di 2,6 volte, quelli moderati di 3,7 volte e di 7,5 volte quelli gravi. Tanto da indicare un trend traumatico maggiore rispetto ai traumi collettivi dell'11 settembre 2001 e dell'uragano Katrina. Non scordiamo che ogni 40 secondi nel mondo qualcuno muore per suicidio. Il numero di vittime supe-

Tra le conseguenze di Covid-19
c'è l'emergenza psicologica
dovuta anche alle difficoltà
economiche. Disturbi del sonno,
depressione, ansia sono
osservabili in soggetti esposti
alla paura del virus

ra le 800 mila persone all'anno, più di quelle di una guerra. Ecco perché è necessario intervenire sulla salute mentale perché può riguardare chiunque, in qualunque momento della vita e in qualsiasi luogo. In Italia ogni anno dai 15 ai 20 milioni di persone soffre di un disturbo mentale, ma malgrado i numeri queste malattie sono ancora fortemente stigmatizzate. Le persone che vivono con i disturbi mentali e i loro cari, infatti, sono di frequente vittime di isolamento e pregiudizio, sovente dovuti alla scarsa conoscenza della malattia. Per poter vincere la paura è

fondamentale la corretta informazione: la conoscenza è il primo passo verso la comprensione e la disponibilità di informazioni sulle cure e sulla possibilità di guarire consente di avvicinare chi soffre con rispetto, speranza e dignità, abolendo lo stigma, il pessimismo e il senso di esclusione che viene percepito da pazienti e familiari. Favorire la diagnosi precoce coinvolgendo la Medicina Generale, effettuare screening su popolazione a rischio (adolescenti-perinatale), potenziare ricerca e innovazione, favorire l'avvicinamento alle cure sono azioni fondamentali. Occorre potenziare e ampliare i Servizi di Salute Mentale (nel documento Iniziative per Rilancio Italia di Vittorio Colao si chiedeva di aumentare del 35% i fondi per la salute mentale dall'attuale misero 3,6%). L'azione svolta da campagne come Insieme per la salute mentale, uscire dall'ombra della depressione e gli open day degli ospedali Bollini rosa sono azioni concrete della società civile e atti di pressione sulle istituzioni affinché la salute mentale rivesta un posto di rilievo nell'agenda di politica sanitaria del Governo. Le caratteristiche della pandemia e le azioni messe in atto per contenerla hanno cambiato il mondo. Per questo è importante, oggi più che mai, che la salute mentale diventi una priorità per l'intera società, un diritto umano disponibile per tutti soprattutto in un'ottica di ripartenza.

*Direttore Salute Mentale FBF-Sacco Milano