

IN PRIMO PIANO

Depressi e cyberbulli: le ansie dei liguri

LA FOTOGRAFIA che arriva dal Sistema Informativo di Salute Mentale certifica che il 7,5% dei liguri mostra sintomi di depressione, il che ci colloca oltre la media nazionale che si ferma al 6,2%. Tanto che sulla qualità della vita i cittadini monitorati dichiarano di trascorrere almeno tre giorni al mese in uno stato di cattiva salute psichi-

ca. E intanto aumentano esponenzialmente a Genova le richieste di iscrizione di giovanissimi ai corsi per difendersi dal cyberbullismo. La disciplina si chiama "Zanshin tech" e usa la teoria delle arti marziali. Invece delle cinture, i ragazzi guadagnano braccialetti di diversi colori.

I SERVIZI ALLE PAGINE II E III

Liguri più depressi tre giorni al mese bruciati dall'ansia e dal male di vivere

I dati del Sistema di salute mentale
il 7,5% soffre di questi disturbi
la media nazionale si ferma al 6,2%
una giornata di studi degli **psicologi**

VALENTINA EVELLI

LAVORO che non si trova, l'incertezza per il futuro e la preoccupazione per i figli che continua anche per gli over 70. Liguri depressi e ansiosi, spesso incapaci di chiedere aiuto a esperti e familiari che si chiudono nel limbo della solitudine.

E' la fotografia che arriva dal Sistema Informativo di Salute Mentale per cui il 7,5% dei liguri mostra sintomi di depressione, oltre la media nazionale che si ferma al 6,2%. Tanto che sulla qualità della vita dichiarano di trascorrere almeno tre giorni al mese in uno stato di cattiva salute psichica.

«Stati d'ansia che prendono il

sopravvento e diventano depressione vera e propria quando i pazienti si rendono conto di non poter realizzare il proprio progetto di vita, dal lavoro alla famiglia. Non solo chi perde il lavoro ma anche i precari che non possono fare progetti a lungo termine — spiega il professor Francesco Bottaccioli, presidente onorario della Società Italiana di Psiconeuroendocrinoimmunologia — Una patologia che colpisce sempre più spesso i giovani e non risparmia gli anziani, preoccupati per il futuro dei figli».

Effetti diretti della crisi ma non solo. Secondo gli **psicologi** a peggiorare la situazione psico-fisica dei liguri hanno contribuito anche eventi eccezionali come le alluvioni. Stress psicologici

che lasciano il segno anche sul lungo periodo perché il "male del secolo" non risparmia nessuno.

I numeri del Sistema Informativo di Salute Mentale rivelano che nel 2015 la depressione ha colpito 46 liguri ogni 10.000 abitanti, sintomi nevrotici riguardano 27 liguri (ogni 10.000). Più bassi i dati relativi alla schizofrenia con un'incidenza di 25 persone (su 10.000) e i disturbi della personalità e del comportamento per 14 (ogni 10.000).

E a preoccupare gli esperti anche l'incremento del consumo di psicofarmaci, quasi quintuplicato in Italia negli ultimi 15 anni. Solo i liguri nel 2015 hanno speso più di 14 milioni di euro (14.426.338 euro) per antide-

pressivi. «I farmaci sono considerati erroneamente un rimedio rapido. La soluzione più efficace a un problema che, invece, andrebbe affrontato con una terapia integrata — rilancia la professoressa Donatella Mara Fiaschi, vicepresidente dell'ordine liguri degli **psicologi** — La risposta farmacologica non è in contrasto con un supporto psicologico. Anzi, devono essere complementari. Cure integrate a cui si aggiunge a un corretto stile di vita, dall'attività fisica all'alimentazione alle tecniche di rilassamento». Un dibattito aperto che sarà affrontato dagli esperti nella giornata di studio "Nuovi modelli di cura — prevenzione e terapie integrate della sofferenza

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

e dei disturbi psichici": appuntamento stamattina dalle 9 nell'aula polivalente dell'ex chiesa di San Salvatore in piazza Sarzano con la partecipazione, tra gli altri, del professor Mario Amore, direttore della Clinica psichiatrica dell'Università di Genova e la presidente dell'ordine degli **psicologi** regionale Lisa Cacia.

Il Sistema Informativo di salute Mentale ha analizzato persone dai 16 ai 69 anni e i dati rivelano che tra i depressi liguri soltanto il 66% chiede aiuto agli esperti. «Ci sono campanelli d'allarme da non sottovalutare — continua il professor Francesco Bottaccioli — Dagli stati d'ansia diffusi e continuati nel tempo, problemi di sonno e alterazioni di peso evidenti. Piccoli segnali che spesso vengono sottovalutati ma da cui può partire un percorso di recupero prima che la situazione si aggravi ulteriormente». Il primo passo è prendere consapevolezza del problema per chiedere aiuto. «Queste patologie sono legate a vecchi stereotipi, essere depressi è ancora sinonimo di debolezza si ha paura di essere giudicati — conclude la professoressa Fiaschi — In molti credono ancora che depressione sia sinonimo di pazzia e le cure siano costose. Pregiudizi che possono essere abbattuti partendo dal dialogo e dal confronto».

GRIPRODUZIONE RISERVATA

Soltanto il 66% chiede aiuti agli esperti
gli altri preferiscono ignorare il problema

IVOLTI

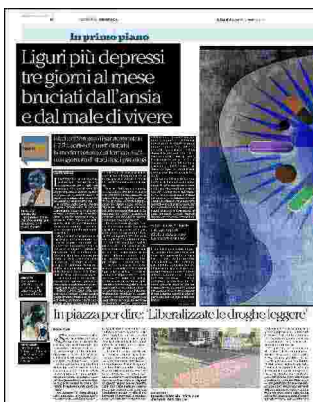
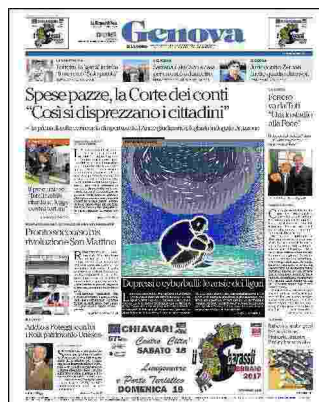
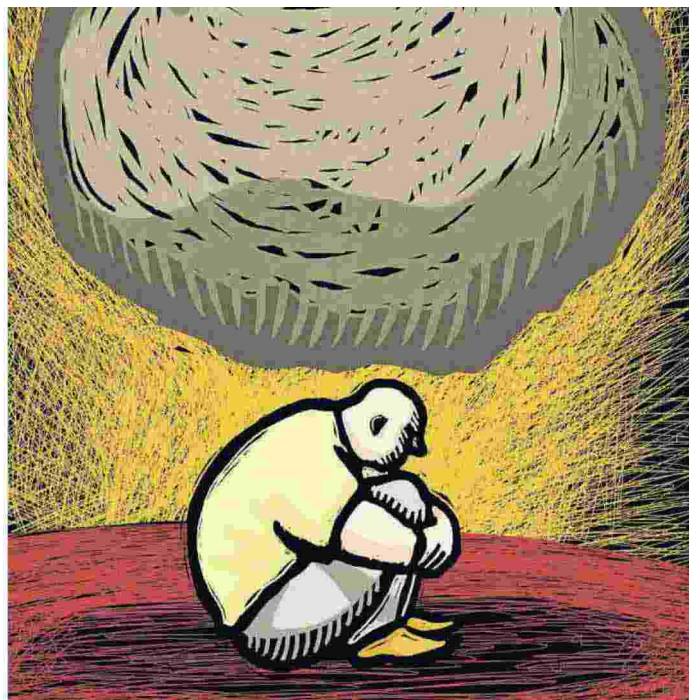
FRANCESCO BOTTACCIOLI
Presidente onorario della Società Italiana che si occupa di questi disturbi



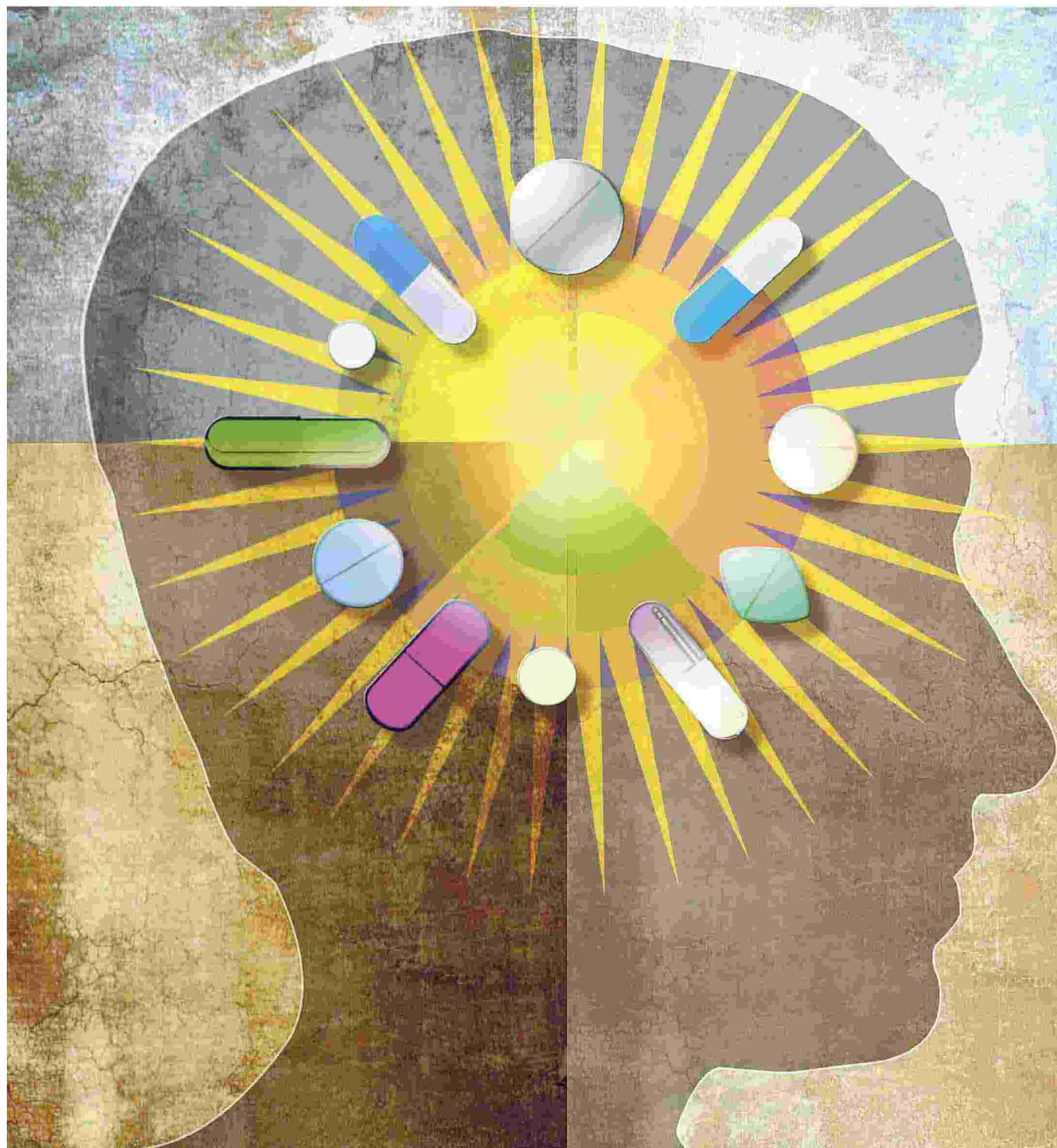
LISA CACIA
Presidente dell'Ordine degli **psicologi** della Liguria sarà alla giornata di studi



MARIO AMORE
Direttore della Clinica psichiatrica dell'Università di Genova, è fra i relatori



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

Codice abbonamento: 067168