

QdS.it^{4.0}

Coronavirus e depressione, per i giovani c'è "Crescere in emergenza"



Si è tenuto il primo di sei eventi regionali promossi nell'ambito di "Fattore J", il programma di Fondazione Mondo Digitale. Studenti, docenti, pazienti ed esperti a confronto sul benessere psichico degli adolescenti: la parola chiave è "empatia"

ROMA – "Non c'è salute senza salute mentale" è da oltre un decennio il motto dell'Oms, che ha riconosciuto la **depressione come causa primaria di disabilità a livello mondiale**. Preoccupa l'impatto del Covid-19 sul benessere psichico, **soprattutto di giovani e individui più fragili**, tanto che si discute del disagio mentale come di un'altra possibile pandemia di cui ci si dovrà

presto occupare a livello globale.

Come riconoscere i segnali precoci di disagio? Come affrontarli? Che ruolo giocano famiglia e scuola nel processo di comprensione e accettazione della malattia? Come migliorare le capacità individuali di stabilire relazioni emotive?

A dare qualche risposta ci hanno provato esperti del mondo scientifico e pazienti nell'evento di "Zedders in lockdown. Crescere in emergenza", incontro organizzato nei giorni scorsi nell'ambito del programma "Fattore J"

(fattorej.org), promosso da fondazione Mondo digitale e Janssen Italia, l'azienda farmaceutica del gruppo Johnson & Johnson, con il patrocinio dell'Istituto superiore di Sanità. L'incontro, organizzato in occasione della Giornata mondiale della salute mentale, ha visto la partecipazione di 500 studenti collegati online. Dal confronto è emersa non solo l'importanza di prevenzione e diagnosi precoci ma anche la centralità della relazione empatica e di valori, quali rispetto e inclusione, come elementi fondamentali nel percorso di cura.

Secondo gli ultimi dati elaborati dal Sistema informativo per la Salute Mentale (Sism), **gli utenti psichiatrici assistiti dai servizi specialistici nel corso del 2018 sono 837.027** con tassi standardizzati che vanno da 96,7 per 10.000 abitanti adulti in Sardegna fino a 227,2 nella regione Calabria (valore totale Italia 166,6). La Sicilia con un tasso pari a 187,5 è al quinto posto. I pazienti che sono entrati in contatto per la prima volta con i Dipartimenti di salute mentale sono 323.707 (per il 93,4% è il primo contatto della vita con i servizi): 34.827 sono siciliani. **La Sicilia**

è la terza regione dopo Lombardia ed Emilia Romagna per la prevalenza di utenti trattati nella fascia di età 18-24 anni.

“Ho sviluppato la sindrome ansiosa depressiva in età adolescenziale”, **ha raccontato Eleonora**. “Era come stare su un’altalena, si passa dall’essere super attivi all’essere depressi e non riuscire ad alzarsi dal letto e uscire”. Bullizzata da un compagno Eleonora non riesce a reagire e non si sente aiutata, così lascia la scuola. “Avrei dovuto rivolgermi a uno specialista, a uno psichiatra. Non l’ho fatto, ho sbagliato. Non ci sono andata per vergogna e ho passato tanti anni a casa da sola senza contatti sociali”. Grazie al sostegno di Club Itaca di Palermo, oggi Eleonora ha un lavoro e un messaggio da lanciare ai più giovani: “Reagite, non abbattetevi mai, e non vergognatevi a chiedere aiuto!”.

“Ci siamo resi conto che c’è una fascia di età tra i 14 e i 18 anni che è stata poco al centro dell’attenzione dei servizi e della specializzazione psichiatrica”. **Felicia Giagnotti Tedone, presidente di Fondazione Progetto Itaca**, ha ribadito come ormai sia riconosciuto a livello universale che la diagnosi precoce è garanzia di cura e guarigione. La ricerca sulle neuroscienze sta andando avanti con esiti affascinanti, adesso è il momento di lavorare per migliorare la situazione dei servizi sul territorio in tutta Italia”.

Obiettivo di Fattore J, che ha già formato da aprile 2.200 studenti, è quello di aiutare i giovani a **sviluppare intelligenza emotiva e maggiore consapevolezza della “diversità” e “unicità”**, a prendere atto di uno stato di disagio proprio o altrui e a migliorare il livello di attenzione sulla salute per evitare che le diagnosi arrivino troppo tardi.

“Fattore J è un progetto in cui crediamo molto perché è stato pensato per raggiungere i ragazzi, il nostro futuro, con messaggi di consapevolezza sull’impatto delle patologie, di rispetto verso chi è malato e di fiducia nel valore della scienza”, ha dichiarato **Loredana Bergamini, direttore medico di Janssen Italia**. “In Janssen quello che ci guida è lavorare ogni giorno per un futuro in cui le malattie siano un ricordo del passato. Il nostro impegno si traduce non solo nella ricerca e sviluppo di trattamenti, ma anche nell’accrescere la conoscenza della patologia, come stiamo facendo grazie a Fattore J e alla campagna ‘La Depressione non si sconfigge a parole’, che abbiamo appena lanciato”.

“Siamo orgogliosi dei risultati che stiamo raggiungendo con Fattore J, il nostro obiettivo è quello di partire dai più giovani e dalla scuola per costruire una nuova cultura e sensibilità”, ha aggiunto Mirta Michilli, direttore generale della Fondazione Mondo digitale, sottolineando la necessità di una vera e propria educazione alle emozioni. “È fondamentale aiutare i ragazzi a

comprendere la situazione che stiamo vivendo, ad accettare la malattia come elemento della vita e a cogliere il ruolo strategico che potranno avere per uscire dall’emergenza”.

“Un ambiente di apprendimento sano, come la scuola, è fondamentale per prevenire il disagio dei più giovani”. Stefano Suraniti, direttore di Usl Sicilia, ha sottolineato come la scuola debba riappropriarsi di strategie di accoglienza.

“Non solo curare, ma prendersi cura. La scuola può motivare a essere resilienti, a reagire alle difficoltà e agli insuccessi”.

L'appuntamento ha inaugurato una serie di sei eventi regionali con focus sulle aree terapeutiche del progetto. Dopo neuroscienze, si prosegue con

immunologia, ematologia, malattie infettive e ipertensione polmonare. A sostegno del progetto una rete di otto associazioni di pazienti: Associazione Italiana contro Leucemie, Linfomi e Mieloma (Ail), Associazione Ipertensione Polmonare Italiana Onlus (Aipi), Associazione Malati Reumatici del Piemonte (AMaR), Associazione Nazionale per le Malattie Infiammatorie Croniche dell'Intestino (Amici Onlus), Associazione Nazionale Amici per la Pelle (Anap Onlus), Associazione Psoriasici Italiani Amici della Fondazione Corazza (Apiafco), Network Persone Sieropositive (Nps Italia Onlus) e Progetto Itaca Onlus. Partner scientifico l'Università Campus Bio-Medico di Roma.