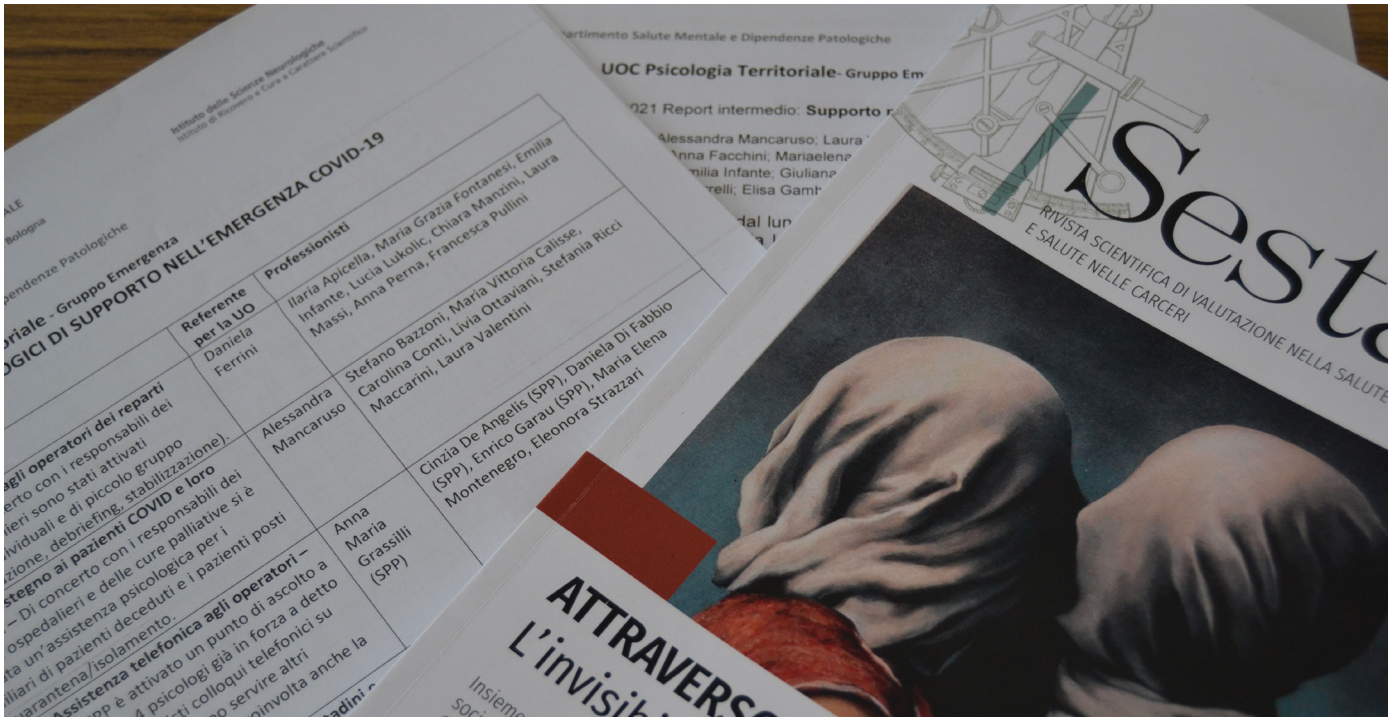
Salute mentale
Un benessere non ancora per tutti



Report di salute mentale nei Dsm-Dp. Foto: Rizzetto

di Silvia Rizzetto

La pandemia di Covid-19 è stato un banco di prova per il Sistema sanitario nazionale. Gli effetti del virus sulle persone e le restrizioni adottate per il contenimento dei contagi hanno causato uno stravolgimento epocale dal quale le fragilità umane sono emerse in tutta la loro drammaticità. A questo in Emilia-Romagna ha risposto una rete territoriale di sostegno psicologico, declinata nelle varie forme del pubblico e del privato. Questi servizi rimangono tuttavia ancora inaccessibili per alcuni pazienti

Sopra la media. L'Emilia-Romagna è l'unica regione italiana che rispetta il parametro del 5% di risorse investite in salute mentale, mentre il resto del Paese spende poco meno del 3% del *budget* nazionale previsto. Sono stati 38 i milioni stanziati lo scorso settembre per la prevenzione e la cura dei problemi psicologici e psichiatrici. Fondi che si sono aggiunti a quelli erogati in risposta alla pandemia da Covid-19, un evento senza precedenti che ha coinvolto in maniera profonda la vita delle persone. Nell'ultimo anno, il sostegno psicologico è diventato un bene primario. Per sanare l'emergenza, il servizio sanitario regionale è intervenuto tempestivamente, attivando nuovi progetti.

Ma non tutti gli sportelli di ascolto virtuali e le attività offerte dal pubblico sono risultati accessibili in pandemia e ancora oggi i tempi per usufruire dei servizi gratuiti sono lenti, come segnala il collettivo Làbas.

L'azienda Usl di Bologna attraverso le unità operative, i programmi e i servizi del dipartimento di Salute mentale e dipendenze patologiche (Dsm-Dp),

insieme al Servizio assistenza territoriale, ha attivato nel primo *lockdown* un sistema di monitoraggio degli utenti in cura e dei cittadini che si sono rivolti all'Ausl per un aiuto. Tra il 17 febbraio e il 17 marzo 2020 in regione sono state fatte 9.729 prestazioni dedicate all'emergenza Coronavirus, un incremento di consulenze che a Bologna è stato gestito tramite quattro linee di intervento, suddivise in base al profilo del richiedente aiuto: una è stata dedicata agli operatori dei reparti Covid-19, un'altra ai pazienti Covid e ai loro familiari, infine sono stati attivati due centralini, uno riservato agli operatori in generale e un altro agli utenti in carico al dipartimento di Salute mentale e ai cittadini. Quest'ultimo canale di contatto, lanciato dall'Ausl con il nome di "Parla con noi", ha avuto come referenti la dottoressa Mirella Errante e la dottoressa Gabriella Gallo, dallo scorso febbraio direttrice dell'Unità operativa complessa di Psicologia territoriale. Dal 26 marzo al 29 maggio 2020, periodo in cui il servizio "Parla con noi" è stato attivo, sono arrivate 368 telefonate e 14 *e-mail*, la maggior parte provenienti da cittadini, persone che non avevano prima di allora contattato il Dsm-Dp. Le richieste sono state inoltrate a 19 professionisti dei dipartimenti di Salute mentale e di Cure primarie.
Gabriella Gallo spiega come ha operato il centralino di "Parla con noi": «Dopo una prima valutazione telefonica, fatta l'analisi della domanda e rilevato il bisogno, venivano attivate due possibili vie. Se il bisogno era relazionale, dato dalla necessità di compagnia o dalla paura di essere chiusi in casa, facevamo intervenire le associazioni, se invece c'era un bisogno legato a un disturbo, a un disagio psicologico, offrivamo un pacchetto di tre o quattro colloqui psicologici telefonici, con gli operatori o altri colleghi esterni disponibili a prendere in carico le consulenze psicologiche. Se l'emergenza era di tipo psichiatrico, abbiamo collegato il cittadino o l'utente ai servizi specialistici di psichiatria». Dalle telefonate sono emersi dei disturbi emotivi comuni: ansia, paura, insonnia, attacchi di panico. I sintomi psichiatrici più frequenti sono stati la derealizzazione e la paranoia: «Ma sono stati pochi», valuta Gallo. Quello che ci ha permesso di comprendere la pandemia, a detta della direttrice, è che «la salute mentale è un problema di tutti. Chiunque può avere dei momenti in cui manifesta dei disturbi psichici di lieve entità che si possono risolvere con un piccolo intervento. A volte a chi telefonava bastava solo la prima chiamata di riorientamento».

«La salute mentale è un problema di tutti. Chiunque può avere momenti in cui manifesta disturbi psichici di lieve entità risolvibili con un piccolo intervento»

Gabriella Gallo, direttrice dell'Unità di Psicologia territoriale

"Parla con noi" ha visto la partecipazione degli studenti della scuola di specializzazione in Psichiatria dell'Università di Bologna e del Comitato utenti famigliari e operatori del dipartimento di Salute mentale (Cufo-Sm), un organismo di cittadini operante nell'ambito dei problemi di natura psicologica e psichiatrica costituito da dieci associazioni di familiari e utenti in cura ai servizi del Dsm-Dp. Il Cufo ha un proprio sito *web*, *Sogni e bisogni*, nato nell'ambito dei progetti di comunicazione Prisma e Paco finanziati dal dipartimento di Salute mentale e riservati alle associazioni. Il sito raccoglie notizie, approfondimenti e informazioni anche di carattere legislativo riguardanti il tema della salute mentale ed è gestito da una redazione di utenti psichiatrici. Diversamente da altre realtà, le attività dei redattori di *Sogni e bisogni* non richiedono interventi di professionisti esterni, perché l'esperto è interno ed è il giornalista Federico Mascagni. «I due redattori che coordino hanno seguito un corso di formazione e svolgono le stesse mansioni di un professionista dei *social media*», descrive Mascagni. «I nostri percorsi con le associazioni sono stati precursori, nel resto d'Italia sono ancora in via di sviluppo. Da poco è uscito un decreto ministeriale sulla coprogettazione, ma è dal 2009 che collaboriamo con il Cufo», afferma Gallo. Il 4 giugno il Cufo ha aperto ai suoi soci e alle persone in cura ai centri di salute mentale la Casa di Tina, una villetta in stile *liberty* con giardino di proprietà del comune di Bologna, affidata all'Ausl per attività ricreative come laboratori di arte, corsi per l'uso di Internet e degli strumenti elettronici quali i computer e i cellulari, utili per quegli utenti che hanno bisogno di una propria *e-mail* o dell'identità digitale Spid. Nella struttura sono presenti inoltre una cucina per i visitatori e la redazione di *Sogni e bisogni*.

A oggi, a seguito della riapertura delle strutture sanitarie al pubblico, l'unica linea rimasta attiva del dipartimento di Salute mentale è quella dedicata al sostegno ai pazienti Covid e ai loro familiari, gestita da sette operatori con formazione ed esperienza in Psicologia dell'emergenza. Il servizio, offerto in collaborazione con i responsabili dei reparti ospedalieri e delle cure palliative dell'Ausl, si occupa di sostenere i pazienti Covid in condizione di isolamento o quarantena e i loro parenti, affinché possano trovare un punto di riferimento nella situazione di incertezza e di impotenza dettata dalla pandemia. Il gruppo dei professionisti può inoltre offrire assistenza per l'elaborazione del lutto. Al 17 maggio sono stati eseguiti 508 contatti e fornite 914 prestazioni. «Con la pandemia il Sistema sanitario ha testato una metodologia nuova, la telemedicina, ora l'assistenza in presenza non è più una *conditio sine qua non*. Per esempio, la linea d'intervento dedicata ai pazienti del Dipartimento è stata molto apprezzata perché ricevendo periodicamente le nostre telefonate si sono sentiti cercati», spiega Gallo.
Nella seconda ondata, sono cambiati i *target* di azione dell'Ausl, fa sapere la dottoressa Gallo: «Mentre il primo *lockdown* è stato riservato maggiormente agli adulti e alla loro risposta all'emergenza di tipo stressogeno e gli adolescenti e i giovani avevano mantenuto un assetto buono, nel secondo periodo sono stati loro a manifestare un disagio sempre maggiore. A ottobre abbiamo avuto un incremento notevole di richieste per minori, soprattutto per i giovani adulti, abbiamo cominciato a registrare un aumento di prime visite, alcuni servizi anche del 60%. Siamo in emergenza per questa fascia di età, la direzione ci ha sostenuto con un aumento di risorse». Anche i minori hanno accusato ansia generalizzata, disturbi del sonno, alimentari e del comportamento,

Locandina di Làbascolta

«Il problema è l'accesso al sostegno. Ci sono persone che non sono a conoscenza dei progetti dell'Ausl. E chi è che sta con i pazienti che non possono pagare i 30 euro di ticket?»

alcuni hanno manifestato elementi di regressione. «Ma l'emergenza giovanile – precisa Gallo – c'era prima della pandemia: nel 2018 c'è stato un incremento del 43% della presa in carico dei giovani da parte della Neuropsichiatria infantile e degli altri servizi per i minori». L'allarme lo aveva lanciato anche Paolo Bordon, direttore dell'Ausl di Bologna, intervistato da *Repubblica*: «Abbiamo avuto un aumento del 40% delle richieste di assistenza psicologica, soprattutto nell'età evolutiva». Per affrontare questo problema non solo psicologico ma anche sociale il ministero dell'Istruzione e il Consiglio nazionale dell'Ordine degli psicologi hanno sottoscritto per l'anno scolastico 2020/2021 un protocollo d'intesa per rafforzare la presenza degli psicologi nelle scuole, in aggiunta agli interventi classici dello sportello di ascolto o degli incontri con le classi.
Più complessa l'assistenza psicologica ai ragazzi iscritti all'Alma Mater che hanno chiesto sostegno al Servizio di aiuto psicologico a giovani adulti (Sap) dell'Università, afferente all'Ausl di Bologna. A causa della domanda molto alta alcune richieste non sono state prese in carico nell'immediato, così i giovani si sono affidati ad altri servizi gratuiti, quali Làbascolta, sportello attivo in presenza tutti i giovedì pomeriggio nella sede del collettivo Làbas. «Molti studenti vengono da noi perché non riescono ad accedere al Sap, perché gli appuntamenti vengono rinviati all'anno e mezzo successivo», fa sapere Francesco Pancotti, psicologo volontario del collettivo. Attivo dal 20 maggio, Làbascolta è andato a integrare le linee telefoniche lanciate nella prima ondata dal collettivo, che hanno avuto la collaborazione delle associazioni Approdi e Mediterranea. «Il nostro primo ascolto è un *triage* fatto da 30 volontari, studenti di Psicologia o psicologi non abilitati. Si chiede alla persona se ha legami con il Sistema sanitario nazionale, con chi vive e che lavoro fa», spiega Pancotti. Gli incontri danno inoltre la possibilità di introdurre le persone ai servizi offerti da Làbas e dal centro sociale Tpo: il doposcuola, la scuola di italiano, lo sportello lavoro e il Laboratorio salute popolare, quest'ultimo un servizio medico. Dopo il primo contatto con gli operatori, se il problema è di salute mentale, il singolo viene collegato al gruppo clinico di Làbas composto da 16 professionisti abilitati. Gli psicologi offrono

quattro colloqui individuali, che si possono rinnovare in altri incontri. «In meno di un mese abbiamo già una decina di pazienti in carico», riferisce Pancotti.
Meno frequente, ma incrementata nello scorso anno, la domanda nel privato. Sempre in questo ambito si è diffusa sul territorio nazionale una rete virtuale di psicologi che offrono consulenze a basso costo, rintracciabili attraverso il portale *web Psicoterapia aperta*. A Bologna sono 45 gli psicologi e psicoterapeuti che offrono prestazioni private a tariffe agevolate. I prezzi di una singola seduta vanno dai 30 ai 40 euro.
Le reti di sostegno della sanità pubblica si stanno rafforzando, infatti l'Unità operativa complessa di Psicologia territoriale vuole ampliare il suo raggio d'azione. Presto verrà introdotta la figura dello psicologo nelle principali Case della salute del territorio bolognese, un professionista che farà azioni di promozione e prevenzione della salute psichica e che potrà intervenire sui disturbi emotivi comuni. All'Ausl verranno inoltre implementati nuovi professionisti che seguiranno il passaggio dall'adolescenza all'età adulta dei giovani pazienti in cura. «Ci impegneremo a fare interventi proattivi, a lavorare sulla società e sul *welfare* di comunità», spiega la direttrice Gallo.
Gli psicologi di Làbas hanno preso in carico quelle persone che faticano ad accedere alla sanità gratuita offerta dall'Ausl, soprattutto per motivi economici e per i lunghi tempi di attesa delle strutture. La fitta rete della sanità cittadina continua a escludere larga parte della popolazione. «Siamo solo volontari, non possiamo sobbarcarci il disagio presente», lamenta il dottor Pancotti. I finanziamenti regionali, seppur disponibili, finiscono sempre agli stessi progetti dell'Ausl, spiega lo psicologo: «In regione è ancora lontana la scommessa di fare uno sportello di prossimità come Làbascolta. Con questi ritardi si cronicizzano i disagi sociali. La rete territoriale perseguita dall'Ausl

Gabriele Raimondi, presidente Ordine psicologi Emilia-Romagna

«L'investimento sulla salute mentale è anche economico: minor uso di farmaci, meno ricoveri, minori situazioni di stress sul lavoro, meno giorni di malattia e meno licenziamenti»

è molto importante, ma il problema che rimane è l'accesso al sostegno. Ci sono persone che non sono a conoscenza dei progetti dell'Ausl. E chi è che sta con i pazienti che non possono pagare i 30 euro di ticket?», si domanda lo psicologo.
Secondo Gabriele Raimondi, presidente dell'Ordine degli psicologi dell'Emilia-Romagna, i finanziamenti regionali andrebbero ripensati: «Credo importante un lavoro condiviso tra l'Ordine e la Regione per utilizzare al meglio le importanti risorse presenti e in arrivo. Va fatta una programmazione condivisa che tenga conto delle risorse messe in campo per i servizi erogati dalle istituzioni. Bisogna mettere a sistema tutta la rete di professionisti locali: manca ancora la capacità di integrare i diversi servizi psicologici sul territorio in un sistema organico tra pubblico e privato capace di rispondere ai bisogni dei cittadini e delle comunità. È necessario inoltre rendere più accessibili le consulenze *online*, che hanno permesso alle persone di usufruire un servizio che prima non utilizzavano».
Per Raimondi, affiancare alla presenza in studio un servizio attivo sul territorio è fondamentale. Secondo il Presidente, le azioni necessarie per rendere più accessibili le attività di sostegno non si dovranno limitare alla psicologia clinica, ma si dovranno confrontare con altri aspetti della società quali ad esempio la scuola o il mondo del lavoro, colpito profondamente dalla crisi economica. «Bisogna pensare alla promozione del benessere, quindi alla prevenzione, non solo alla cura», aggiunge. Per Raimondi va cambiata inoltre l'idea della psicologia come un costo: «Diverse ricerche hanno evidenziato come l'investimento sulla salute mentale comporti un importante risparmio economico in termini di minor uso di farmaci, abbassamento dei ricoveri, minori situazioni di *stress* a lavoro, meno giorni di malattia e meno licenziamenti».
Il dibattito sulla salute mentale è ancora aperto e c'è ancora tanto lavoro da fare sulla sanità di prossimità. Per risolvere i problemi presenti, i professionisti suggeriscono di distribuire i finanziamenti a tutte le realtà della sanità locale, di promuovere campagne di prevenzione che precedono alla cura, di ampliare una rete già presente ma che sarà solida soltanto se si vedrà un impegno attivo di ricostruzione del tessuto sociale.