

*Ordine degli Psicologi
della Liguria*

GENT.MA DOTT.SSA
ILARIA CAVO
ASSESSORE POLITICHE SOCIO SANITARIE E TERZO SETTORE,
POLITICHE GIOVANILI, SCUOLA, UNIVERSITÀ E FORMAZIONE,
CULTURA E SPETTACOLO
REGIONE LIGURIA

Prot. 1010/2021/s

Gentilissima Assessore Ilaria Cavo,
si è appena conclusa la Giornata Nazionale della Psicologia, il cui tema quest'anno è stato "Aiutare la psiche per aiutare la vita". La nostra comunità professionale ha voluto, attraverso questa iniziativa, portare l'attenzione sull'importanza della promozione del concetto di benessere nella sua accezione più ampia, sottolineando il ruolo di supporto svolto dalla psicologia in un momento storico in cui le persone sono alla ricerca di una "nuova normalità" a seguito della pandemia. "Aiutare la psiche per aiutare la vita" significa promuovere strategie e interventi che coinvolgano i contesti in cui la persona si muove - famiglia, scuola, lavoro, sanità, territorio - in modo da sostenere la sua capacità di affrontare le sfide del futuro in un'ottica di sviluppo e di speranza.

I dati forniti dalle recenti ricerche nazionali e internazionali sulla salute mentale realizzate nell'ultimo anno ci mostrano una realtà caratterizzata da significativi cambiamenti nei vissuti delle persone.

Le conseguenze del Covid-19 sulla psiche delle persone stanno facendo sentire il loro peso. L'effetto è quello di un'onda lunga: il disagio psicologico si manifesta quando l'effetto acuto della crisi sembra scemare, e se non trova contenimento, esso si trasforma in un danno significativo a livello sociale ed economico.

In particolare, negli adolescenti il "Long Covid" si manifesta come una difficoltà a riprendere la routine fatta di scuola, amici, attività sportive e incontri sociali: una difficoltà, a volte vissuta come insormontabile, di ricominciare a relazionarsi con gli altri che incide sul percorso di crescita e che può portare allo sviluppo di sintomi

*Ordine degli Psicologi
della Liguria*

ansiosi, a disturbi del sonno e del comportamento alimentare, e, in casi estremi, ad atti di autolesionismo.

Ci preoccupano molto i recenti dati del Rapporto UNICEF 2021 in tema di salute psicologica di bambini e adolescenti. Secondo questa ricerca, un giovane su tre presenta malessere psicologico, uno su cinque ha problemi di depressione, uno su sette è affetto da una patologia psichica strutturata, e il suicidio si configura come la seconda causa di morte fra gli adolescenti europei (6 casi su 100 mila soggetti). La London School of Economics stima in 400 miliardi di dollari all'anno il costo di questa situazione per l'economia, ma in realtà la cifra è incalcolabile perché il futuro delle persone non ha prezzo, e queste forme di disagio psicologico lo stanno seriamente compromettendo.

Da una metanalisi di 29 studi epidemiologici condotti in tutto il mondo (JAMA Network, 5 ottobre 2021) è emerso come, dopo la pandemia, nei ragazzi al di sotto dei 18 anni di età si sia rilevato un aumento di quasi il 50% (dal 13% al 25%) sia dei sintomi depressivi sia dei sintomi di ansia generalizzata (passati dal 10% al 21%). Inoltre, da una review di 48 studi su 204 paesi del mondo (The Lancet, 8 ottobre 2021) emerge che, nella popolazione adulta, si sia verificato in questo ultimo anno un aumento del 27% dei disturbi depressivi maggiori e del 25% dei disturbi d'ansia.

Alla luce di questi dati, riteniamo fondamentale la pianificazione di azioni di supporto alla popolazione che abbiano l'obiettivo di promuovere la salute e il benessere non solo degli individui, ma anche dei gruppi e delle organizzazioni.

La presa in carico delle situazioni di maggiore sofferenza e l'implementazione di interventi di prevenzione nei contesti di vita delle persone, in particolare dei minori (e qui il ruolo fondamentale giocato dalla scuola, dove i Dirigenti scolastici e le famiglie sono consapevoli della necessità di offrire risposte alle richieste di aiuto psicologico provenienti in questo momento dai bambini e dai ragazzi), sono a nostro avviso le prime azioni da mettere in campo per evitare il danno provocato dall'onda lunga della pandemia.

A fronte della consapevolezza della necessità di sostenere gli individui e la comunità in questo percorso di crescita, riscontriamo tuttavia una parziale capacità di risposta del sistema sociale e sanitario nel settore della prevenzione, ambito fondamentale per

*Ordine degli Psicologi
della Liguria*

l'intercettazione del disagio psicologico prima che questo si trasformi in patologia strutturata.

Siamo certi che, nei diversi contesti in cui opera, lo psicologo possa rappresentare un riferimento importante per l'intera comunità nel raggiungimento di questi obiettivi, e per questo siamo sempre più convinti che una adeguata presenza degli psicologi nei servizi socio-sanitari (ad oggi solo auspicata, dato che a fronte dei dieci psicologi ogni 100.000 abitanti presenti nei Servizi di Salute mentale Paesi ad alto reddito, l'Italia ne ha soltanto cinque) consentirebbe di rispondere al bisogno di ascolto e sostegno delle persone che stanno affrontando la crisi causata dalla pandemia e cercano nuove risorse per trovare nuovi equilibri e dare nuovi significati alla propria vita.

Come Lei sa, il nostro Ordine regionale in questo periodo di crisi ha collaborato con le Istituzioni alla progettazione e all'implementazione di diverse azioni di supporto e di prevenzione rivolte alla popolazione, ed è fortemente motivato a impegnarsi a dare continuità, con le risorse di cui dispone nei vari ambiti di intervento della psicologia, a questi interventi, e a offrire il proprio contributo per la definizione delle progettualità inserite nello PSIR.

Le sarei davvero grata se volesse considerare la possibilità di un incontro per dialogare e confrontarci su queste tematiche e per poter eventualmente definire insieme iniziative finalizzate alla salute psicologica della popolazione ligure.

Confidando in un riscontro positivo, Le invio i più cordiali saluti.

La Presidente
Dott.ssa Mara Fiaschi



Genova, 19 ottobre 2021