

con il patrocinio di



USCIRE DALLA DEPRESSIONE È POSSIBILE

Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione
#OUTOFTHEBLACK

MEDIA	USCITE	CONTATTI
AGENZIE STAMPA	8	2.658.000
QUOTIDIANI/PERIODICI	3	790.000
TESTATE ONLINE	75	15.367.123
INTERVISTE RADIO	228	1.257.000
SERVIZI TV	234	29.430.515
TOTALE	548	49.502.638

GAS
communication

NOW PART OF
AIM COMMUNICATION

Rassegna Stampa



INDICE

AGENZIE STAMPA, QUOTIDIANI, PERIODICI, RADIO E TV

24/10/2022 Retenews 2.0 Servizio TV in onda da lunedì 24 a lunedì 31 ottobre 2022 con interviste	10
24/10/2022 RADIO24 - OBIETTIVO SALUTE Intervista a cura di Nicoletta Reale	15
24/10/2022 Radio del Circuito Salute Società Servizio radio in onda da lunedì 31 ottobre 2022 con interviste	16
24/10/2022 Radio Circuito Salute e Società Servizio TV in onda da lunedì 31 ottobre 2022 con interviste	19
16/10/2022 RADIO CUSANO CAMPUS Intervista a cura di Isabella Faggiano	24
10/10/2022 TELELOMBARDIA Intervista andata in onda su TELELOMBARDIA	25
07/10/2022 RADIO IN BLU Intervista a cura di Chiara Placenti	26
10/10/2022 Cronache del Mezzogiorno Guerra, clima, covid: che depressione	27
07/10/2022 ANSA ANSA-FOCUS/Covid,guerra e clima, cresce ansia e depressione Giornata Salute mentale, porte aperte in 140 ospedali,200 eventi	30
10/10/2022 Adnkronos Uscire dalla depressione è possibile	31
07/10/2022 ANSA Non basta la forza di volontà,su depressione troppe fakenews Opera di uno street artist simbolo della campagna OutoftheBlack ROMA	34

06/10/2022 DIRE	35
SALUTE. DEPRESSIONE, FONDAZIONE THE BRIDGE LANCIA CAMPAGNA #OUTOFTHEBLACK -5-	
06/10/2022 DIRE	36
SALUTE. DEPRESSIONE, FONDAZIONE THE BRIDGE LANCIA CAMPAGNA #OUTOFTHEBLACK OPERA LUCAMALEONTE DIVENTATA IL SIMBOLO DELLA LOTTA ALLA MALATTIA	
06/10/2022 DIRE	37
SALUTE. DEPRESSIONE, FONDAZIONE THE BRIDGE LANCIA CAMPAGNA #OUTOFTHEBLACK -2-	
06/10/2022 DIRE	38
SALUTE. DEPRESSIONE, FONDAZIONE THE BRIDGE LANCIA CAMPAGNA #OUTOFTHEBLACK -3-	
06/10/2022 DIRE	39
SALUTE. DEPRESSIONE, FONDAZIONE THE BRIDGE LANCIA CAMPAGNA #OUTOFTHEBLACK -4-	
19/10/2022 F	40
IL CAFFÈ E ANTIETÀ	

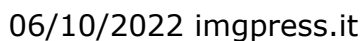
TESTATE ONLINE

09/10/2022 ilpiccolo.gelocal.it	42
Giornata della salute mentale, un problema per una persona su otto	
09/10/2022 messaggeroveneto.gelocal.it	44
Giornata della salute mentale, un problema per una persona su otto	
09/10/2022 corrierealpi.gelocal.it	46
Giornata della salute mentale, un problema per una persona su otto	
06/10/2022 mediaintelligence.cloud	48
Uscire dalla depressione è possibile	
06/10/2022 localpage.eu	52
Uscire dalla depressione è possibile	

06/10/2022 ultimora.news Uscire dalla depressione è possibile	56
06/10/2022 money.it Uscire dalla depressione è possibile	61
06/10/2022 Trend Online.com Uscire dalla depressione è possibile	66
06/10/2022 ilcentrotirreno.it Uscire dalla depressione è possibile	71
09/10/2022 lastampa.it Giornata della salute mentale, un problema per una persona su otto. Cancelliamo lo stigma	76
09/10/2022 ilsecoloxix.it Giornata della salute mentale, un problema per una persona su otto. Cancelliamo lo stigma	80
09/10/2022 salute.eu Giornata della salute mentale, un problema per una persona su otto. Cancelliamo lo stigma	84
06/10/2022 padovanews.it 23:54 Uscire dalla depressione è possibile	87
06/10/2022 msn.com Uscire dalla depressione è possibile	93
06/10/2022 agoranews.it USCIRE DALLA DEPRESSIONE È POSSIBILE	97
06/10/2022 laragione.eu Uscire dalla depressione è possibile	99
06/10/2022 veneziepost.it Uscire dalla depressione è possibile	104
07/10/2022 milano.zone Uscire dalla depressione è possibile	105

06/10/2022 lombardiapost.it Uscire dalla depressione è possibile	113
03/10/2022 comune.milano.it Welfare. Milano4mentalhealth2022, il Comune organizza un palinsesto di eventi sulla salute mentale	114
03/10/2022 quindicinews.it Milano4mentalhealth, palinsesto di eventi sulla salute mentale	117
25/10/2022 sanitainformazione.it 14:09 Depressione maggiore: in uno spray nasale nuove speranze di cura per i pazienti "farmaco-resistenti"	120
19/10/2022 medicoepaziente.it Depressione, chiedere aiuto per uscire dal buco nero	122
21/10/2022 dica33.it 08:33 #OUTOFTHEBLACK la campagna di sensibilizzazione sulla depressione" class="elencoA	124
12/10/2022 true-news.it 09:00 Salute mentale, lo psichiatra Vita: "Le terapie funzionano ma servono più soldi per il settore"	126
09/10/2022 Repubblica.it Giornata della salute mentale, un problema per una persona su 8. Cancelliamo lo stigma	129
11/10/2022 quotidianosanita.it Il Ministero e la partecipazione dei pazienti: e fu così che la montagna che partorì il topolino	134
10/10/2022 doctor33.it Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione: arriva #OUTOFTHEBLACK	136
10/10/2022 scuolainsoffitta.com 06:28 #OUTOFTHEBLACK: dalla depressione può nascere un fiore	138
10/10/2022 dietrolanotizia.eu 08:31 Giornata Mondiale della Salute Mentale: le iniziative a Milano	140

10/10/2022 doctor33.it	144
Giornata salute mentale, con pandemia +30% disturbi psichici	
10/10/2022 zersetze.it 10:37	146
Non basta la forza di volontà, su depressione troppe fakenews	
10/10/2022 lamilano.it 13:38	148
Milano, un pomeriggio di riflessione per la Giornata mondiale della Salute mentale	
10/10/2022 doctor33.it	150
Salute mentale, Lancet: sofferenza per un miliardo di persone. Lo stigma è peggio della malattia	
08/10/2022 lastampa.it	152
OUTOFTHEBLACK, una campagna di sensibilizzazione sulla depressione	
07/10/2022 gds.it	155
Non basta la forza di volontà, su depressione troppe fakenews	
07/10/2022 trentinocorrierealpi.gelocal.it	157
Non basta la forza di volontà, su depressione troppe fakenews	
06/10/2022 adnkronos.com	161
Uscire dalla depressione è possibile	
06/10/2022 liberoquotidiano.it 17:01	167
Uscire dalla depressione è possibile	
07/10/2022 helpconsumatori.it 13:50	177
#OUTOFTHEBLACK, al via la campagna di Fondazione The Bridge per la lotta alla depressione	
04/10/2022 borsaitaliana.it 00:08	181
Sanita': gli avvenimenti di GIOVEDI' 6 ottobre	
06/10/2022 ChiAmaMilano	182
MILANO4MENTALHEALTH2022	
06/10/2022 tecnomedicina.it 11:39	185
Depressione: parte la campagna di sensibilizzazione #OUTOFTHEBLACK	

06/10/2022  11:11	188
Depressione: uscirne è possibile: Parte la campagna di sensibilizzazione #OUTOFTHEBLACK	
05/10/2022 Vivere Milano	191
Welfare: Milano4mentalhealth2022	
03/10/2022 mi-lorenteggio.com 14:09	196
WELFARE. MILANO4MENTALHEALTH2022, IL COMUNE ORGANIZZA UN PALINSESTO DI EVENTI SULLA SALUTE MENTALE	
04/10/2022 borsaitaliana.it 00:08	197
Sanita': gli avvenimenti di GIOVEDI' 6 ottobre	
03/10/2022 borsaitaliana.it	198
Sanita': gli avvenimenti di GIOVEDI' 6 ottobre.	
04/10/2022 milano.repubblica.it	199
Salute mentale a Milano, dal caso Bellavia ai 70 appuntamenti aperti a tutti per cancellare "lo stigma sociale"	
03/10/2022 borsaitaliana.it 07:24	202
Sanita': gli avvenimenti della settimana	
03/10/2022 milanotoday.it 10:09	203
A Milano ci saranno 70 eventi legati al tema della salute mentale	
10/10/2022 mohre.it 08:24	206
Uscire dalla depressione è possibile: Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione	
11/10/2022 starbene.it 10:57	209
A Milano una campagna per aiutare a guarire dalla depressione	
08/10/2022 ClicMedicina	212
#outoftheblack. "Uscire dalla depressione è possibile"	
07/10/2022 altoadige.gelocal.it	215
Non basta la forza di volontà, su depressione troppe fakenews	
06/10/2022 affaritaliani.it 19:01	216
Uscire dalla depressione è possibile	

03/10/2022 borsaitaliana.it Sanita': gli avvenimenti della settimana	219
10/10/2022 sanita24.ilsole24ore.com Depressione: la Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione #outoftheblack	220
07/10/2022 gds.it 18:07 Non basta la forza di volontà,su depressione troppe fakenews	221
06/10/2022 affaritaliani.it Uscire dalla depressione è possibile	223
07/10/2022 trentinocorrierealpi.gelocal.it Non basta la forza di volontà,su depressione troppe fakenews	226
06/10/2022 liberoquotidiano.it 19:01 Uscire dalla depressione è possibile	230
07/10/2022 abbanews.eu Out of the black. Campagna di sensibilizzazione sulla depressione	240
06/10/2022 notizie.tiscali.it Uscire dalla depressione è possibile	244
07/10/2022 altoadige.gelocal.it Non basta la forza di volontà,su depressione troppe fakenews	248
04/10/2022 borsaitaliana.it 00:08 Sanita': gli avvenimenti di GIOVEDI' 6 ottobre	253
07/10/2022 Ansa.it - Salute&Benessere 17:35 Non basta la forza di volontà,su depressione troppe fakenews	254
07/10/2022 giornalelavoce.it 21:20 Covid, guerra e clima, crescono l'ansia e la depressione	261
07/10/2022 ladiscussione.com 00:34 "Out of the Black", campagna contro la depressione	263
07/10/2022 metropolisweb.it 18:21 Covid, guerra e clima, cresce ansia e depressione	264

06/10/2022 lifestyleblog.it 18:17 Uscire dalla depressione è possibile	266
06/10/2022 ilgiornaleditalia.it Uscire dalla depressione è possibile	272
06/10/2022 lasicilia.it Uscire dalla depressione è possibile	277
06/10/2022 siciliareport.it 21:12 Uscire dalla depressione è possibile	287
06/10/2022 tarantobuonasera.it 19:01 Uscire dalla depressione è possibile	294

AGENZIE STAMPA, QUOTIDIANI, PERIODICI, RADIO E TV

17 articoli



Servizio TV in onda da lunedì 24 a lunedì 31 ottobre 2022 con interviste a: Dottor Mario Emilio Percudani (Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano), Prof. Antonio Vita (Vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia), Dottoressa Daiana Taddeo (Referente Area Nazionale Ricerca SIMG), Rosaria Iardino (Presidente di Fondazione The Bridge), Dottor Domenico Lucatelli (Italy Market Access Manager Angelini Pharma)

https://www.youtube.com/watch?v=TRgbjD_8KXg











D

Intervista pubblicata sulla pagina fb di RADIO24 – OBIETTIVO SALUTE



Estrazione: 20/10/2022

Intervista a cura di Nicoletta Reale

al Dottor Mauro Emilio Percudani, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano

Obiettivo Salute - Radio 24
6 g · ⚙️

Oggi a [Obiettivo Salute - Radio 24 #atupertu](#) con il prof. Mauro Emilio Percudani, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano [ASST Grande Ospedale Metropolitano Niguarda](#)

La domanda del giorno è: mio figlio non è più quello di prima: cosa devo fare?

Radio24 OBIETTIVO SALUTE
con Nicoletta Carbone

0:06 / 14:44

SALUTE SOCIETÀ

Servizio radio in onda da lunedì 31 ottobre 2022 con interviste a: Dottor Domenico Lucatelli (Italy Market Access Manager di Angelini Pharma) e al Professor Antonio Vita (Vice Presidente Società Italiana di Psichiatria)

Emittenti radio del Circuito Salute Società

LOMBARDIA

Radio Voghera (Provincia di Pavia)

CiaoComo (Como e Provincia)

Rci Radio (Lecco)

Radio Stella (Porlezza e Valli, centro Lago di Como, Ramo di Lecco, Alto Lago e bassa Valtellina)

Radio Punto (Altomilanese, provincia nordovest di Milano, provincia di Varese)

Radio BlaBla Network (Webradio)

TRENTINO ALTO ADIGE

Radio Primiero (Trentino orientale)

Radio Digi-one (Trentino occidentale e bellunese)

VENETO

Radio Conegliano (Provincia di Treviso)

La Voce di Venezia (Venezia e provincia)

Radio San Donà (Basso Piave)

Radio Più (provincia di Belluno)

Radio San Bonifacio (Province di Verona, Vicenza, Padova, Mantova, Rovigo)

PIEMONTE

Radio Blitz 99.9 (Torino e Hinterland)

Primaradio (Province di Asti, Cuneo, Torino, Biella e parte della provincia di Alessandria)

LIGURIA

Radio Azzurra (Genova e Hinterland)

Astroradio (La Spezia e Provincia)

EMILIA ROMAGNA

Radio Dimensione Musica (Appennino)

RVS FM 105.300 (Bologna)

TOSCANA

Radio Star (Lucca e Garfagnana)

RBC (provincia di Grosseto)

Radio Diffusione Pistoia (Provincia di Pistoia)

Radio Onda Blu (Province di Arezzo, Siena, Grosseto e Firenze)

MARCHE

Radio Esmeralda (Pesaro, Fossombrone, Valle del Metauro, Marotta e valle del Cesano, Senigallia e Vallata del Misa, tutta la costa fino ad Ancona)

Radio Studio 7 (Macerata, web e digitale terrestre)

LAZIO

Spazio Radio (Roma e provincia)

R.D.V.S. (Latina e provincia, Zona sud provincia di Roma)

RadioMondo (Rieti e provincia)

Radio Nettuno (Anzio, Nettuno)

Radio Gioventù inBlu (Provincia di Frosinone)

Radio Omega Sound (Castelli Romani, Agro Pontino, Litorale Romano)

Idea Radio (Civitavecchia, Tarquinia, Montalto, Orbetello, Albinia, Pescia Romana)

Radio Monte Altino (Formia, Gaeta, Minturno, Castelforte, SS. Cosma e Damiano)

Radio Monte Giove (Terracina)

Tele Radio Tirreno Centrale (Sud pontino, nord casertano e frusinate)

Radio Gamma Stereo

ABRUZZO

Radio Studio A (Pescara)

Radio Magic Stereo (Conca del Fucino e Provincia dell'Aquila)

Radio Abruzzo Marche (Ascoli Piceno e Provincia, Teramo e Provincia)

MOLISE

T.R.T. Tele Radio Termoli (Basso Molise)

CAMPANIA

Radio Ufita (Avellino, Benevento)

Radio Monte Albino (Agro Sarnese Nocerino, paesi Vesuviani, Provincie di Napoli e Salerno)

MonteRadio (Vallo di Diano, Golfo di Policastro, Valle del Tanagro)

Radio Club California (Web Radio)

Radio Prima Rete (Provincia di Caserta)

PUGLIA

Radio Rama (Province di Taranto e Brindisi)

Radio Nova 97 (Foggia e Provincia)

Radio Elle (Provincia di Lecce)

OndaRadio (Gargano)

Radio Idea (Molfetta e Provincia di Bari)

Radio Deltauno (Taranto e Provincia)

Radio Andromeda (Mola di Bari – Polignano a Mare – Monopoli – Torre a Mare e Sud-Est barese)

BASILICATA

Radio New Sound (Vulture e Alto Bradano)

Radio Carina (Provincia di Potenza)

CALABRIA

Radio Valentina (Soverato, Catanzaro)

Radio Gioiosa Marina (Costa Jonica reggina e Costa Tirrenica)

Cometa Radio (Cosenza e Hinterland, Crotona e Hinterland, Costa Ionica)

Radio Isolachenonc'è (Provincia di Crotona e fascia jonica)

Radio Gabbiano Verde (Nicotera)

SICILIA

Radio Show (Palermo e Provincia)

Radio Onda Due (Caltanissetta e Hinterland)
Radio Amica (Provincia di Agrigento)
Radio Donna (Milazzo, Messina Tirrenica)
Radio Venere (Miletello in Val di Catania)
Radio Fly (Licata)
Studio 3 Radio (Provincia di Catania)
Radio CLI (Caltanissetta)
R. B. Stereo Sound (Costa provinciale di Palermo da Cefalù a Bagheria)

SARDEGNA

Radio Nostalgia (Cagliari e Provincia)
Radio In (Provincia di Carbonia-Iglesias)
RNC Radio Nuoro Centrale (Nuoro e Provincia)
Radio Zero (Sassari e Hinterland)
Radio Stella (Tortolì e Provincia dell'Ogliastra)
Radio Sardinia (Provincia del Medio Campidano)
Unica Radio (Web radio dell'Università di Cagliari)

SVIZZERA

Radio Onyx (Canton Ticino)

AUSTRALIA

Radio North West fm 98.9 (Melbourne)

TAILANDIA

Capital Radio 93.5 FM (Tailandia)

SALUTE SOCIETÀ

Servizio TV in onda da lunedì 31 ottobre 2022 con interviste a: Dottor Domenico Lucatelli (Italy Market Access Manager di Angelini Pharma) e al Professor Antonio Vita (Vice Presidente Società Italiana di Psichiatria)

https://www.youtube.com/watch?v=y_fs1mmb6So







Emittenti TV del Circuito Salute Società

NORD ITALIA

Café 24 (Tutto il Nord)

TRENTINO ALTO ADIGE

RTR (Tutto il Trentino)

FRIULI VENEZIA GIULIA

Canale 6 – TVM (Tutta la regione)

Tele Mare (Gorizia e Slovenia)

RAN TV (Tutto il Friuli Venezia Giulia)

LOMBARDIA

Telesolregina (Province di Cremona, Piacenza, Brescia, Mantova, Lodi, Bergamo)

Lombardia TV (province di Varese, Como, parte della Brianza, Piacenza, Pavia, Bergamo)

Lodi Crema TV (Lodigiano, Cremasco, Franciacorta, Bergamasco)

One TV nbc (Alto Milanese)

Teleunica (Province di Lecco e Sondrio)

Più Valli TV (Franciacorta, Lago d'Iseo, Valcalepio, Val Cavallina, Valle di Scalve, Valle Camonica, Valle Seriana e Valtellina)

Garda TV (Lago di Garda e province limitrofe)

TSN – Tele Sondrio News (Valtellina)

VENETO

Eden Tv (Province di Treviso, Padova e Venezia)

PIEMONTE

GRP (Tutto il Piemonte)

LIGURIA

Antenna Blu (Genova e provincia)

TOSCANA

Antenna 5 (Tutta la Toscana)

Antenna 3 (Province di Massa Carrara e La Spezia)

Canale 3 (Province di Siena, Arezzo, Grosseto, e parte di Firenze)

Tele Camaiore (Tutta la Versilia)

Tele Versilia (Tutta la Toscana)

Valdarno Channel (Toscana est e Umbria nord)

EMILIA ROMAGNA

DI-TV (Tutta la regione)

RTA – Videotaro (Provincia di Parma, Val di Taro)

UMBRIA

TRG network (Provincia di Perugia)

RTUA (Province di Perugia e Terni; Lazio, Provincia di Viterbo; Toscana, Provincia di Grosseto)

MARCHE

Tele 2000 (Provincia di Pesaro e Urbino)

Video Tolentino (Provincia di Macerata)

RMM (canale 606, copertura regionale)

LAZIO

Trc Telecivitavecchia (Civitavecchia)

Canale 7 (Fondi (LT))

Tele Tibur (Tivoli (RM))

Tele Golfo RTG (Golfo di Gaeta)

ITR 7 Gold (Province di Frosinone, Latina, Roma, L'Aquila)

Tele Obiettivo (Provincia di Roma e parte della provincia di Latina)

ABRUZZO

laQtv (L'Aquila e provincia)

Telemax (Tutto l'Abruzzo)

MOLISE

TVI Molise (Tutto il Molise)

CAMPANIA

Media Tv (Province di Avellino, Benevento e Caserta)

Tele Città Vallo (Provincia di Salerno)

Ora TV – Canale Sei (Napoli città e provincia)

Video Nola (Provincia di Napoli)

Ciao TV (Campania)

BASILICATA

TRM, (Tutta la Basilicata)

PUGLIA

Canale 7 (Monopoli, Polignano a Mare, Fasano, nord brindisino, Alberobello, Putignano, Castellana e Noci. Bari e hinterland)

Amica 9 (Bari e Foggia)

Canale 2 Radio-TV (Altamura, Matera, Gravina, Santeramo e parte della Basilicata)

Telesud (Golfo di Taranto)

CALABRIA

Soverato Uno Tv (Fascia jonica calabrese)

Metrosat (Provincia di Cosenza)

Tele Libera Cassano (Cassano)

Rete Calabria (Fascia tirrenica calabrese)

SICILIA

Radio Monte Kronio (Provincia di Agrigento)

Onda Tv (Provincia di Messina)

CTS (Provincia di Palermo)

Televallo (Provincia di Trapani)

Tele Eubea (Licodia Eubea e zone limitrofe)

SARDEGNA

Canale 12 (Sassari e hinterland, Porto Torres)

Catalan Tv (Alghero e hinterland)

Olbia TV (Olbia e Gallura)

Super TV Oristano (Provincia di Oristano)

TeleSardegna (Nuoro e Provincia)

WEB TV

Tgyou24.it

Intervista andata in onda su RADIO CUSANO CAMPUS

Estrazione: 12/10/2022 ore 12.45



Intervista a cura di Isabella Faggiano

al Dottor Mauro Emilio Percudani, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano



Radio Cusano Campus

2 g · 🌐



🗨️ "In occasione della Giornata Mondiale della Salute la Fondazione The Bridge ha lanciato [#OUTOFTHEBLACK](#), la campagna di sensibilizzazione sulla depressione realizzata con il contributo non condizionato di Angelini Pharma. L'iniziativa prevede la realizzazione di un' articolata campagna sui social [#Facebook](#) e [#Instagram](#) e sul sito internet di [Fondazione The Bridge](#) con informazioni concrete sulla [#depressione](#) e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari. È bene distinguere tra le cosiddette [#emozioni](#) fisiologiche, ovvero momenti di apatia e tristezza che si intervallano a periodi di buon umore e di allegria, che fanno parte della vita di tutti i giorni e possono riguardare chiunque, da quella condizione di costante tristezza, angoscia, insoddisfazione e senso di vuoto, di pessimismo verso se stessi, gli altri e il proprio futuro che permane indipendentemente da fattori esterni"

Lo ha spiegato Mauro Emilio Percudani, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano, nella puntata di "Sani come Pesci" condotta da Isabella Faggiano, su [#RadioCusanoCampus](#).

[Out of the Black](#)

[#radio](#) [#salute](#) [#mentale](#) [#cura](#) [#psiche](#) [#studi](#) [#ricerca](#) [#radio](#)

Intervista andata in onda su TELELOMBARDIA



Estrazione: 10/10/2022 ore 9.40

Ospiti in studio Antonio Romano, Assessore Mobilità Urbanistica Welfare e salute Ambiente Politiche Giovanili Polo Multizonale Municipio 8 Milano; Sergio Romano, Responsabile Relazioni Istituzionali e Comunicazione Fondazione The Bridge; Matteo Porcellana, Dirigente Medico Dipartimento Salute Mentale e delle Dipendenze Assd Ospedale Niguarda, Milano.

Intervista andata in onda su RADIO IN BLU



Estrazione: 07/10/2022 ore 9.40

Intervista a cura di Chiara Placenti

al Prof. Antonio Vita, Vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia.

https://www.radioinblu.it/streaming/?vid=0_rkti74r7

Emittenti radio locali del circuito Radio In Blu:

Emittente	Sede legale		Frequenza
Radio L'Aquila 1	L'Aquila	Abruzzo	93.500
Radio Luce Abruzzo inBlu	Chieti	Abruzzo	103.700
Radio Luce Abruzzo inBlu	Chieti	Abruzzo	103.800
Radio Luce Abruzzo inBlu	Chieti	Abruzzo	105.850
Radio Luce Abruzzo inBlu	Chieti	Abruzzo	90.700
Radio Speranza inBlu	Pescara	Abruzzo	87.600
Radio Laser	Pisticci	Basilicata	88.500
Radio Laser	Pisticci	Basilicata	92.200
Radio Laser	Pisticci	Basilicata	92.400
Radio Laser	Pisticci	Basilicata	94.000
Radio Laser	Pisticci	Basilicata	94.700
Radio Laser	Pisticci	Basilicata	95.900
Radio Laser	Pisticci	Basilicata	98.900
Radio Laser	Pisticci	Basilicata	99.300
Radio Laser	Pisticci	Basilicata	101.200
Radio Laser	Pisticci	Basilicata	92400
City Radio InBlu	Pisticci	Basilicata	99.100
Radio Kolbe Melfi	Melfi	Basilicata	98.000
Radio Kolbe	Melfi	Basilicata	100.400
Radio Kolbe	Melfi	Basilicata	95.000
Radio Kolbe	Melfi	Basilicata	93.100
Radio Kolbe	Melfi	Basilicata	93.000
Radio Kolbe	Melfi	Basilicata	93.700
Radio Jobel inBlu	Mendicino (Cs)	Calabria	97.500
Radio Jobel inBlu	Mendicino (Cs)	Calabria	93.300
Radio Blu Italia	Soverato	Calabria	90.600
Radio Clip Amica inBlu	Soverato	Calabria	97.300
Radio Clip Amica in Blu	Soverato	Calabria	98.500
Radio Clip Amica in Blu	Soverato	Calabria	99.900
Radio Clip Amica in Blu	Soverato	Calabria	16.100
Radio Squillace 92 inBlu	Squillace	Calabria	92.000
Antenna Febea inBlu	Reggio Calabria	Calabria	100.600

IL RAPPORTO OMS PER LA GIORNATA CHE SI CELEBRA OGGI

Guerra e clima, che depressione

La pandemia Covid, le guerre e i cambiamenti climatici stanno portando a un aumento dei problemi come ansia e depressione. A dirlo e' l'Organizzazione mondiale della sanita' (Oms) in vista della Giornata

della Salute mentale che si celebra il 10 ottobre. Per aiutare a parlare di questi problemi e vincere lo stigma, sono oltre 200 le iniziative previste in Italia e 140 gli ospedali con Bollino Rosa della Fondazione Onda.

A PAGINA 3

IN PRIMO PIANO

L'INFLUENZA. ANCHE DELLA PANDEMIA SULL'USO DELLE DROGHE

Guerra, clima, covid: che depressione

DI **ROBERTA GALASSO**

La pandemia Covid, le guerre e i cambiamenti climatici stanno portando a un aumento dei problemi come ansia e depressione. A dirlo e' l'Organizzazione mondiale della sanita' (Oms) in vista della Giornata della Salute mentale che si celebra il 10 ottobre. Per aiutare a parlare di questi problemi e vincere lo stigma, sono oltre 200 le iniziative previste in Italia e 140 gli ospedali con Bollino Rosa della Fondazione Onda, che apriranno le porte per visite psicologiche e psichiatriche gratuite, in occasione del H-Open Day per la Salute Mentale. Gia' prima della pandemia, si stima che una persona su 8 nel mondo convivesse con un disturbo mentale. "A questa situazione gia' critica si e' aggiunta l'emergenza Covid. Si stima - spiega l'Oms - che nel primo anno di pandemia ansia e depressione siano aumentati del 25%. Allo stesso tempo i servizi di cura sono stati gravemente interrotti". A questo si aggiungono i conflitti e le emergenze climatiche che hanno portato "ben 84 milioni di persone in tutto il mondo ad essere sfolate nel solo 2021". Intanto "stigma e discriminazione continuano a essere una barriera all'inclusione e all'accesso alle cure" mentre "i servizi e i finanziamenti per la salute mentale continuano a scarseggiare". "La pandemia Covid ha portato a un aumento di ansia, depressione, disturbi del sonno, panico ed effetti post-traumatici da stress. Chiedere aiuto e' il primo passo per affrontare il problema", spiega Francesca Merzagora, presidente Fondazione Onda. Parlare di salute mentale e' l'obiettivo di tantissime iniziative in calendario in questi giorni da nord a sud. Punta sull'animale simbolo della chiusura dei manicomi "Il viaggio del Persano", un viaggio a cavallo partito da Caserta per arrivare a Trieste, che attraversera' 7 regioni per ricordare la legge 180 del 1978 che ha abolito i manicomi. Fondazione Progetto Itaca porta nelle piazze di 18 citta' italiane l'ottava edizione di "Tutti Matti per il Riso": l'8 e 9 ottobre sara' possibile acquistare una confezione di riso



La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

per contribuire alla riabilitazione di chi vive disagio psichico. Sono circa 70, invece, le iniziative promosse dal Comune di Milano per "Milano 4 Mental Health", il cui evento clou sarà il Tram della Salute Mentale che il 10 ottobre percorrerà la città per portare il messaggio dell'Oms: non c'è salute senza salute mentale. Viaggia, invece, sui social e punta sulla street art, la campagna **Outoftheblack**, promossa da Fondazione The Bridge per sfatare le fakenews sulla depressione: non è vero che basti la forza di volontà per uscirne, c'è invece bisogno di uno specialista. Così come non è vero che non si possa guarirne. "La depressione è una malattia vera e propria che va curata, come avviene per le altre patologie - spiega **Antonio Vita**, vicepresidente Società Italiana di Psichiatria (Sip) - perché si può guarire o, nei casi più gravi, migliorare la qualità della vita". Affrontare i problemi organizzativi dei servizi di salute mentale messi alla prova dalle emergenze sanitarie e umanitarie è uno degli obiettivi del Global Mental Health Summit, che si terrà a Roma il 13 e 14 ottobre e ospiterà i rappresentanti di circa 40 Paesi. "Mai come oggi la salute mentale - spiega Fabrizio Starace, membro del Consiglio Superiore di Sanità (Ciss) - è minacciata da guerre, pandemia, crisi climatica e economica. Per affrontarla dobbiamo mettere in campo servizi di salute mentale dotati di risorse e personale adeguati".

LA PANDEMIA

CAMBIA ANCHE

LE DROGHE. La pandemia Covid, le guerre e i cambiamenti climatici stanno portando a un aumento dei problemi come ansia e depressione. A dirlo è l'Organizzazione mondiale della sanità (Oms) in vista della Giornata della Salute mentale che si celebra il 10 ottobre. Per aiutare a parlare di questi problemi e vincere lo stigma, sono oltre 200 le iniziative previste in Italia e 140 gli ospedali con Bollino Rosa della Fondazione Onda, che apriranno le porte per visite psicologiche e psichiatriche gratuite, in occasione del H-Open Day per la Salute Mentale. Già prima della pandemia, si stima che una persona su 8 nel mondo convivesse con un disturbo mentale. "A questa situazione già critica si è aggiunta l'emergenza Covid. Si stima - spiega l'Oms - che nel primo anno di

pandemia ansia e depressione siano aumentati del 25%. Allo stesso tempo i servizi di cura sono stati gravemente interrotti". A questo si aggiungono i conflitti e le emergenze climatiche che hanno portato "ben 84 milioni di persone in tutto il mondo ad essere sfollate nel solo 2021". Intanto "stigma e discriminazione continuano a essere una barriera all'inclusione e all'accesso alle cure" mentre "i servizi e i finanziamenti per la salute mentale continuano a scarseggiare". "La pandemia Covid ha portato a un aumento di ansia, depressione, disturbi del sonno, panico ed effetti post-traumatici da stress. Chiedere aiuto è il primo passo per affrontare il problema", spiega Francesca Merzagora, presidente Fondazione Onda. Parlare di salute mentale è l'obiettivo di tantissime iniziative in calendario in questi giorni da nord a sud. Punta sull'animale simbolo della chiusura dei manicomi "Il viaggio del Persano", un viaggio a cavallo partito da Caserta per arrivare a Trieste, che attraverserà 7 regioni per ricordare la legge 180 del 1978 che ha abolito i manicomi. Fondazione Progetto Itaca porta nelle piazze di 18 città italiane l'ottava edizione di "Tutti Matti per il Riso": l'8 e 9 ottobre sarà possibile acquistare una confezione di riso per contribuire alla ria-

bilitazione di chi vive disagio psichico. Sono circa 70, invece, le iniziative promosse dal Comune di Milano per "Milano 4 Mental Health", il cui evento clou sarà il Tram della Salute Mentale che il 10 ottobre percorrerà la città per portare il messaggio dell'Oms: non c'è salute senza salute mentale. Viaggia, invece, sui social e punta sulla street art, la campagna **Outoftheblack**, promossa da Fondazione The Bridge per sfatare le fakenews sulla depressione: non è vero che basti la forza di volontà per uscirne, c'è invece bisogno di uno specialista. Così come non è vero che non si possa guarirne. "La depressione è una malattia vera e propria che va curata, come avviene per le altre patologie - spiega **Antonio Vita**, vicepresidente Società Italiana di Psichiatria (Sip) - perché si può guarire o, nei casi più gravi, migliorare la qualità della vita". Affrontare i problemi organizzativi dei servizi di salute mentale messi alla prova dalle emergenze sanitarie e umanitarie è uno degli obiettivi del Global Mental Health Summit, che si terrà a Roma il 13 e 14 ottobre e ospiterà i rappresentanti di circa 40 Paesi. "Mai come oggi la salute mentale - spiega Fabrizio Starace, membro del Consiglio Superiore di Sanità (Ciss) - è minacciata da guerre, pandemia, crisi climatica e economica. Per affrontarla dobbiamo mettere in campo servizi di salute mentale dotati di risorse e personale adeguati".



ANSA-FOCUS/Covid, guerra e clima, cresce ansia e depressione
Giornata Salute mentale, porte aperte in 140 ospedali, 200 eventi
ROMA

(di Livia Parisi) (ANSA) - ROMA, 07 OTT - La pandemia Covid, le guerre e i cambiamenti climatici stanno portando a un aumento dei problemi come ansia e depressione. A dirlo è l'Organizzazione mondiale della sanità (Oms) in vista della Giornata della Salute mentale che si celebra il 10 ottobre. Per aiutare a parlare di questi problemi e vincere lo stigma, sono oltre 200 le iniziative previste in Italia e 140 gli ospedali con Bollino Rosa della Fondazione Onda, che apriranno le porte per visite psicologiche e psichiatriche gratuite, in occasione del H-Open Day per la Salute Mentale. Già prima della pandemia, si stima che una persona su 8 nel mondo convivesse con un disturbo mentale. "A questa situazione già critica si è aggiunta l'emergenza Covid. Si stima - spiega l'Oms - che nel primo anno di pandemia ansia e depressione siano aumentati del 25%. Allo stesso tempo i servizi di cura sono stati gravemente interrotti". A questo si aggiungono i conflitti e le emergenze climatiche che hanno portato "ben 84 milioni di persone in tutto il mondo ad essere sfollate nel solo 2021". Intanto "stigma e discriminazione continuano a essere una barriera all'inclusione e all'accesso alle cure" mentre "i servizi e i finanziamenti per la salute mentale continuano a scarseggiare". "La pandemia Covid ha portato a un aumento di ansia, depressione, disturbi del sonno, panico ed effetti post-traumatici da stress. Chiedere aiuto è il primo passo per affrontare il problema", spiega Francesca Merzagora, presidente Fondazione Onda. Parlare di salute mentale è l'obiettivo di tantissime iniziative in calendario in questi giorni da nord a sud. Punta sull'animale simbolo della chiusura dei manicomi "Il viaggio del Persano", un viaggio a cavallo partito da Caserta per arrivare a Trieste, che attraverserà 7 regioni per ricordare la legge 180 del 1978 che ha abolito i manicomi. Fondazione Progetto Itaca porta nelle piazze di 18 città italiane l'ottava edizione di "Tutti Matti per il Riso": l'8 e 9 ottobre sarà possibile acquistare una confezione di riso per contribuire alla riabilitazione di chi vive disagio psichico. Sono circa 70, invece, le iniziative promosse dal Comune di Milano per "Milano 4 Mental Health", il cui evento clou sarà il Tram della Salute Mentale che il 10 ottobre percorrerà la città per portare il messaggio dell'Oms: non c'è salute senza salute mentale. Viaggia, invece, sui social e punta sulla street art, la campagna Outoftheblack, promossa da Fondazione The Bridge per sfatare le fakenews sulla depressione: non è vero che basti la forza di volontà per uscirne, c'è invece bisogno di uno specialista. Così come non è vero che non si possa guarirne. "La depressione è una malattia vera e propria che va curata, come avviene per le altre patologie - spiega Antonio Vita, vicepresidente Società Italiana di Psichiatria (Sip) - perché si può guarire o, nei casi più gravi, migliorare la qualità della vita". Affrontare i problemi organizzativi dei servizi di salute mentale messi alla prova dalle emergenze sanitarie e umanitarie è uno degli obiettivi del Global Mental Health Summit, che si terrà a Roma il 13 e 14 ottobre e ospiterà i rappresentanti di circa 40 Paesi. "Mai come oggi la salute mentale - spiega Fabrizio Starace, membro del Consiglio Superiore di Sanità (Ccs) - è minacciata da guerre, pandemia, crisi climatica e economica. Per affrontarla dobbiamo mettere in campo servizi di salute mentale dotati di risorse e personale adeguati". (ANSA).

YQX-COI/ S04 QBXI

Uscire dalla depressione è possibile

(Adnkronos) – Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione #OUTOFTHEBLACK • Lo street artist Lucamaleonte trasforma il buco nero della depressione in un bouquet fiorito per rappresentare la rinascita dal male oscuro • Uscire dal buco nero della depressione è possibile, ma serve chiedere aiuto • Secondo l'ISTAT, nel nostro Paese, 3.5 milioni ne soffrono ma solo il 50% riceve diagnosi corretta e 1 paziente su 3 cure adeguate • Secondo studi recenti 1 adolescente su 4 soffre di depressione Milano, 6 ottobre 2022. In occasione della Giornata Mondiale della Salute che si celebra il 10 di ottobre, Fondazione The Bridge lancia #OUTOFTHEBLACK, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione realizzata con il contributo non condizionato di Angelini Pharma. L'iniziativa, che ha ottenuto il patrocinio della Società Italiana di Medicina Generale (SIMG), della Società Italiana di Psichiatria (SIP), della Sezione Regionale Lombardia della SIP (SIP-LO) e del Municipio 8 di Milano, prevede la realizzazione di un' articolata campagna sui social Facebook e Instagram e sul sito internet di Fondazione The Bridge con informazioni concrete sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari. L'opera di street art Non bisogna aver paura di chiedere aiuto: dalla depressione è possibile guarire. #OUTOFTHEBLACK nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora oggi circonda questa patologia. La depressione è come un buco nero in cui si precipita senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto. Tutto è iniziato in una piazza periferica di Milano (Metro Bonola) dove Lucamaleonte, noto streetartist, ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, lo streetartist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia. L'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione e alla tendenza a sminuire questa patologia. "Siamo lieti che il nostro territorio sia stato scelto per portare avanti un messaggio così forte e importante – dichiara Giulia Pelucchi, Presidente del Municipio 8. Il nostro impegno per la salute mentale è stato un crescendo e auspichiamo che un'iniziativa di tale impatto possa dare la giusta attenzione ad un tema oggi ancor più urgente".

I numeri

L'OMS stima che la depressione sia una delle principali cause di disabilità a livello globale, colpendo circa 280 milioni di persone, ossia il 5% della popolazione adulta 1, e in misura superiore di 2/3 volte le donne rispetto agli uomini 2. Durante l'emergenza Covid la prevalenza di ansia e depressione ha fatto registrare aumenti record, pari al 25% 3. In Italia In Italia la depressione è il più diffuso disturbo della salute mentale e riguarda 3,5 milioni di persone, ma, secondo un'indagine ISTAT, si stima che meno del 50% riceva una diagnosi corretta e solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate 4.

Lo stigma

"Sono troppo poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto al trattamento della depressione – afferma Rosaria Iardino, Presidente di Fondazione The Bridge – Vigge ancora un forte stigma verso la malattia; i pregiudizi rispetto alle possibilità di cura, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli principali che impediscono l'accesso a percorsi terapeutici adeguati. Per questo è così importante far luce su questa malattia ed è fondamentale rafforzare la rete sul territorio tra tutti gli operatori che ogni giorno entrano in contatto con persone che soffrono di questo genere di disturbi".

L'endorsement alla campagna #OUTOFTHEBLACK è arrivato anche dal Comune di Milano. "Noi – dichiara l'assessore al Welfare e Salute del Comune di Milano Lamberto Bertolé – pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell'ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica. Perché questo accada è necessario però che il benessere psicologico diventi una priorità per tutti. Ben vengano quindi iniziative di sensibilizzazione come quella della Fondazione The Bridge, che prova a superare lo stigma che ancora colpisce chi vive una condizione di fragilità o di patologia mentale, normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico".

Cos'è la depressione

È bene distinguere tra le cosiddette emozioni fisiologiche- ovvero momenti di apatia e tristezza che si intervallano a periodi di buon umore e di allegria -che fanno parte della vita di tutti i giorni e possono riguardare chiunque, da quella condizione di costante tristezza, angoscia, insoddisfazione e senso di vuoto,

di pessimismo verso se stessi, gli altri e il proprio futuro⁵ che permane indipendentemente da fattori esterni. In questi casi la sofferenza diventa insopportabile al punto da comprometterne il funzionamento sociale e lavorativo delle persone e causare isolamento e ritiro sociale ¹. Le persone depresse guardano il mondo attraverso occhiali con lenti scure: la quotidianità diventa opaca e le giornate sembrano montagne insormontabili da scalare¹. Vivono la loro condizione con un senso di colpa, convinti che sia frutto del loro carattere o della loro mancanza di forza di volontà, lontani dalla realtà in quanto tale.

Come si cura

“La depressione è una malattia vera e propria che va curata, esattamente come avviene per le altre patologie – dichiara il Prof. Antonio Vita, Vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia – soprattutto perché dalla depressione si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare significativamente la qualità della vita del paziente. I sintomi possono includere una tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, auto-svalutazione, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell’appetito; in questi casi, la prima cosa da fare è quella di rivolgersi al medico, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare la persona a un corretto percorso terapeutico. Lo specialista di riferimento per la cura della depressione è lo psichiatra e solitamente il trattamento include la terapia farmacologica, elemento cardine della cura, e la psicoterapia”.

I giovani e la pandemia

Sono ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni sulla depressione, il male oscuro che sta facendo registrare dati preoccupanti tra i giovani italiani, circa 8 milioni e 200 mila ragazzi tra i 12 e i 25 anni, nei quali si assiste a un forte aumento di casi: al 10% già stimato prima della pandemia [ISTAT, 2018¹], vanno aggiunti i nuovi casi da Covid. Secondo studi recenti⁶ il problema riguarda oggi una popolazione molto ampia: un adolescente su quattro ha sintomi clinici di depressione e uno su cinque segni di un disturbo d’ansia.

“Questo fenomeno – commenta il Dr. Mauro Emilio Percudani, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano – è probabilmente associato al diffondersi di stili di vita scorretti – come abuso di alcol e stupefacenti, regimi alimentari sbilanciati – alle trasformazioni sociali delle strutture familiari e amicali e alle trasformazioni tecnologiche che hanno contribuito a far aumentare sentimenti di inadeguatezza e sofferenza psichica. Un insieme di fattori che è stato amplificato da una “sospensione” delle abitudini di vita degli ultimi anni provocata dalla pandemia”.

Le cause

Le cause della depressione includono complesse interazioni fra fattori biologici, sociali e psicologici. Generalmente alla base c’è un fattore temperamentale, per cui una persona può essere predisposta a questo genere di disturbi; esperienze negative durante l’infanzia ed eventi di vita

Come comportarsi con chi ne soffre

Nei casi di depressione molto importante il ruolo della famiglia, che deve spronare il familiare che presenta sintomi a rivolgersi al medico di fiducia per essere indirizzato agli specialisti competenti. Inoltre, è molto importante che la famiglia faccia sentire al proprio caro che non è solo, ma anzi che è compreso e supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. Mai sminuire o ridicolizzare le sue emozioni così come non forzarlo a uscire o a praticare attività che non si sente di fare. “La medicina generale – ribadisce la Dottoressa Daiana Taddeo, Referente Area Nazionale Ricerca SIMG – è da sempre impegnata a cogliere gli aspetti più profondi della persona. Le alterazioni del tono dell’umore oggi rappresentano un problema che colpisce la popolazione di qualsiasi età, ma sono disponibili risposte terapeutiche e strumenti a sostegno del paziente che devono assolutamente essere implementati. È importante uscire dallo stigma e parlare delle nostre emozioni. Il medico di famiglia ascolta, riconosce e prende in carico. Le associazioni, le strutture del territorio, le famiglie, i medici di medicina generale e psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, volontari dei centri di accoglienza: tutto fa rete e ognuno può avere il proprio ruolo nel risolvere la Depressione”

#OUTOFTHEBLACK è stata l’occasione per rinnovare la collaborazione della Fondazione The Bridge con Angelini Pharma, già sperimentata in altre iniziative di carattere sociale.

“Siamo orgogliosi di affiancare la Fondazione The Bridge in questo progetto di sensibilizzazione – conclude Domenico Lucatelli, Italy Market Access Manager di Angelini Pharma- La nostra Azienda è impegnata da sempre nel campo della salute mentale, attraverso investimenti nella ricerca e in iniziative in grado di

migliorare la qualità di vita dei pazienti e di combattere pregiudizi e tabù che ancora oggi purtroppo gravano su chi soffre di queste patologie”.

Bibliografia: 1_ Institute of Health Metrics and Evaluation. Global Health Data Exchange (GHDx) con accesso il 14/07/2022. 2_ Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder – American Psychiatric Association – 2013 3_ Lancet: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(21\)02143-7/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(21)02143-7/fulltext) 4_ ISTAT, Mental health at various stages of life, 2018 5_ Bassi, Marta, et al. “The relationship between post-traumatic stress and positive mental health symptoms among health workers during COVID-19 pandemic in Lombardy, Italy.” *Journal of affective disorders* 280 (2021): 1-6. 6_ Racine, Nicole, et al. “Global prevalence of depressive and anxiety symptoms in children and adolescents during COVID-19: a meta-analysis.” *JAMA pediatrics* 175.11 (2021): 1142-1150.

Fondazione The Bridge È un soggetto indipendente e senza scopo di lucro che si occupa di politiche sanitarie ed ha come obiettivo la tutela del diritto alla salute. Si pone come tramite tra istituzioni e associazioni di pazienti, società di ricerca scientifica e sociale, accademia, mondo clinico e industria per agevolarne il corretto confronto. I suoi valori fondanti e irrinunciabili sono universalismo, equità, innovazione responsabile, sostenibilità, sensibilizzazione alla diversità, inclusione e pluralismo. Contribuisce al dibattito e al confronto con istituzioni e diversi attori del sistema socio-sanitario, elaborando ricerche, indagini, campagne divulgative, organizzando iniziative volte a diffondere temi di interesse socio-sanitario di grande attualità, promuovendo il dibattito pubblico grazie agli attori del settore. In pochi anni si è imposta come punto di riferimento nel dibattito, regionale e nazionale, sui principali temi e problematiche del servizio sanitario nazionale, grazie agli esperti e membri del suo comitato scientifico e l'approfondito lavoro di ricerca e analisi. Punti di forza del suo lavoro sono i dossier e le ricerche in cui raccoglie i propri lavori, preziosi strumenti per comprendere la realtà, orientare le politiche e informare i cittadini, nonché l'organizzazione di consensus conference, convegni scientifici, momenti di confronto e corsi di formazione condotti da personalità altamente qualificate.

Non basta la forza di volontà, su depressione troppe fakenews
Opera di uno street artist simbolo della campagna OutoftheBlack
ROMA

(ANSA) - ROMA, 07 OTT - Non basta la forza di volontà. Non basta uscire con gli amici. Ma non è vero che non si può guarire e neppure che gli altri non possono capire il problema. A sfatare le fake news sulla depressione, parlando ai giovani grazie all'aiuto della street art è la campagna #OutoftheBlack, realizzata dalla Fondazione The Bridge, in vista della Giornata Mondiale della Salute che si celebra il 10 di ottobre. Tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito. Sono i sintomi della depressione, di cui pre pandemia, soffrivano oltre 800.000 giovani in Italia. Non bisogna però aver paura di chiedere aiuto. Questo il messaggio della campagna, condensato nell'opera di Lucamaleonte, noto street artist, che in una piazza periferica di Milano ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, ha trasformato il buco nero un soggetto floreale. "La depressione è una malattia vera e propria che va curata, come avviene per le altre patologie - dichiara Antonio Vita, vicepresidente Società Italiana di Psichiatria (Sip) - soprattutto perché si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare la qualità della vita". Ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni. Per questo la campagna diffonde online informazioni concrete su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari. Ad esempio: mai sminuire le emozioni di chi soffre di depressione, così come non forzarlo a uscire o a praticare attività. Molto importante è fargli sentire che non è solo, ma supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. (ANSA).

YQX-MAR/ S04 QBKN

SALUTE. DEPRESSIONE, FONDAZIONE THE BRIDGE LANCIA CAMPAGNA #OUTOFTHEBLACK -5- (DIRE) Roma, 6 ott. - E infine:

LE CAUSE - Nei casi di depressione molto importante il ruolo della famiglia, che deve spronare il familiare che presenta sintomi a rivolgersi al medico di fiducia per essere indirizzato agli specialisti competenti. Inoltre, è molto importante che la famiglia faccia sentire al proprio caro che non è solo, ma anzi che è compreso e supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. Mai sminuire o ridicolizzare le sue emozioni così come non forzarlo a uscire o a praticare attività che non si sente di fare. "La medicina generale- ribadisce la dottoressa Daiana Taddeo, Referente Area Nazionale Ricerca SIMG- è da sempre impegnata a cogliere gli aspetti più profondi della persona. Le alterazioni del tono dell'umore oggi rappresentano un problema che colpisce la popolazione di qualsiasi età, ma sono disponibili risposte terapeutiche e strumenti a sostegno del paziente che devono assolutamente essere implementati. È importante uscire dallo stigma e parlare delle nostre emozioni. Il medico di famiglia ascolta, riconosce e prende in carico. Le associazioni, le strutture del territorio, le famiglie, i medici di medicina generale e psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, volontari dei centri di accoglienza: tutto fa rete e ognuno può avere il proprio ruolo nel risolvere la Depressione".

COME COMPORTARSI CON CHI NE SOFFRE - #OUTOFTHEBLACK è stata l'occasione per rinnovare la collaborazione della Fondazione The Bridge con Angelini Pharma, già sperimentata in altre iniziative di carattere sociale. "Siamo orgogliosi di affiancare la Fondazione The Bridge in questo progetto di sensibilizzazione conclude Domenico Lucatelli, Italy Market Access Manager di

Angelini Pharma- La nostra Azienda è impegnata da sempre nel campo della salute mentale, attraverso investimenti nella ricerca e in iniziative in grado di migliorare la qualità di vita dei pazienti e di combattere pregiudizi e tabù che ancora oggi purtroppo gravano su chi soffre di queste patologie".

(Com/Red/ Dire)

14:18 06-10-22

SALUTE. DEPRESSIONE, FONDAZIONE THE BRIDGE LANCIA CAMPAGNA #OUTOFTHEBLACK
OPERA LUCAMALEONTE DIVENTATA IL SIMBOLO DELLA LOTTA ALLA MALATTIA

(DIRE) Roma, 6 ott. - In occasione della Giornata Mondiale della Salute che si celebra il 10 di ottobre, Fondazione The Bridge lancia #OUTOFTHEBLACK, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione realizzata con il contributo non condizionato di Angelini Pharma. L'iniziativa, che ha ottenuto il patrocinio della Società Italiana di Medicina Generale (SIMG), della Società Italiana di Psichiatria (SIP), della Sezione Regionale Lombardia della SIP (SIP-LO) e del Municipio 8 di Milano, prevede la realizzazione di un'articolata campagna sui social Facebook e Instagram e sul sito internet di Fondazione The Bridge con informazioni concrete sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari.

Non bisogna aver paura di chiedere aiuto: dalla depressione è possibile guarire. #OUTOFTHEBLACK nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora oggi circonda questa patologia. La depressione è come un buco nero in cui si precipita senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto. Tutto è iniziato in una piazza periferica di Milano (Metro Bonola) dove Lucamaleonte, noto street artist, ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, lo street artist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia. L'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione e alla tendenza a sminuire questa patologia. "Siamo lieti che il nostro territorio sia stato scelto per portare avanti un messaggio così forte e importante- dichiara Giulia Pelucchi, Presidente del Municipio 8- Il nostro impegno per la salute mentale è stato un crescendo e auspichiamo che un'iniziativa di tale impatto possa dare la giusta attenzione ad un tema oggi ancor più urgente".(SEGUE)

(Com/Red/ Dire)

14:18 06-10-22

NNNN

ZCZC

DIR1653 3 SAL 0 RR1 N/SAN / DIR /TXT

SALUTE. DEPRESSIONE, FONDAZIONE THE BRIDGE LANCIA CAMPAGNA #OUTOFTHEBLACK -2- (DIRE) Roma, 6 ott. - L'OPERA DI STREET ART - L'OMS stima che la depressione sia una delle principali cause di disabilità a livello globale, colpendo circa 280 milioni di persone, ossia il 5% della popolazione adulta¹, e in misura superiore di 2/3 volte le donne rispetto agli uomini². Durante l'emergenza Covid la prevalenza di ansia e depressione ha fatto registrare aumenti record, pari al 25%.

I NUMERI - In Italia la depressione è il più diffuso disturbo della salute mentale e riguarda 3,5 milioni di persone, ma, secondo un'indagine ISTAT, si stima che meno del 50% riceva una diagnosi corretta e solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate. "Sono troppo poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto al trattamento della depressione afferma Rosaria Iardino, Presidente di Fondazione The BridgeVige ancora un forte stigma verso la malattia; i pregiudizi rispetto alle possibilità di cura, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli principali che impediscono l'accesso a percorsi terapeutici adeguati. Per questo è così importante far luce su questa malattia ed è fondamentale rafforzare la rete sul territorio tra tutti gli operatori che ogni giorno entrano in contatto con persone che soffrono di questo genere di disturbi".

LO STIGMA - L'endorsement alla campagna #OUTOFTHEBLACK è arrivato anche dal Comune di Milano. "Noi- dichiara l'assessore al Welfare e Salute del Comune di Milano Lamberto Bertolé- pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell'ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica. Perché questo accada è necessario però che il benessere psicologico diventi una priorità per tutti. Ben vengano quindi iniziative di sensibilizzazione come quella della Fondazione The Bridge, che prova a superare lo stigma che ancora colpisce chi vive una condizione di fragilità o di patologia mentale, normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico". (SEGUE)

(Com/Red/ Dire)

14:18 06-10-22

NNNN

ZCZC

DIR1654 3 SAL 0 RR1 N/SAN / DIR /TXT

SALUTE. DEPRESSIONE, FONDAZIONE THE BRIDGE LANCIA CAMPAGNA #OUTOFTHEBLACK -3-

(DIRE) Roma, 6 ott. - È bene distinguere tra le cosiddette emozioni fisiologiche - ovvero momenti di apatia e tristezza che si intervallano a periodi di buon umore e di allegria - che fanno parte della vita di tutti i giorni e possono riguardare chiunque, da quella condizione di costante tristezza, angoscia, insoddisfazione e senso di vuoto, di pessimismo verso se stessi, gli altri e il proprio futuro⁵ che permane indipendentemente da fattori esterni. In questi casi la sofferenza diventa insopportabile al punto da comprometterne il funzionamento sociale e lavorativo delle persone e causare isolamento e ritiro sociale¹.

COS'È LA DEPRESSIONE - Le persone depresse guardano il mondo attraverso occhiali con lenti scure: la quotidianità diventa opaca e le giornate sembrano montagne insormontabili da scalare¹.

Vivono la loro condizione con un senso di colpa, convinti che sia frutto del loro carattere o della loro mancanza di forza di volontà, lontani dalla realtà in quanto tale. "La depressione è una malattia vera e propria che va curata, esattamente come avviene per le altre patologie- dichiara il prof. Antonio Vita, vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia- soprattutto perché dalla depressione si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare significativamente la qualità della vita del paziente. I sintomi possono includere una tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, auto-svalutazione, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito; in questi casi, la prima cosa da fare è quella di rivolgersi al medico, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare la persona a un corretto percorso terapeutico.

Lo specialista di riferimento per la cura della depressione è lo psichiatra e solitamente il trattamento include la terapia farmacologica, elemento cardine della cura, e la psicoterapia".(SEGUE)

(Com/Red/ Dire)

14:18 06-10-22

NNNN

ZCZC

DIR1655 3 SAL 0 RR1 N/SAN / DIR /TXT

SALUTE. DEPRESSIONE, FONDAZIONE THE BRIDGE LANCIAMOCAMPAIGNA #OUTOFTHEBLACK -4-

(DIRE) Roma, 6 ott. - COME SI CURA - Sono ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni sulla depressione, il male oscuro che sta facendo registrare dati preoccupanti tra i giovani italiani, circa 8 milioni e 200 mila ragazzi tra i 12 e i 25 anni, nei quali si assiste a un forte aumento di casi: al 10% già stimato prima della pandemia [ISTAT, 2018], vanno aggiunti i nuovi casi da Covid. Secondo studi recenti il problema riguarda oggi una popolazione molto ampia: un adolescente su quattro ha sintomi clinici di depressione e uno su cinque segni di un disturbo d'ansia. "Questo fenomeno - commenta il dr. Mauro Emilio Percudani, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano - è probabilmente associato al diffondersi di stili di vita scorretti - come abuso di alcol e stupefacenti, regimi alimentari sbilanciati - alle trasformazioni sociali delle strutture familiari e amicali e alle trasformazioni tecnologiche che hanno contribuito a far aumentare sentimenti di inadeguatezza e sofferenza psichica. Un insieme di fattori che è stato amplificato da una "sospensione" delle abitudini di vita degli ultimi anni provocata dalla pandemia".

I GIOVANI E LA PANDEMIA - Le cause della depressione includono complesse interazioni fra fattori biologici, sociali e psicologici. Generalmente alla base c'è un fattore temperamentale, per cui una persona può essere predisposta a questo genere di disturbi; esperienze negative durante l'infanzia ed eventi di vita stressanti possono agire da detonatore. Sicuramente la genetica influenza il rischio, che è da 2 a 4 volte maggiore nel caso in cui si abbiano dei familiari affetti da depressione. (SEGUE)

(Com/Red/ Dire)

14:18 06-10-22

NNNN

ZCZC

DIR1656 3 SAL 0 RR1 N/SAN / DIR /TXT

BENESSERE NEWS

Alimentazione, salute, animali, empowerment

DI CHIARA DALL'ANESE

LE SETTE MIGLIORI NOTIZIE DELLA SETTIMANA

IL CAFFÈ E ANTIETÀ

Due o tre tazze di caffè al giorno possono aiutare ad allungare la vita. Lo indica uno studio pubblicato sulla rivista *European Journal of Preventive Cardiology*. Il consumo di caffè, incluso quello istantaneo e decaffeinato, contribuisce infatti a ridurre il rischio di mortalità per qualsiasi causa fino al 27 per cento. La probabilità di andare incontro a infarto, ictus o altri problemi cardiovascolari scende del 20 per cento circa e quella di avere aritmie del 17. Il merito, spiegano gli autori, è degli oltre cento composti bioattivi di questa bevanda, molti dei quali antiossidanti.



1

2

CONQUISTARE LA VERA PARITÀ

Si chiama carico mentale, ed è un fardello tutto femminile. È quell'incessante lavoro di organizzazione della vita familiare che nessuno riconosce: neanche le donne. Annalisa Monfreda, in *Ho scritto questo libro invece di divorziare* (Feltrinelli Urra, 15 euro), spiega come dividerlo più equamente.



USCIRE DALLA DEPRESSIONE

Cinque persone su cento soffrono di depressione, e in maggioranza sono donne. Guarire è possibile, ma bisogna chiedere aiuto e superare i pregiudizi sulla malattia. Per farlo, è nata la campagna di sensibilizzazione *#Outoftheblack*, con informazioni per pazienti e familiari. Sotto, l'opera dello street artist Lucamaleonte, in cui il buco nero della depressione diventa un bouquet, *fondazionethebridge.it*

3



MARATONA SOLIDALE

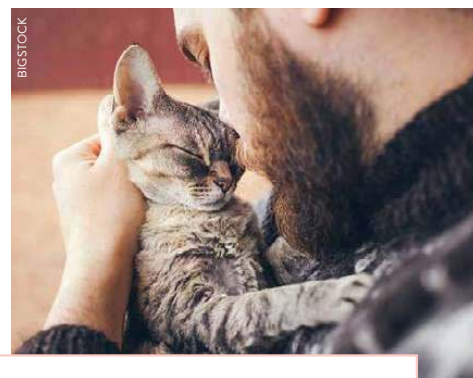
Per runner e appassionati di sport outdoor, l'appuntamento è a Milano, il 23 ottobre, con CorriBicocca. Parte del ricavato delle iscrizioni sosterrà Fondazione Asilo Mariuccia Onlus, che si occupa di formazione, educazione e reinserimento di ragazzi tra i 14 e i 18 anni, *corribicocca.it*

4

5

VISITE GINECOLOGICHE E SENOLOGICHE GRATUITE

Oltre 300 consulti e visite specialistiche gratuiti per prevenire il tumore al seno. Fino alla fine del mese, con Sorrisi in Rosa, incontri e camminate di beneficenza negli Humanitas Medical Care e negli ospedali, *fondazionehumanitasricerca.it*



ASPETTANDO HALLOWEEN

Travestimenti, sfilate in maschera e, naturalmente, buon cibo. Al parco FICO Eataly World di Bologna, fino alla fine del mese, sono in programma eventi ed esperienze per festeggiare il rito del dolcetto o scherzetto. I bambini tra i 3 e i 12 anni, all'ingresso, riceveranno un sacchetto per andare a caccia dei dolci nascosti tra le giostre, *fico.it*

6

7

RICONOSCI (E AZZERA) LO STRESS DI FIDO E MICIO

Viaggi, rumori forti, visite dal veterinario. Sono le principali cause di ansia nel cane e nel gatto: «Lo stress cambia lo stato d'animo dell'animale e modifica la relazione con il referente umano. Il cane diventa assillante nelle richieste d'aiuto e fatica a trovare conforto; il gatto si isola, lontano dalla famiglia», spiega Sabrina Giussani, veterinario esperto in comportamento animale. Come aiutare gli amici pelosi? Se le coccole non bastano, si ai prodotti a base di ferormoni, in base alle indicazioni del veterinario.

© RIPRODUZIONE RISERVATA - GETTY IMAGES

TESTATE ONLINE

75 articoli

LINK: https://ilpiccolo.gelocal.it/salute/2022/10/09/news/salute_mentale_giornata_oms-368952071/

METEO: +24°C AGGIORNATO ALLE 17:50 - 27 LUGLIO MILANO | PROFILO | ESCI

IL PICCOLO

Noi GEDI SMILE EVENTI NEWSLETTER LEGGI IL QUOTIDIANO ABBONATI


Trieste Gorizia Monfalcone Muggia Grado Duino-Aurisina Cervignano Tutti i comuni Cerca

SALUTE

FESTIVAL DI SALUTE 2022 COVID SPORTELLO CUORE TUMORI PSICOLOGIA ALIMENTAZIONE LONGFORM VIDEO PODCAST SCRIVICI


informazione pubblicitaria

LA TUA PALESTRA VIRTUALE



Giornata della salute mentale, un problema per una persona su otto. Cancelliamo lo stigma

DI GIULIA MASOERO REGIS



In Italia sono 3,5 milioni le persone con depressione ma, secondo l'Istat, meno della metà riceve una diagnosi e solo 1 paziente su 3 ottiene le cure adeguate. Il disagio può sfociare nell'autolesionismo e nel suicidio. Il 40% dei ragazzi conosce un coetaneo che si fa male da solo

09 OTTOBRE 2022 AGGIORNATO 10 OTTOBRE 2022 ALLE 11:13

QUESTO ARTICOLO È RISERVATO A CHI HA UN ABBONAMENTO

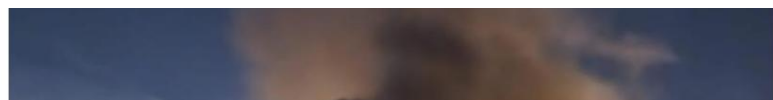
IL PICCOLO

MENSILE
1€ PER 3 MESI (0,33€ al mese)
Tutti i contenuti del sito

ATTIVA ORA

Abbonati per leggere anche

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato



LINK: https://messengeroveneto.gelocal.it/salute/2022/10/09/news/salute_mentale_giornata_oms-368952071/

The screenshot shows the homepage of the Messaggero Veneto website. At the top, there are logos for various partners including Pfizer, F.I.L., and others. The main navigation bar includes categories like CRONACA, SPORT, and TEMPO LIBERO. The weather is shown as +22°C in Milano. The main headline is "SALUTE" with sub-categories like FESTIVAL DI SALUTE 2022, COVID, and SPORTELLI CUORE. A large orange banner reads "HAI UNA STORIA DI TUMORE?". Below this is a video player showing a woman speaking, with the text "in riproduzione". The article title is "Giornata della salute mentale, un problema per una persona su otto. Cancelliamo lo stigma" by Giulia Masoero Regis. The article text states that 3.5 million people in Italy have depression, but only 1 out of 3 receive adequate care. Below the article is a subscription offer for 1€ per 3 months (0.33€ per month) with an "ATTIVA ORA" button. The page is decorated with images of dumbbells and a water bottle.

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato



La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

LINK: https://corrierealpi.gelocal.it/salute/2022/10/09/news/salute_mentale_giornata_oms-368952071/

Novi GEDI SMILE EVENTI NEWSLETTER LEGGI IL QUOTIDIANO ABBONATI

Belluno Feltre Cortina Pieve di Cadore Ponte nelle Alpi Agordo Longarone **Tutti i comuni** Cerca

SALUTE

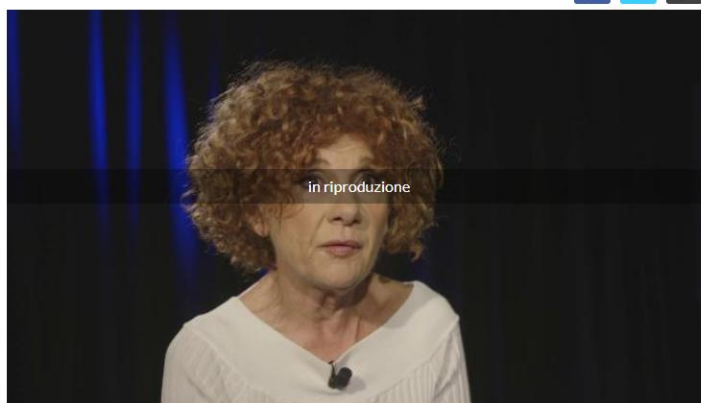
FESTIVAL DI SALUTE 2022 COVID SPORTELLO CUORE TUMORI PSICOLOGIA ALIMENTAZIONE LONGFORM VIDEO PODCAST SCRIVICI

informazione pubblicitaria



Giornata della salute mentale, un problema per una persona su otto. Cancelliamo lo stigma

DI GIULIA MASOERO REGIS



In Italia sono 3,5 milioni le persone con depressione ma, secondo l'Istat, meno della metà riceve una diagnosi e solo 1 paziente su 3 ottiene le cure adeguate. Il disagio può sfociare nell'autolesionismo e nel suicidio. Il 40% dei ragazzi conosce un coetaneo che si fa male da solo

09 OTTOBRE 2022 AGGIORNATO 10 OTTOBRE 2022 ALLE 11:13

QUESTO ARTICOLO È RISERVATO A CHI HA UN ABBONAMENTO

Corriere del Alpi

MENSILE

1€ PER 3 MESI (0,33€ al mese)

Tutti i contenuti del sito

ATTIVA ORA

[Abbonati per leggere anche](#)



La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

LINK: <https://mediaintelligence.cloud/uscire-dalla-depressione-e-possibile/#gsc.tab=0>

MEDIA INTELLIGENCE
Data Journalism - L'informazione verificata dai dati

ENHANCED BY Google

MEDIAI GLOBAL NEWS POLITICA DIGITALE COMUNICATI STAMPA CRONACA SPORT AFFARI ESTERI

Destina il Tuo 5 x Mille all'ENTD



Home > immediapress/salute-benessere > Uscire dalla depressione è possibile

immediapress/salute-benessere

Uscire dalla depressione è possibile

By Media Intelligence 6 Ottobre 2022

35 0



(Adnkronos) – Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione

#OUTOFTHEBLACK

- Lo street artist Lucamaleonte trasforma il buco nero della depressione in un bouquet fiorito per rappresentare la rinascita dal male oscuro
- Uscire dal buco nero della depressione è possibile, ma serve chiedere aiuto
- Secondo l'ISTAT, nel nostro Paese, 3,5 milioni ne soffrono ma solo il 50% riceve diagnosi corretta e 1 paziente su 3 cure adeguate
- Secondo studi recenti 1 adolescente su 4 soffre di depressione

MOST POPULAR

Violenze Capodanno a Milano, al via processo: vittima chiede 100mila euro
11 Ottobre 2022

Romeo: "Fenfluramina è grande possibilità per pazienti resistenti a terapie"
11 Ottobre 2022

Sindrome di Dravet, fenfluramina ottiene rimborsabilità in Italia
11 Ottobre 2022

Laboratori Chimici Stante: un partner strategico per le aziende che necessitano di analisi chimiche ambientali
11 Ottobre 2022

Load more



Milano, 6 ottobre 2022. In occasione della Giornata Mondiale della Salute che si celebra il 10 di ottobre, Fondazione The Bridge lancia #OUTOFTHEBLACK, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione realizzata con il contributo non condizionato di Angelini Pharma. L'iniziativa, che ha ottenuto il patrocinio della Società Italiana di Medicina Generale (SIMG), della Società Italiana di Psichiatria (SIP), della Sezione Regionale Lombardia della SIP (SIP-LO) e del Municipio 8 di Milano, prevede la realizzazione di un'articolata campagna sui social Facebook e Instagram e sul sito internet di Fondazione The Bridge con informazioni concrete sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari.

L'opera di street art

Non bisogna aver paura di chiedere aiuto: dalla depressione è possibile guarire. #OUTOFTHEBLACK nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora oggi circonda questa patologia. La depressione è come un buco nero in cui si precipita senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto. Tutto è iniziato in una piazza periferica di Milano (Metro Bonola) dove Lucamaleonte, noto street artist, ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, lo street artist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia. L'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione e alla tendenza a sminuire questa patologia. "Siamo lieti che il nostro territorio sia stato scelto per portare avanti un messaggio così forte e importante - dichiara Giulia Pelucchi, Presidente del Municipio 8. Il nostro impegno per la salute mentale è stato un crescendo e auspichiamo che un'iniziativa di tale impatto possa dare la giusta attenzione ad un tema oggi ancor più urgente".

I numeri

L'OMS stima che la depressione sia una delle principali cause di disabilità a livello globale, colpendo circa 280 milioni di persone, ossia il 5% della popolazione adulta 1, e in misura superiore di 2/3 volte le donne rispetto agli uomini2. Durante l'emergenza Covid la prevalenza di ansia e depressione ha fatto registrare aumenti record, pari al 25%3.

In Italia

In Italia la depressione è il più diffuso disturbo della salute mentale e riguarda 3,5 milioni di persone, ma, secondo un'indagine ISTAT, si stima che meno del 50% riceva una diagnosi corretta e solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate4. In Italia

Lo stigma

"Sono troppo poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto al trattamento della depressione - afferma Rosaria Iardino, Presidente di Fondazione The Bridge - Vige ancora un forte stigma verso la malattia; i pregiudizi rispetto alle possibilità di cura, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli principali che impediscono l'accesso a percorsi terapeutici adeguati. Per questo è così importante far luce su questa malattia ed è fondamentale rafforzare la rete sul territorio tra tutti gli operatori che ogni giorno entrano in contatto con persone che soffrono di questo genere di disturbi".

Assessore Bertolé

L'endorsement alla campagna #OUTOFTHEBLACK è arrivato anche dal Comune di Milano.

"Noi - dichiara l'assessore al Welfare e Salute del Comune di Milano Lamberto Bertolé - pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell'ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica. Perché questo accada è necessario però che il benessere psicologico diventi una priorità per tutti. Ben vengano quindi iniziative di sensibilizzazione come quella della Fondazione The Bridge, che prova a superare lo stigma che ancora colpisce chi vive una condizione di fragilità o di patologia mentale, normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico".

Cos'è la depressione

È bene distinguere tra le cosiddette emozioni fisiologiche - ovvero momenti di apatia e tristezza che si intervallano a periodi di buon umore e di allegria - che fanno parte della vita di tutti i giorni e possono riguardare chiunque, da quella condizione di costante tristezza, angoscia, insoddisfazione e senso di vuoto, di pessimismo verso se stessi, gli altri e il proprio futuro5 che permane indipendentemente da fattori esterni. In questi casi la sofferenza diventa insopportabile al punto da comprometterne il funzionamento sociale e lavorativo delle persone e causare isolamento e ritiro sociale1.

lavorativo delle persone e causare isolamento e ritiro sociale.

Le persone depresse guardano il mondo attraverso occhiali con lenti scure: la quotidianità diventa opaca e le giornate sembrano montagne insormontabili da scalare¹. Vivono la loro condizione con un senso di colpa, convinti che sia frutto del loro carattere o della loro mancanza di forza di volontà, lontani dalla realtà in quanto tale.

Come si cura

"La depressione è una malattia vera e propria che va curata, esattamente come avviene per le altre patologie – dichiara il Prof. Antonio Vita, Vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia- soprattutto perché dalla depressione si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare significativamente la qualità della vita del paziente. I sintomi possono includere una tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, auto-svalutazione, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito; in questi casi, la prima cosa da fare è quella di rivolgersi al medico, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare la persona a un corretto percorso terapeutico. Lo specialista di riferimento per la cura della depressione è lo psichiatra e solitamente il trattamento include la terapia farmacologica, elemento cardine della cura, e la psicoterapia".

I giovani e la pandemia

Sono ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni sulla depressione, il male oscuro che sta facendo registrare dati preoccupanti tra i giovani italiani, circa 8 milioni e 200 mila ragazzi tra i 12 e i 25 anni, nei quali si assiste a un forte aumento di casi: al 10% già stimato prima della pandemia [ISTAT, 2018], vanno aggiunti i nuovi casi da Covid. Secondo studi recenti⁶ il problema riguarda oggi una popolazione molto ampia: un adolescente su quattro ha sintomi clinici di depressione e uno su cinque segni di un disturbo d'ansia.

"Questo fenomeno – commenta il Dr. Mauro Emilio Percudani, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano – è probabilmente associato al diffondersi di stili di vita scorretti – come abuso di alcol e stupefacenti, regimi alimentari sbilanciati – alle trasformazioni sociali delle strutture familiari e amicali e alle trasformazioni tecnologiche che hanno contribuito a far aumentare sentimenti di inadeguatezza e sofferenza psichica. Un insieme di fattori che è stato amplificato da una "sospensione" delle abitudini di vita degli ultimi anni provocata dalla pandemia"

Le cause

Le cause della depressione includono complesse interazioni fra fattori biologici, sociali e psicologici. Generalmente alla base c'è un fattore temperamentale, per cui una persona può essere predisposta a questo genere di disturbi; esperienze negative durante l'infanzia ed eventi di vita stressanti possono agire da detonatore. Sicuramente la genetica influenza il rischio, che è da 2 a 4 volte maggiore nel caso in cui si abbiano dei familiari affetti da depressione⁵.

Come comportarsi con chi ne soffre

Nei casi di depressione molto importante il ruolo della famiglia, che deve spronare il familiare che presenta sintomi a rivolgersi al medico di fiducia per essere indirizzato agli specialisti competenti. Inoltre, è molto importante che la famiglia faccia sentire al proprio caro che non è solo, ma anzi che è compreso e supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. Mai sminuire o ridicolizzare le sue emozioni così come non forzarlo a uscire o a praticare attività che non si sente di fare.

"La medicina generale – ribadisce la Dottoressa Daiana Taddeo, Referente Area Nazionale Ricerca

SIMG – è da sempre impegnata a cogliere gli aspetti più profondi della persona. Le alterazioni del tono dell'umore oggi rappresentano un problema che colpisce la popolazione di qualsiasi età, ma sono disponibili risposte terapeutiche e strumenti a sostegno del paziente che devono assolutamente essere implementati. È importante uscire dallo stigma e parlare delle nostre emozioni. Il medico di famiglia ascolta, riconosce e prende in carico. Le associazioni, le strutture del territorio, le famiglie, i medici di medicina generale e psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, volontari dei centri di accoglienza: tutto fa rete e ognuno può avere il proprio ruolo nel risolvere la Depressione".

#OUTOFTHEBLACK è stata l'occasione per rinnovare la collaborazione della Fondazione The Bridge con Angelini Pharma, già sperimentata in altre iniziative di carattere sociale.

"Siamo orgogliosi di affiancare la Fondazione The Bridge in questo progetto di sensibilizzazione – conclude Domenico Lucatelli, Italy Market Access Manager di Angelini Pharma- La nostra Azienda è impegnata da sempre nel campo della salute mentale, attraverso investimenti nella ricerca e in iniziative in grado di migliorare la qualità di vita dei pazienti e di combattere pregiudizi e tabù che ancora oggi purtroppo gravano su chi soffre di queste patologie".

Bibliografia:

- 1 _ Institute of Health Metrics and Evaluation. Global Health Data Exchange (GHDx) con accesso il 14/07/2022.
- 2_ Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder – American Psychiatric Association – 2013
- 3_Lancet: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(21\)02143-7/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(21)02143-7/fulltext)
- 4 _ISTAT, Mental health at various stages of life, 2018
- 5 _Bassi, Marta, et al. "The relationship between post-traumatic stress and positive mental health symptoms among health workers during COVID-19 pandemic in Lombardy, Italy." Journal of affective disorders 280 (2021): 1-6.
- 6_Racine, Nicole, et al. "Global prevalence of depressive and anxiety symptoms in children and adolescents during COVID-19: a meta-analysis." JAMA pediatrics 175.11 (2021): 1142-1150.

Fondazione The Bridge

È un soggetto indipendente e senza scopo di lucro che si occupa di politiche sanitarie ed ha come obiettivo la tutela del diritto alla salute. Si pone come tramite tra istituzioni e associazioni di pazienti, società di ricerca scientifica e sociale, accademia, mondo clinico e industria per agevolarne il corretto confronto. I suoi valori fondanti e irrinunciabili sono universalismo, equità, innovazione responsabile, sostenibilità, sensibilizzazione alla diversità, inclusione e pluralismo. Contribuisce al dibattito e al confronto con istituzioni e diversi attori del sistema socio-sanitario, elaborando ricerche, indagini, campagne divulgative, organizzando iniziative volte a diffondere temi di interesse socio-sanitario di grande attualità, promuovendo il dibattito pubblico grazie agli attori del settore.

In pochi anni si è imposta come punto di riferimento nel dibattito, regionale e nazionale, sui principali temi e problematiche del servizio sanitario nazionale, grazie agli esperti e membri del suo comitato scientifico e l'approfondito lavoro di ricerca e analisi. Punti di forza del suo lavoro sono i dossier e le ricerche in cui raccoglie i propri lavori, preziosi strumenti per comprendere la realtà, orientare le politiche e informare i cittadini, nonché l'organizzazione di consensus conference, convegni scientifici, momenti di confronto e corsi di formazione condotti da personalità altamente qualificate.

Ufficio stampa

GAS Communication

Mara Cochetti – Rita Cicchetti

Tel 347 8524261 – 349 4246236

m.cochetti@aimcommunication.eu

r.cicchetti@aimcommunication.eu

Uscire dalla depressione è possibile

(Adnkronos) - Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione **#OUTOFTHEBLACK** • Lo street artist Lucamaleonte trasforma il buco nero della depressione in un bouquet fiorito per rappresentare la rinascita dal male oscuro • Uscire dal buco nero della depressione è possibile, ma serve chiedere aiuto • Secondo l'ISTAT, nel nostro Paese, 3.5 milioni ne soffrono ma solo il 50% riceve diagnosi corretta e 1 paziente su 3 cure adeguate • Secondo studi recenti 1 adolescente su 4 soffre di depressione Milano, 6 ottobre 2022. In occasione della Giornata Mondiale della Salute che si celebra il 10 di ottobre, Fondazione The Bridge lancia **#OUTOFTHEBLACK**, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione realizzata con il contributo non condizionato di Angelini Pharma. L'iniziativa, che ha ottenuto il patrocinio della Società Italiana di Medicina Generale (SIMG), della Società Italiana di Psichiatria (SIP), della Sezione Regionale Lombardia della SIP (SIP-LO) e del Municipio 8 di Milano, prevede la realizzazione di un'articolata campagna sui social Facebook e Instagram e sul sito internet di Fondazione The Bridge con informazioni concrete sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari. L'opera di street art Non bisogna aver paura di chiedere aiuto: dalla depressione è possibile guarire. **#OUTOFTHEBLACK** nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora oggi circonda questa patologia. La depressione è come un buco nero in cui si precipita senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto. Tutto è iniziato in una piazza periferica di Milano (Metro Bonola) dove Lucamaleonte, noto street artist, ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, lo street artist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia. L'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione e alla tendenza a sminuire questa patologia. "Siamo lieti che il nostro territorio sia stato scelto per portare avanti un messaggio così forte e importante - dichiara Giulia Pelucchi, Presidente del Municipio 8. Il nostro impegno per la salute mentale è stato un crescendo e auspichiamo che un'iniziativa di tale impatto possa dare la giusta attenzione ad un tema oggi ancor più urgente". I numeri L'OMS stima che la depressione sia una delle principali cause di disabilità a livello globale, colpendo circa 280 milioni di persone, ossia il 5% della popolazione adulta 1, e in misura superiore di 2/3 volte le donne rispetto agli uomini². Durante l'emergenza Covid la prevalenza di ansia e depressione ha fatto registrare aumenti record, pari al 25%³. In Italia In Italia la depressione è il più diffuso disturbo della salute mentale e riguarda 3,5 milioni di persone, ma, secondo un'indagine ISTAT, si stima che meno del 50% riceva una diagnosi corretta e solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate⁴. In Italia Lo stigma "Sono troppo poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto al trattamento della depressione - afferma **Rosaria Iardino**, Presidente di Fondazione The Bridge - Vigge ancora un forte stigma verso la malattia; i pregiudizi rispetto alle possibilità di cura, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli principali che impediscono l'accesso a percorsi terapeutici adeguati. Per questo è così importante far luce su questa malattia ed è fondamentale rafforzare la rete sul territorio tra tutti gli operatori che ogni giorno entrano in contatto con persone che soffrono di questo genere di disturbi". Assessore Bertolé L'endorsement alla campagna **#OUTOFTHEBLACK** è arrivato anche dal Comune di Milano. "Noi

- dichiara l'assessore al Welfare e Salute del Comune di Milano Lamberto Bertolé - pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell'ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica. Perché questo accada è necessario però che il benessere psicologico diventi una priorità per tutti. Ben vengano quindi iniziative di sensibilizzazione come quella della Fondazione The Bridge, che prova a superare lo stigma che ancora colpisce chi vive una condizione di fragilità o di patologia mentale, normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico". Cos'è la depressione È bene distinguere tra le cosiddette emozioni fisiologiche - ovvero momenti di apatia e tristezza che si intervallano a periodi di buon umore e di allegria - che fanno parte della vita di tutti i giorni e possono riguardare chiunque, da quella condizione di costante tristezza, angoscia, insoddisfazione e senso di vuoto, di pessimismo verso se stessi, gli altri e il proprio futuro⁵ che permane indipendentemente da fattori esterni. In questi casi la sofferenza diventa insopportabile al punto da comprometterne il funzionamento sociale e lavorativo delle persone e causare isolamento e ritiro sociale ¹. Le persone depresse guardano il mondo attraverso occhiali con lenti scure: la quotidianità diventa opaca e le giornate sembrano montagne insormontabili da scalare¹. Vivono la loro condizione con un senso di colpa, convinti che sia frutto del loro carattere o della loro mancanza di forza di volontà, lontani dalla realtà in quanto tale. Come si cura "La depressione è una malattia vera e propria che va curata, esattamente come avviene per le altre patologie - dichiara il Prof. **Antonio Vita**, Vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia- soprattutto perché dalla depressione si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare significativamente la qualità della vita del paziente. I sintomi possono includere una tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, auto-svalutazione, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito; in questi casi, la prima cosa da fare è quella di rivolgersi al medico, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare la persona a un corretto percorso terapeutico. Lo specialista di riferimento per la cura della depressione è lo psichiatra e solitamente il trattamento include la terapia farmacologica, elemento cardine della cura, e la psicoterapia". I giovani e la pandemia Sono ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni sulla depressione, il male oscuro che sta facendo registrare dati preoccupanti tra i giovani italiani, circa 8 milioni e 200 mila ragazzi tra i 12 e i 25 anni, nei quali si assiste a un forte aumento di casi: al 10% già stimato prima della pandemia [ISTAT, 2018¹], vanno aggiunti i nuovi casi da Covid. Secondo studi recenti⁶ il problema riguarda oggi una popolazione molto ampia: un adolescente su quattro ha sintomi clinici di depressione e uno su cinque segni di un disturbo d'ansia. "Questo fenomeno - commenta il Dr. **Mauro Emilio Percudani**, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano - è probabilmente associato al diffondersi di stili di vita scorretti - come abuso di alcol e stupefacenti, regimi alimentari sbilanciati - alle trasformazioni sociali delle strutture familiari e amicali e alle trasformazioni tecnologiche che hanno contribuito a far aumentare sentimenti di inadeguatezza e sofferenza psichica. Un insieme di fattori che è stato amplificato da una "sospensione" delle abitudini di vita degli ultimi anni provocata dalla pandemia" Le cause Le cause della depressione includono complesse interazioni fra fattori biologici, sociali e psicologici. Generalmente alla base c'è un fattore temperamentale, per cui una persona può essere predisposta a questo genere di disturbi; esperienze negative durante l'infanzia ed eventi di vita stressanti possono agire da detonatore. Sicuramente la genetica influenza il rischio, che è da 2 a 4 volte maggiore nel caso in cui si abbiano dei familiari affetti da

depressione⁵. Come comportarsi con chi ne soffre Nei casi di depressione molto importante il ruolo della famiglia, che deve spronare il familiare che presenta sintomi a rivolgersi al medico di fiducia per essere indirizzato agli specialisti competenti. Inoltre, è molto importante che la famiglia faccia sentire al proprio caro che non è solo, ma anzi che è compreso e supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. Mai sminuire o ridicolizzare le sue emozioni così come non forzarlo a uscire o a praticare attività che non si sente di fare. "La medicina generale - ribadisce la Dottoressa **Daiana Taddeo**, Referente Area Nazionale Ricerca SIMG - è da sempre impegnata a cogliere gli aspetti più profondi della persona. Le alterazioni del tono dell'umore oggi rappresentano un problema che colpisce la popolazione di qualsiasi età, ma sono disponibili risposte terapeutiche e strumenti a sostegno del paziente che devono assolutamente essere implementati. È importante uscire dallo stigma e parlare delle nostre emozioni. Il medico di famiglia ascolta, riconosce e prende in carico. Le associazioni, le strutture del territorio, le famiglie, i medici di medicina generale e psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, volontari dei centri di accoglienza: tutto fa rete e ognuno può avere il proprio ruolo nel risolvere la Depressione". **#OUTOFTHEBLACK** è stata l'occasione per rinnovare la collaborazione della Fondazione The Bridge con Angelini Pharma, già sperimentata in altre iniziative di carattere sociale. "Siamo orgogliosi di affiancare la Fondazione The Bridge in questo progetto di sensibilizzazione - conclude **Domenico Lucatelli**, Italy Market Access Manager di Angelini Pharma- La nostra Azienda è impegnata da sempre nel campo della salute mentale, attraverso investimenti nella ricerca e in iniziative in grado di migliorare la qualità di vita dei pazienti e di combattere pregiudizi e tabù che ancora oggi purtroppo gravano su chi soffre di queste patologie". Bibliografia: 1 _ Institute of Health Metrics and Evaluation. Global Health Data Exchange (GHDx) con accesso il 14/07/2022. 2_ Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder - American Psychiatric Association - 2013 3_ Lancet: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(21\)02143-7/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(21)02143-7/fulltext) 4_ ISTAT, Mental health at various stages of life, 2018 5 _Bassi, Marta, et al. "The relationship between post-traumatic stress and positive mental health symptoms among health workers during COVID-19 pandemic in Lombardy, Italy." Journal of affective disorders 280 (2021): 1-6. 6_ Racine, Nicole, et al. "Global prevalence of depressive and anxiety symptoms in children and adolescents during COVID-19: a meta-analysis." JAMA pediatrics 175.11 (2021): 1142-1150. Fondazione The Bridge È un soggetto indipendente e senza scopo di lucro che si occupa di politiche sanitarie ed ha come obiettivo la tutela del diritto alla salute. Si pone come tramite tra istituzioni e associazioni di pazienti, società di ricerca scientifica e sociale, accademia, mondo clinico e industria per agevolarne il corretto confronto. I suoi valori fondanti e irrinunciabili sono universalismo, equità, innovazione responsabile, sostenibilità, sensibilizzazione alla diversità, inclusione e pluralismo. Contribuisce al dibattito e al confronto con istituzioni e diversi attori del sistema sociosanitario, elaborando ricerche, indagini, campagne divulgative, organizzando iniziative volte a diffondere temi di interesse sociosanitario di grande attualità, promuovendo il dibattito pubblico grazie agli attori del settore. In pochi anni si è imposta come punto di riferimento nel dibattito, regionale e nazionale, sui principali temi e problematiche del servizio sanitario nazionale, grazie agli esperti e membri del suo comitato scientifico e l'approfondito lavoro di ricerca e analisi. Punti di forza del suo lavoro sono i dossier e le ricerche in cui raccoglie i propri lavori, preziosi strumenti per comprendere la realtà, orientare le politiche e informare i cittadini, nonché l'organizzazione di consensus conference, convegni scientifici, momenti di confronto e corsi di formazione condotti da personalità altamente qualificate. Ufficio stampa GAS Communication

Mara Cochetti - Rita Cicchetti Tel 347 8524261 - 349 4246236
m.cochetti@aimcommunication.eu r.cicchetti@aimcommunication.eu © RIPRODUZIONE
RISERVATA

LINK: <https://www.ultimora.news/adnkronos-20221006190105>

Ultimora.news



ADNKRONOS

Uscire dalla depressione è possibile

Redazione AdnKronos · 6 ottobre 2022



Comunicato stampa AdnKronos - salute-e-benessere

(AdnKronos) - Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione

#OUTOFTHEBLACK

- Lo street artist Lucamaleonte trasforma il buco nero della depressione in un bouquet fiorito per rappresentare la rinascita dal male oscuro
- Uscire dal buco nero della depressione è possibile, ma serve chiedere aiuto
- Secondo l'ISTAT, nel nostro Paese, 3.5 milioni ne soffrono ma solo il 50% riceve diagnosi corretta e 1 paziente su 3 cure adeguate

- Secondo studi recenti 1 adolescente su 4 soffre di depressione

Milano, 6 ottobre 2022. In occasione della Giornata Mondiale della Salute che si celebra il 10 di ottobre, Fondazione The Bridge lancia #OUTOFTHEBLACK, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione realizzata con il contributo non condizionato di Angelini Pharma. L'iniziativa, che ha ottenuto il patrocinio della Società Italiana di Medicina Generale (SIMG), della Società Italiana di Psichiatria (SIP), della Sezione Regionale Lombardia della SIP (SIP-LO) e del Municipio 8 di Milano, prevede la realizzazione di un'articolata campagna sui social Facebook e Instagram e sul sito internet di Fondazione The Bridge con informazioni concrete sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari.

L'opera di street art

Non bisogna aver paura di chiedere aiuto: dalla depressione è possibile guarire. #OUTOFTHEBLACK nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora oggi circonda questa patologia. La depressione è come un buco nero in cui si precipita senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto. Tutto è iniziato in una piazza periferica di Milano (Metro Bonola) dove Lucamaleonte, noto streetartist, ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, lo streetartist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia. L'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione e alla tendenza a sminuire questa patologia. "Siamo lieti che il nostro territorio sia stato scelto per portare avanti un messaggio così forte e importante – dichiara Giulia Pelucchi, Presidente del Municipio 8. Il nostro impegno per la salute mentale è stato un crescendo e auspichiamo che un'iniziativa di tale impatto possa dare la giusta attenzione ad un tema oggi ancor più urgente".

I numeri

L'OMS stima che la depressione sia una delle principali cause di disabilità a livello globale, colpendo circa 280 milioni di persone, ossia il 5% della popolazione adulta 1, e in misura superiore di 2/3 volte le donne rispetto agli uomini 2. Durante l'emergenza Covid la prevalenza di ansia e depressione ha fatto registrare aumenti record, pari al 25% 3.

In Italia

In Italia la depressione è il più diffuso disturbo della salute mentale e riguarda 3,5 milioni di persone, ma, secondo un'indagine ISTAT, si stima che meno del 50% riceva una diagnosi corretta e solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate 4. In Italia

Lo stigma

"Sono troppo poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto al trattamento della depressione - afferma Rosaria Iardino, Presidente di Fondazione The Bridge - Vigge ancora un forte stigma verso la malattia; i pregiudizi rispetto alle possibilità di cura, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli principali che impediscono l'accesso a percorsi terapeutici adeguati. Per questo è così importante far luce su questa malattia ed è fondamentale rafforzare la rete sul territorio tra tutti gli operatori che ogni giorno entrano in contatto con persone che soffrono di questo genere di disturbi".

Assessore Bertolé

L'endorsement alla campagna #OUTOFTHEBLACK è arrivato anche dal Comune di Milano.

“Noi - dichiara l'assessore al Welfare e Salute del Comune di Milano Lamberto Bertolé - pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell'ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica. Perché questo accada è necessario però che il benessere psicologico diventi una priorità per tutti. Ben vengano quindi iniziative di sensibilizzazione come quella della Fondazione The Bridge, che prova a superare lo stigma che ancora colpisce chi vive una condizione di fragilità o di patologia mentale, normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico”.

Cos'è la depressione

È bene distinguere tra le cosiddette emozioni fisiologiche- ovvero momenti di apatia e tristezza che si intervallano a periodi di buon umore e di allegria -che fanno parte della vita di tutti i giorni e possono riguardare chiunque, da quella condizione di costante tristezza, angoscia, insoddisfazione e senso di vuoto, di pessimismo verso se stessi, gli altri e il proprio futuro⁵che permane indipendentemente da fattori esterni. In questi casi la sofferenza diventa insopportabile al punto da comprometterne il funzionamento sociale e lavorativo delle persone e causare isolamento e ritiro sociale ¹.

Le persone depresse guardano il mondo attraverso occhiali con lenti scure: la quotidianità diventa opaca e le giornate sembrano montagne insormontabili da scalare¹. Vivono la loro condizione con un senso di colpa, convinti che sia frutto del loro carattere o della loro mancanza di forza di volontà, lontani dalla realtà in quanto tale.

Come si cura

“La depressione è una malattia vera e propria che va curata, esattamente come avviene per le altre patologie - dichiara il Prof. Antonio Vita, Vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia- soprattutto perché dalla depressione si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare significativamente la qualità della vita del paziente. I sintomi possono includere una tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, auto-svalutazione, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito; in questi casi, la prima cosa da fare è quella dirigersi al medico, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare la persona a un corretto percorso terapeutico. Lo specialista di riferimento per la cura della depressione è lo psichiatra e solitamente il trattamento include la terapia farmacologica, elemento cardine della cura, e la psicoterapia”.

I giovani e la pandemia

Sono ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni sulla depressione, il male oscuro che sta facendo registrare dati preoccupanti tra i giovani italiani, circa 8 milioni e 200 mila ragazzi tra i 12 e i 25 anni, nei quali si assiste a un forte aumento di casi: al 10% già stimato prima della pandemia [ISTAT, 2018¹], vanno aggiunti i nuovi casi da Covid. Secondo studi recenti⁶ il problema riguarda oggi una popolazione molto ampia: un adolescente su quattro ha sintomi clinici di depressione e uno su cinque segni di un disturbo d'ansia.

“Questo fenomeno - commenta il Dr. Mauro Emilio Percudani, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano - è probabilmente associato al diffondersi di stili di vita scorretti - come abuso di alcol e stupefacenti, regimi alimentari sbilanciati - alle trasformazioni sociali delle strutture familiari e amicali

e alle trasformazioni tecnologiche che hanno contribuito a far aumentare sentimenti di inadeguatezza e sofferenza psichica. Un insieme di fattori che è stato amplificato da una “sospensione” delle abitudini di vita degli ultimi anni provocata dalla pandemia”

Le cause

Le cause della depressione includono complesse interazioni fra fattori biologici, sociali e psicologici. Generalmente alla base c'è un fattore temperamentale, per cui una persona può essere predisposta a questo genere di disturbi; esperienze negative durante l'infanzia ed eventi di vitastressanti possono agire da detonatore. Sicuramente la genetica influenza il rischio, che è da 2 a 4 volte maggiore nel caso in cui si abbiano dei familiari affetti da depressione 5.

Come comportarsi con chi ne soffre

Nei casi di depressione molto importante il ruolo della famiglia, che deve spronare il familiare che presenta sintomi a rivolgersi al medico di fiducia per essere indirizzato agli specialisti competenti. Inoltre, è molto importante che la famiglia faccia sentire al proprio caro che non è solo, ma anzi che è compreso e supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. Mai sminuire o ridicolizzare le sue emozioni così come non forzarlo a uscire o a praticare attività che non si sente di fare.

“La medicina generale – ribadisce la Dottoressa Daiana Taddeo, Referente Area Nazionale RicercaSIMG - è da sempre impegnata a cogliere gli aspetti più profondi della persona. Le alterazioni del tono dell'umore oggi rappresentano un problema che colpisce la popolazione di qualsiasi età, ma sono disponibili risposte terapeutiche e strumenti a sostegno del paziente che devono assolutamente essere implementati. È importante uscire dallo stigma e parlare delle nostre emozioni. Il medico di famiglia ascolta, riconosce e prende in carico. Le associazioni, le strutture del territorio, le famiglie, i medici di medicina generale e psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, volontari dei centri di accoglienza: tutto fa rete e ognuno può avere il proprio ruolo nel risolvere la Depressione”.

#OUTOFTHEBLACK è stata l'occasione per rinnovare la collaborazione della Fondazione The Bridge con Angelini Pharma, già sperimentata in altre iniziative di carattere sociale.

“Siamo orgogliosi di affiancare la Fondazione The Bridge in questo progetto di sensibilizzazione – conclude Domenico Lucatelli, Italy Market Access Manager di Angelini Pharma- La nostra Azienda è impegnata da sempre nel campo della salute mentale, attraverso investimenti nella ricerca e in iniziative in grado di migliorare la qualità di vita dei pazienti e di combattere pregiudizi e tabù che ancora oggi purtroppo gravano su chi soffre di queste patologie”.

Bibliografia:

1_ Institute of Health Metrics and Evaluation. Global Health Data Exchange (GHDx) con accesso il 14/07/2022.

2_ Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder - American Psychiatric Association – 2013

3_ [Lancet: https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(21\)02143-7/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(21)02143-7/fulltext)

4_ ISTAT, Mental health at various stages of life, 2018

5_ Bassi, Marta, et al. «The relationship between post-traumatic stress and positive

mental health symptoms among health workers during COVID-19 pandemic in Lombardy, Italy.» Journal of affective disorders 280 (2021): 1-6.

6_Racine, Nicole, et al. «Global prevalence of depressive and anxiety symptoms in children and adolescents during COVID-19: a meta-analysis.» JAMA pediatrics 175.11 (2021): 1142-1150.

Fondazione The Bridge

È un soggetto indipendente e senza scopo di lucro che si occupa di politiche sanitarie ed ha come obiettivo la tutela del diritto alla salute. Si pone come tramite tra istituzioni e associazioni di pazienti, società di ricerca scientifica e sociale, accademia, mondo clinico e industria per agevolarne il corretto confronto. I suoi valori fondanti e irrinunciabili sono universalismo, equità, innovazione responsabile, sostenibilità, sensibilizzazione alla diversità, inclusione e pluralismo. Contribuisce al dibattito e al confronto con istituzioni e diversi attori del sistema sociosanitario, elaborando ricerche, indagini, campagne divulgative, organizzando iniziative volte a diffondere temi di interesse sociosanitario di grande attualità, promuovendo il dibattito pubblico grazie agli attori del settore.

In pochi anni si è imposta come punto di riferimento nel dibattito, regionale e nazionale, sui principali temi e problematiche del servizio sanitario nazionale, grazie agli esperti e membri del suo comitato scientifico e l'approfondito lavoro di ricerca e analisi. Punti di forza del suo lavoro sono i dossier e le ricerche in cui raccoglie i propri lavori, preziosi strumenti per comprendere la realtà, orientare le politiche e informare i cittadini, nonché l'organizzazione di consensus conference, convegni scientifici, momenti di confronto e corsi di formazione condotti da personalità altamente qualificate.

Ufficio stampa

GAS Communication

Mara Cochetti – Rita Cicchetti

Tel 347 8524261 – 349 4246236

m.cochetti@aimcommunication.eu

r.cicchetti@aimcommunication.eu

LINK: <https://www.money.it/adnkronos/Uscire-dalla-depressione-e-possibile>



Economia e Finanza Quotazioni Risparmio e Investimenti Fisco Lavoro e Diritti Tecnologia Strumenti Video

Uscire dalla depressione è possibile

Redazione AdnKronos | 6 Ottobre 2022

(Adnkronos) - Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione

#OUTOFTHEBLACK

- Lo street artist Lucamaleonte trasforma il buco nero della depressione in un bouquet fiorito per rappresentare la rinascita dal male oscuro
- Uscire dal buco nero della depressione è possibile, ma serve chiedere aiuto
- Secondo l'ISTAT, nel nostro Paese, 3.5 milioni ne soffrono ma solo il 50% riceve diagnosi corretta e 1 paziente su 3 cure adeguate
- Secondo studi recenti 1 adolescente su 4 soffre di depressione

Milano, 6 ottobre 2022. In occasione della Giornata Mondiale della Salute che si celebra il 10 di ottobre, Fondazione The Bridge lancia #OUTOFTHEBLACK, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione realizzata con il contributo non condizionato di Angelini Pharma. L'iniziativa, che ha ottenuto il patrocinio della Società Italiana di Medicina Generale (SIMG), della Società Italiana di Psichiatria (SIP), della Sezione Regionale Lombardia della SIP (SIP-LO) e del Municipio 8 di Milano, prevede la realizzazione di un'articolata campagna sui social Facebook e Instagram e sul sito internet di Fondazione The Bridge con informazioni concrete sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari.

L'opera di street art

Non bisogna aver paura di chiedere aiuto: dalla depressione è possibile guarire. #OUTOFTHEBLACK nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora oggi circonda questa patologia. La depressione è come un buco nero in cui si precipita senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto. Tutto è iniziato in una piazza periferica di Milano (Metro Bonola) dove Lucamaleonte, noto streetartist, ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, lo streetartist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia. L'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione e alla tendenza a sminuire questa patologia. "Siamo lieti che il nostro territorio sia stato scelto per portare avanti un messaggio così forte e importante – dichiara Giulia Pelucchi, Presidente del Municipio 8. Il nostro impegno per la salute mentale è stato un crescendo e auspichiamo che un'iniziativa di tale impatto possa

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

dare la giusta attenzione ad un tema oggi ancor più urgente”.

I numeri

L'OMS stima che la depressione sia una delle principali cause di disabilità a livello globale, colpendo circa 280 milioni di persone, ossia il 5% della popolazione adulta 1, e in misura superiore di 2/3 volte le donne rispetto agli uomini 2. Durante l'emergenza Covid la prevalenza di ansia e depressione ha fatto registrare aumenti record, pari al 25% 3.

In Italia

In Italia la depressione è il più diffuso disturbo della salute mentale e riguarda 3,5 milioni di persone, ma, secondo un'indagine ISTAT, si stima che meno del 50% riceva una diagnosi corretta e solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate 4. In Italia

Lo stigma

“Sono troppo poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto al trattamento della depressione - afferma Rosaria Iardino, Presidente di Fondazione The Bridge - Vige ancora un forte stigma verso la malattia; i pregiudizi rispetto alle possibilità di cura, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli principali che impediscono l'accesso a percorsi terapeutici adeguati. Per questo è così importante far luce su questa malattia ed è fondamentale rafforzare la rete sul territorio tra tutti gli operatori che ogni giorno entrano in contatto con persone che soffrono di questo genere di disturbi”.

Assessore Bertolé

L'endorsement alla campagna #OUTOFTHEBLACK è arrivato anche dal Comune di Milano.

“Noi - dichiara l'assessore al Welfare e Salute del Comune di Milano Lamberto Bertolé - pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell'ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica. Perché questo accada è necessario però che il benessere psicologico diventi una priorità per tutti. Ben vengano quindi iniziative di sensibilizzazione come quella della Fondazione The Bridge, che prova a superare lo stigma che ancora colpisce chi vive una condizione di fragilità o di patologia mentale, normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico”.

Cos'è la depressione

È bene distinguere tra le cosiddette emozioni fisiologiche- ovvero momenti di apatia e tristezza che si intervallano a periodi di buon umore e di allegria - che fanno parte della vita di tutti i giorni e possono riguardare chiunque, da quella condizione di costante tristezza, angoscia, insoddisfazione e senso di vuoto, di pessimismo verso se stessi, gli altri e il proprio futuro 5 che permane indipendentemente da fattori esterni. In questi casi la sofferenza diventa insopportabile al punto da comprometterne il funzionamento sociale e lavorativo delle persone e causare isolamento e ritiro sociale 1.

Le persone depresse guardano il mondo attraverso occhiali con lenti scure: la quotidianità diventa opaca e le giornate sembrano montagne insormontabili da scalare. Vivono la loro condizione con un senso di colpa, convinti che sia frutto del loro carattere o della loro mancanza di forza di volontà, lontani dalla realtà in quanto tale.

Come si cura

“La depressione è una malattia vera e propria che va curata, esattamente come avviene per le altre patologie - dichiara il Prof. Antonio Vita, Vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia - soprattutto perché dalla depressione si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare significativamente la qualità della vita del paziente. I sintomi possono includere una tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, auto-svalutazione, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito; in questi casi, la prima cosa da fare è quella dirigersi al medico, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare la persona a un corretto percorso terapeutico. Lo specialista di riferimento per la cura della depressione è lo psichiatra e solitamente il trattamento include la terapia farmacologica, elemento cardine della cura, e la psicoterapia”.

I giovani e la pandemia

Sono ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni sulla depressione, il male oscuro che sta facendo registrare dati preoccupanti tra i giovani italiani, circa 8 milioni e 200 mila ragazzi tra i 12 e i 25 anni, nei quali si assiste a un forte aumento di casi: al 10% già stimato prima della pandemia [ISTAT, 2018], vanno aggiunti i nuovi casi da Covid. Secondo studi recenti il problema riguarda oggi una popolazione molto ampia: un adolescente su quattro ha sintomi clinici di depressione e uno su cinque segni di un disturbo d'ansia.

“Questo fenomeno - commenta il Dr. Mauro Emilio Percudani, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano - è probabilmente associato al diffondersi di stili di vita scorretti - come abuso di alcol e stupefacenti, regimi alimentari sbilanciati - alle trasformazioni sociali delle strutture familiari e amicali e alle trasformazioni tecnologiche che hanno contribuito a far aumentare sentimenti di inadeguatezza e sofferenza psichica. Un insieme di fattori che è stato amplificato da una “sospensione” delle abitudini di vita degli ultimi anni provocata dalla pandemia”

Le cause

Le cause della depressione includono complesse interazioni fra fattori biologici, sociali e psicologici. Generalmente alla base c'è un fattore temperamentale, per cui una persona può essere predisposta a questo genere di disturbi; esperienze negative durante l'infanzia ed eventi di vitastressanti possono agire da detonatore. Sicuramente la genetica influenza il rischio, che è da 2 a 4 volte maggiore nel caso in cui si abbiano dei familiari affetti da depressione 5.

Come comportarsi con chi ne soffre

Nei casi di depressione molto importante il ruolo della famiglia, che deve spronare il familiare che presenta sintomi a rivolgersi al medico di fiducia per essere indirizzato agli specialisti competenti. Inoltre, è molto importante che la famiglia faccia sentire al proprio caro che non è solo, ma anzi che è compreso e supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. Mai sminuire o ridicolizzare le sue emozioni così come non forzarlo a uscire o a praticare attività che non si sente di fare.

“La medicina generale – ribadisce la Dottoressa Daiana Taddeo, Referente Area Nazionale RicercaSIMG - è da sempre impegnata a cogliere gli aspetti più profondi della persona. Le alterazioni del tono dell'umore oggi rappresentano un problema che colpisce la popolazione di qualsiasi età, ma sono disponibili risposte terapeutiche e strumenti a sostegno del paziente che devono assolutamente essere implementati. È importante uscire dallo stigma e parlare delle nostre emozioni. Il medico di famiglia ascolta, riconosce e prende in carico. Le associazioni, le strutture del territorio, le famiglie, i medici di medicina generale e psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, volontari dei centri di accoglienza: tutto fa rete e ognuno può avere il proprio ruolo nel risolvere la Depressione”.

#OUTOFTHEBLACK è stata l'occasione per rinnovare la collaborazione della Fondazione The Bridge con Angelini Pharma, già sperimentata in altre iniziative di carattere sociale.

“Siamo orgogliosi di affiancare la Fondazione The Bridge in questo progetto di sensibilizzazione – conclude Domenico Lucatelli, Italy Market Access Manager di Angelini Pharma- La nostra Azienda è impegnata da sempre nel campo della salute mentale, attraverso investimenti nella ricerca e in iniziative in grado di migliorare la qualità di vita dei pazienti e di combattere pregiudizi e tabù che ancora oggi purtroppo gravano su chi soffre di queste patologie”.

Bibliografia:

1_ Institute of Health Metrics and Evaluation. Global Health Data Exchange (GHDx) con accesso il 14/07/2022.

2_ Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder - American Psychiatric Association – 2013

3_ [Lancet: https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(21\)02143-7/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(21)02143-7/fulltext)

4_ ISTAT, Mental health at various stages of life, 2018

5_ Bassi, Marta, et al. «The relationship between post-traumatic stress and positive mental health symptoms among health workers during COVID-19 pandemic in Lombardy, Italy.» Journal of affective disorders 280 (2021): 1-6.

6_ Racine, Nicole, et al. «Global prevalence of depressive and anxiety symptoms in children and adolescents during COVID-19: a meta-analysis.» JAMA pediatrics 175.11 (2021): 1142-1150.

Fondazione The Bridge

È un soggetto indipendente e senza scopo di lucro che si occupa di politiche sanitarie ed ha come obiettivo la tutela del diritto alla salute. Si pone come tramite tra istituzioni e associazioni di pazienti, società di ricerca scientifica e sociale, accademia, mondo clinico e industria per agevolarne il corretto confronto. I suoi valori fondanti e irrinunciabili sono universalismo, equità, innovazione responsabile, sostenibilità, sensibilizzazione alla diversità, inclusione e pluralismo. Contribuisce al dibattito e al confronto con istituzioni e diversi attori del sistema socio-sanitario, elaborando ricerche, indagini, campagne divulgative, organizzando iniziative volte a diffondere temi di interesse socio-sanitario di grande attualità, promuovendo il dibattito pubblico grazie agli attori del settore.

In pochi anni si è imposta come punto di riferimento nel dibattito, regionale e nazionale, sui principali temi e problematiche del servizio sanitario nazionale, grazie agli esperti e membri del suo comitato scientifico e l'approfondito lavoro di ricerca e analisi. Punti di forza del suo lavoro sono i dossier e le ricerche in cui raccoglie i propri lavori, preziosi strumenti per comprendere la realtà, orientare le politiche e informare i cittadini, nonché l'organizzazione di consensus conference, convegni scientifici, momenti di confronto e corsi di formazione condotti da personalità altamente qualificate.

Ufficio stampa

GAS Communication

Mara Cochetti – Rita Cicchetti

Tel 347 8524261 – 349 4246236

m.cochetti@aimcommunication.eu

r.cicchetti@aimcommunication.eu

Iscriviti alla newsletter

Inserisci la tua mail*

ISCRIVITI ORA

Iscrivendoti acconsenti al [trattamento dei dati](#) personali ai sensi del Dlgs 196/03.

© RIPRODUZIONE RISERVATA 

ARGOMENTI: Comunicati

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

MONEY.IT

[Mappa del Sito](#)

[Redazione](#)

STRUMENTI FOREX

[Trading Online Demo](#)

[Calendario Economico](#)

FINANZA E MERCATI

[Borsa Italiana](#)

[Borse Europee](#)

DISCLAIMER

[Risk Disclaimer](#)

[Privacy Policy](#)

LINK: <https://www.trend-online.com/adncomunicati/uscire-dalla-depressionepossibile/>



NOTIZIE

SFOGLIA IL PROSSIMO ARTICOLO

PUBBLICATO: 6 OTTOBRE 19:20

Uscire dalla depressione è possibile

Tempo stimato di lettura: 11 minuti

DI REDAZIONE

(Adnkronos) - Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione

OUTOFTHEBLACK

- Lo street artist Lucamaleonte trasforma il buco nero della depressione in un bouquet fiorito per rappresentare la rinascita dal male oscuro
- Uscire dal buco nero della depressione è possibile, ma serve chiedere aiuto
- Secondo l'ISTAT, nel nostro Paese, 3,5 milioni ne soffrono ma solo il 50% riceve diagnosi corretta e 1 paziente su 3 cure adeguate
- Secondo studi recenti 1 adolescente su 4 soffre di depressione

Milano, 6 ottobre 2022. In occasione della Giornata Mondiale della Salute che si celebra il 10 di ottobre, Fondazione The Bridge lancia #OUTOFTHEBLACK, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione realizzata con il contributo non condizionato di Angelini Pharma. L'iniziativa, che ha ottenuto il patrocinio della Società Italiana di Medicina Generale (SIMG), della Società Italiana di Psichiatria (SIP), della Sezione Regionale Lombardia della SIP (SIP-LO) e del Municipio 8 di Milano, prevede la realizzazione di un'articolata campagna sui social Facebook e Instagram e sul sito internet di Fondazione The Bridge con informazioni concrete sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari.

L'opera di street art

Non bisogna aver paura di chiedere aiuto: dalla depressione è possibile guarire. #OUTOFTHEBLACK nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora oggi circonda questa patologia. La depressione è come un buco nero in cui si precipita senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto. Tutto è iniziato in una piazza periferica di Milano (Metro Bonola) dove Lucamaleonte, noto streetartist, ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, lo streetartist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia.

L'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione e alla tendenza a sminuire questa patologia. "Siamo lieti che il nostro territorio sia stato scelto per portare avanti un messaggio così forte e importante - dichiara Giulia Pelucchi, Presidente del Municipio 8. Il nostro impegno per la salute mentale è stato un crescendo e auspichiamo che un'iniziativa di tale impatto possa dare la giusta attenzione ad un tema oggi ancor più urgente".

I numeri

L'OMS stima che la depressione sia una delle principali cause di disabilità a livello globale, colpendo circa 280 milioni di persone, ossia il 5% della popolazione adulta 1, e in misura superiore di 2/3 volte le donne rispetto agli uomini 2. Durante l'emergenza Covid la prevalenza di ansia e depressione ha fatto registrare aumenti record, pari al 25% 3.

In Italia

In Italia la depressione è il più diffuso disturbo della salute mentale e riguarda 3,5 milioni di persone, ma, secondo un'indagine ISTAT, si stima che meno del 50% riceva una diagnosi corretta e solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate

4. In Italia

Lo stigma

"Sono troppo poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto al trattamento della depressione - afferma Rosaria Iardino, Presidente di Fondazione The Bridge - Vigge ancora un forte stigma verso la malattia; i pregiudizi rispetto alle possibilità di cura, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli principali che impediscono l'accesso a percorsi terapeutici adeguati. Per questo è così importante far luce su questa malattia ed è fondamentale rafforzare la rete sul territorio tra tutti gli operatori che ogni giorno entrano in contatto con persone che soffrono di questo genere di disturbi".

Assessore Bertolé

L'endorsement alla campagna #OUTOFTHEBLACK è arrivato anche dal Comune di Milano.

"Noi - dichiara l'assessore al Welfare e Salute del Comune di Milano Lamberto Bertolé - pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell'ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica. Perché questo accada è necessario però che il benessere psicologico diventi una priorità per tutti. Ben vengano quindi iniziative di sensibilizzazione come quella della Fondazione The Bridge, che prova a superare lo stigma che ancora colpisce chi vive una condizione di fragilità o di patologia mentale, normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico".

Cos'è la depressione

È bene distinguere tra le cosiddette emozioni fisiologiche - ovvero momenti di apatia e tristezza che si intervallano a periodi di buon umore e di allegria - che fanno parte della vita di tutti i giorni e possono riguardare chiunque, da quella condizione di costante tristezza, angoscia, insoddisfazione e senso di vuoto, di pessimismo verso se stessi, gli altri e il proprio futuro 5 che permane indipendentemente da fattori esterni. In questi casi la sofferenza diventa insopportabile al punto da comprometterne il funzionamento sociale e lavorativo delle persone e causare isolamento e ritiro sociale 1.

Le persone depresse guardano il mondo attraverso occhiali con lenti scure: la quotidianità diventa opaca e le giornate sembrano montagne insormontabili da scalare 1. Vivono la loro condizione con un senso di colpa, convinti che sia

frutto del loro carattere o della loro mancanza di forza di volontà, lontani dalla realtà in quanto tale.

Come si cura

“La depressione è una malattia vera e propria che va curata, esattamente come avviene per le altre patologie - dichiara il Prof. Antonio Vita, Vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia- soprattutto perché dalla depressione si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare significativamente la qualità della vita del paziente. I sintomi possono includere una tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, auto-svalutazione, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito; in questi casi, la prima cosa da fare è quella dirigersi al medico, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare la persona a un corretto percorso terapeutico. Lo specialista di riferimento per la cura della depressione è lo psichiatra e solitamente il trattamento include la terapia farmacologica, elemento cardine della cura, e la psicoterapia”.

I giovani e la pandemia

Sono ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni sulla depressione, il male oscuro che sta facendo registrare dati preoccupanti tra i giovani italiani, circa 8 milioni e 200 mila ragazzi tra i 12 e i 25 anni, nei quali si assiste a un forte aumento di casi: al 10% già stimato prima della pandemia [ISTAT, 20181], vanno aggiunti i nuovi casi da Covid. Secondo studi recenti il problema riguarda oggi una popolazione molto ampia: un adolescente su quattro ha sintomi clinici di depressione e uno su cinque segni di un disturbo d'ansia.

“Questo fenomeno - commenta il Dr. Mauro Emilio Percudani, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano - è probabilmente associato al diffondersi di stili di vita scorretti - come abuso di alcol e stupefacenti, regimi alimentari sbilanciati - alle trasformazioni sociali delle strutture familiari e amicali e alle trasformazioni tecnologiche che hanno contribuito a far aumentare sentimenti di inadeguatezza e sofferenza psichica. Un insieme di fattori che è stato amplificato da una “sospensione” delle abitudini di vita degli ultimi anni provocata dalla pandemia”

Le cause

Le cause della depressione includono complesse interazioni fra fattori biologici, sociali e psicologici. Generalmente alla base c'è un fattore temperamentale, per cui una persona può essere predisposta a questo genere di disturbi; esperienze negative durante l'infanzia ed eventi di vitastressanti possono agire da detonatore. Sicuramente la genetica influenza il rischio, che è da 2 a 4 volte maggiore nel caso in cui si abbiano dei familiari affetti da depressione 5.

Come comportarsi con chi ne soffre

Nei casi di depressione molto importante il ruolo della famiglia, che deve spronare il familiare che presenta sintomi a rivolgersi al medico di fiducia per essere indirizzato agli specialisti competenti. Inoltre, è molto importante che la famiglia faccia sentire al proprio caro che non è solo, ma anzi che è compreso e supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. Mai sminuire o ridicolizzare le sue emozioni così come non forzarlo a uscire o a praticare attività che non si sente di fare.

“La medicina generale - ribadisce la Dottoressa Daiana Taddeo, Referente Area Nazionale RicercaSIMG - è da sempre impegnata a cogliere gli aspetti più profondi della persona. Le alterazioni del tono dell'umore oggi rappresentano un problema che colpisce la popolazione di qualsiasi età, ma sono disponibili

risposte terapeutiche e strumenti a sostegno del paziente che devono assolutamente essere implementati. È importante uscire dallo stigma e parlare delle nostre emozioni. Il medico di famiglia ascolta, riconosce e prende in carico. Le associazioni, le strutture del territorio, le famiglie, i medici di medicina generale e psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, volontari dei centri di accoglienza: tutto fa rete e ognuno può avere il proprio ruolo nel risolvere la Depressione”.

OUTOFTHEBLACK è stata l'occasione per rinnovare la collaborazione della Fondazione The Bridge con Angelini Pharma, già sperimentata in altre iniziative di carattere sociale.

“Siamo orgogliosi di affiancare la Fondazione The Bridge in questo progetto di sensibilizzazione – conclude Domenico Lucatelli, Italy Market Access Manager di Angelini Pharma- La nostra Azienda è impegnata da sempre nel campo della salute mentale, attraverso investimenti nella ricerca e in iniziative in grado di migliorare la qualità di vita dei pazienti e di combattere pregiudizi e tabù che ancora oggi purtroppo gravano su chi soffre di queste patologie”.

Bibliografia:

1_ Institute of Health Metrics and Evaluation. Global Health Data Exchange (GHDx) con accesso il 14/07/2022.

2_ Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder - American Psychiatric Association – 2013

3_Lancet: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(21\)02143-7/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(21)02143-7/fulltext)

4|STAT, *Mental health at various stages of life, 2018*

5_Bassi, Marta, et al. "The relationship between post-traumatic stress and positive mental health symptoms among health workers during COVID-19 pandemic in Lombardy, Italy." *Journal of affective disorders* 280 (2021): 1-6.

6Racine, Nicole, et al. "Global prevalence of depressive and anxiety symptoms in children and adolescents during COVID-19: a meta-analysis." *JAMA pediatrics* 175.11 (2021): 1142-1150.

Fondazione The Bridge

È un soggetto indipendente e senza scopo di lucro che si occupa di politiche sanitarie ed ha come obiettivo la tutela del diritto alla salute. Si pone come tramite tra istituzioni e associazioni di pazienti, società di ricerca scientifica e sociale, accademia, mondo clinico e industria per agevolarne il corretto confronto. I suoi valori fondanti e irrinunciabili sono universalismo, equità, innovazione responsabile, sostenibilità, sensibilizzazione alla diversità, inclusione e pluralismo. Contribuisce al dibattito e al confronto con istituzioni e diversi attori del sistema socio-sanitario, elaborando ricerche, indagini, campagne divulgative, organizzando iniziative volte a diffondere temi di interesse socio-sanitario di grande attualità, promuovendo il dibattito pubblico grazie agli attori del settore.

In pochi anni si è imposta come punto di riferimento nel dibattito, regionale e nazionale, sui principali temi e problematiche del servizio sanitario nazionale, grazie agli esperti e membri del suo comitato scientifico e l'approfondito lavoro di ricerca e analisi. Punti di forza del suo lavoro sono i dossier e le ricerche in cui raccoglie i propri lavori, preziosi strumenti per comprendere la realtà, orientare le politiche e informare i cittadini, nonché l'organizzazione di

consensus conference, convegni scientifici, momenti di confronto e corsi di formazione condotti da personalità altamente qualificate.

Ufficio stampa

GAS Communication

Mara Cochetti - Rita Cicchetti

Tel 347 8524261 - 349 4246236

m.cochetti@aimcommunication.eu

r.cicchetti@aimcommunication.eu

Continua a leggere su Trend-online.com



PIU' LETTI



FELICE DE CHIARA

Chi è Sara Manfuso, la concorrente che ha lasciato il GfVip

6 OTTOBRE 10:10



SHARON ZAFFINO

Questo thriller psicologico su Netflix ha conquistato 48 milioni di persone in 7 giorni

10 OTTOBRE 19:28



SHARON ZAFFINO

Dahmer, le famiglie delle vittime del Cannibale di Milwaukee criticano la serie tv Netflix

6 OTTOBRE 09:13



ELEONORA FRANCESCA GROTTO

Pio e Amedeo, svelato il loro patrimonio grazie agli incassi televisivi

4 OTTOBRE 15:45



SHARON ZAFFINO

Anticipazioni House of the Dragon 1x09, ecco cosa succede nel nono episodio

10 OTTOBRE 14:42

[Tutti gli articoli](#)

ULTIMI ARTICOLI



DANIELA ATTANASIO

Dentista gratis per tutti ad ottobre, senza ISEE. Ecco dove e come prenotare una visita

4 MINUTI FA



ACHIROPITA CICALA

Caro bollette, casa sempre calda con questo ventilatore: va ai termosifoni e costa 20 euro

16 MINUTI FA



LAURA PELLEGRINI

Auto elettriche, meglio la ricarica alle colonnine o in casa? Il trucco per risparmiare

21 MINUTI FA



FELICE DE CHIARA

Mutui agevolati under 35, il governo salva in calcio d'angolo la prima casa

28 MINUTI FA

LINK: <https://ilcentrotirreno.it/sito/immediapress/93231-uscire-dalla-depressione-e-possibile.html>

Il sito "il Centro Tirreno.it" utilizza cookie tecnici o assimilati e cookie di profilazione di terze parti in forma aggregata a scopi pubblicitari e per rendere più agevole la navigazione, garantire la fruizione dei servizi, se vuoi saperne di più leggi l'informativa estesa, se decidi di continuare la navigazione consideriamo che accetti il loro uso.

OK

Informativa estesa

MAGAZINE

NUTRIZIONE

LA FINESTRA SULLO SPIRITO

VIDEO

Q Cerca...

il Centro Tirreno.it
quotidiano online

11
MAR, OTT

- NEWS
- CRONACA
- ESTERI
- POLITICA
- CULTURA
- SPETTACOLI
- SALUTE
- ECONOMIA
- LAVORO
- SOSTENIBILITÀ
- TECNOLOGIA
- IMMEDIAPRESS**
- SPORT
- IL SENSO DELLA VITA
- CUCINA
- MULTIMEDIA
- MORE

SEI QUI: IMMEDIAPRESS

Uscire dalla depressione è possibile

RED ADNKRONOS / 06 OTTOBRE 2022

IMMEDIAPRESS



TYPOGRAPHY

MEDIUM
DEFAULT

SHARE THIS



(Adnkronos) - Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione

#OUTOFTHEBLACK

- Lo street artist Lucamaleonte trasforma il buco nero della depressione in un bouquet fiorito per rappresentare la rinascita dal male oscuro
- Uscire dal buco nero della depressione

è possibile, ma serve chiedere aiuto

- Secondo l'ISTAT, nel nostro Paese, 3.5 milioni ne soffrono ma solo il 50% riceve diagnosi corretta e 1 paziente su 3 cure adeguate
- Secondo studi recenti 1 adolescente su 4 soffre di depressione

Milano, 6 ottobre 2022. In occasione della Giornata Mondiale della Salute che si celebra il 10 di ottobre, Fondazione The Bridge lancia #OUTOFTHEBLACK, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione realizzata con il contributo non condizionato di Angelini Pharma. L'iniziativa, che ha ottenuto il patrocinio della Società Italiana di

MOST READ

LATEST NEWS



TECNOLOGIA

TECNOLOGIA, intelligenza artificiale diventa regista



CRONACA

TORINO, Olimpiadi 2026: Appendino, lettera a Coni



AMICI ALL'ESTERO

La Forza della Cultura: storia di Maria Cristina Borruto (FOTO e VIDEO)



CRONACA

COSENZA, "Cuffia" contro caduta capelli da chemio



CRONACA

CALABRIA coronavirus, 15 luglio, 1.218 positivi (+2 rispetto a ieri), i negativi 103.729



CRONACA

Coronavirus, in Italia altri 20 morti e risalgono i contagi: +230



ECONOMIA

NUOVA PARTNERSHIP TRA GRUPPO

Medicina Generale (SIMG), della Società Italiana di Psichiatria (SIP), della Sezione Regionale Lombardia della SIP (SIP-LO) e del Municipio 8 di Milano, prevede la realizzazione di un'articolata campagna sui social Facebook e Instagram e sul sito internet di Fondazione The Bridge con informazioni concrete sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari.

L'opera di street art

Non bisogna aver paura di chiedere aiuto: dalla depressione è possibile guarire. #OUTOFTHEBLACK nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora oggi circonda questa patologia. La depressione è come un buco nero in cui si precipita senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto. Tutto è iniziato in una piazza periferica di Milano (Metro Bonola) dove Lucamaleonte, noto street artist, ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, lo street artist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia. L'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione e alla tendenza a sminuire questa patologia. "Siamo lieti che il nostro territorio sia stato scelto per portare avanti un messaggio così forte e importante – dichiara Giulia Pelucchi, Presidente del Municipio 8. Il nostro impegno per la salute mentale è stato un crescendo e auspichiamo che un'iniziativa di tale impatto possa dare la giusta attenzione ad un tema oggi ancor più urgente".

I numeri

L'OMS stima che la depressione sia una delle principali cause di disabilità a livello globale, colpendo circa 280 milioni di persone, ossia il 5% della popolazione adulta 1, e in misura superiore di 2/3 volte le donne rispetto agli uomini 2. Durante l'emergenza Covid la prevalenza di ansia e depressione ha fatto registrare aumenti record, pari al 25% 3.

In Italia

In Italia la depressione è il più diffuso disturbo della salute mentale e riguarda 3,5 milioni di persone, ma, secondo un'indagine ISTAT, si stima che meno del 50% riceva una diagnosi corretta e solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate 4. In Italia

Lo stigma

"Sono troppo poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto al trattamento della depressione - afferma Rosaria Iardino, Presidente di Fondazione The Bridge - Vige ancora un forte stigma verso la malattia; i pregiudizi rispetto alle possibilità di cura, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli principali che impediscono l'accesso a percorsi terapeutici adeguati. Per questo è così importante far luce su questa malattia ed è fondamentale rafforzare la rete sul territorio tra tutti gli operatori che ogni giorno entrano in contatto con persone che soffrono di questo genere di disturbi".

Assessore Bertolé

L'endorsement alla campagna #OUTOFTHEBLACK è arrivato anche dal Comune di Milano.

"Noi - dichiara l'assessore al Welfare e Salute del Comune di Milano Lamberto Bertolé - pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell'ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica.

**TECNOCASA,
WHUIS.COM E
CERVED PER
L'ANALISI
DELL'AFFIDABILITA'
DEI CLIENTI**



CULTURA

**TEATRI SENZA
FRONTIERE DI
RITORNO DAL
GHANA (FOTO)**



CRONACA

**Inaugurata la
mostra fotografica
permanente
"Corigliano nel
cuore", presso U.O.
Chirurgia Generale
Spoke Corigliano -
VIDEO**



CALCIO

**CALCIO, addio di
Buffon alla Juve
dopo 17 anni in
maglia bianconera**

Perché questo accada è necessario però che il benessere psicologico diventi una priorità per tutti. Ben vengano quindi iniziative di sensibilizzazione come quella della Fondazione The Bridge, che prova a superare lo stigma che ancora colpisce chi vive una condizione di fragilità o di patologia mentale, normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico”.

Cos'è la depressione

È bene distinguere tra le cosiddette emozioni fisiologiche- ovvero momenti di apatia e tristezza che si intervallano a periodi di buon umore e di allegria -che fanno parte della vita di tutti i giorni e possono riguardare chiunque, da quella condizione di costante tristezza, angoscia, insoddisfazione e senso di vuoto, di pessimismo verso se stessi, gli altri e il proprio futuro5che permane indipendentemente da fattori esterni. In questi casi la sofferenza diventa insopportabile al punto da comprometterne il funzionamento sociale e lavorativo delle persone e causare isolamento e ritiro sociale 1.

Le persone depresse guardano il mondo attraverso occhiali con lenti scure: la quotidianità diventa opaca e le giornate sembrano montagne insormontabili da scalare1. Vivono la loro condizione con un senso di colpa, convinti che sia frutto del loro carattere o della loro mancanza di forza di volontà, lontani dalla realtà in quanto tale.

Come si cura

“La depressione è una malattia vera e propria che va curata, esattamente come avviene per le altre patologie - dichiara il Prof. Antonio Vita, Vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia- soprattutto perché dalla depressione si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare significativamente la qualità della vita del paziente. I sintomi possono includere una tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, auto-svalutazione, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito; in questi casi, la prima cosa da fare è quella di rivolgersi al medico, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare la persona a un corretto percorso terapeutico. Lo specialista di riferimento per la cura della depressione è lo psichiatra e solitamente il trattamento include la terapia farmacologica, elemento cardine della cura, e la psicoterapia”.

I giovani e la pandemia

Sono ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni sulla depressione, il male oscuro che sta facendo registrare dati preoccupanti tra i giovani italiani, circa 8 milioni e 200 mila ragazzi tra i 12 e i 25 anni, nei quali si assiste a un forte aumento di casi: al 10% già stimato prima della pandemia [ISTAT, 20181], vanno aggiunti i nuovi casi da Covid. Secondo studi recenti6 il problema riguarda oggi una popolazione molto ampia: un adolescente su quattro ha sintomi clinici di depressione e uno su cinque segni di un disturbo d'ansia.

“Questo fenomeno - commenta il Dr. Mauro Emilio Percudani, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano - è probabilmente associato al diffondersi di stili di vita scorretti - come abuso di alcol e stupefacenti, regimi alimentari sbilanciati - alle trasformazioni sociali delle strutture familiari e amicali e alle trasformazioni tecnologiche che hanno contribuito a far aumentare sentimenti di inadeguatezza e sofferenza psichica. Un insieme di fattori che è stato amplificato da una “sospensione” delle abitudini di vita degli ultimi anni provocata dalla pandemia”

Le cause

Le cause della depressione includono complesse interazioni fra fattori biologici, sociali e psicologici. Generalmente alla base c'è un fattore temperamentale, per cui una persona può essere predisposta a questo genere di disturbi; esperienze negative durante l'infanzia ed eventi di vita stressanti possono agire da detonatore. Sicuramente la genetica influenza il rischio, che è da 2 a 4 volte maggiore nel caso in cui si abbiano dei familiari affetti da depressione 5.

Come comportarsi con chi ne soffre

Nei casi di depressione molto importante il ruolo della famiglia, che deve spronare il familiare che presenta sintomi a rivolgersi al medico di fiducia per essere indirizzato agli specialisti competenti. Inoltre, è molto importante che la famiglia faccia sentire al proprio caro che non è solo, ma anzi che è compreso e supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. Mai sminuire o ridicolizzare le sue emozioni così come non forzarlo a uscire o a praticare attività che non si sente di fare.

"La medicina generale – ribadisce la Dottoressa Daiana Taddeo, Referente Area Nazionale Ricerca SIMG - è da sempre impegnata a cogliere gli aspetti più profondi della persona. Le alterazioni del tono dell'umore oggi rappresentano un problema che colpisce la popolazione di qualsiasi età, ma sono disponibili risposte terapeutiche e strumenti a sostegno del paziente che devono assolutamente essere implementati. È importante uscire dallo stigma e parlare delle nostre emozioni. Il medico di famiglia ascolta, riconosce e prende in carico. Le associazioni, le strutture del territorio, le famiglie, i medici di medicina generale e psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, volontari dei centri di accoglienza: tutto fa rete e ognuno può avere il proprio ruolo nel risolvere la Depressione".

#OUTOFTHEBLACK è stata l'occasione per rinnovare la collaborazione della Fondazione The Bridge con Angelini Pharma, già sperimentata in altre iniziative di carattere sociale.

"Siamo orgogliosi di affiancare la Fondazione The Bridge in questo progetto di sensibilizzazione – conclude Domenico Lucatelli, Italy Market Access Manager di Angelini Pharma- La nostra Azienda è impegnata da sempre nel campo della salute mentale, attraverso investimenti nella ricerca e in iniziative in grado di migliorare la qualità di vita dei pazienti e di combattere pregiudizi e tabù che ancora oggi purtroppo gravano su chi soffre di queste patologie".

Bibliografia:

1 _ Institute of Health Metrics and Evaluation. Global Health Data Exchange (GHDx) con accesso il 14/07/2022.

2_ Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder - American Psychiatric Association – 2013

3_Lancet: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(21\)02143-7/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(21)02143-7/fulltext)

4_ISTAT, Mental health at various stages of life, 2018

5_Bassi, Marta, et al. "The relationship between post-traumatic stress and positive mental health symptoms among health workers during COVID-19 pandemic in Lombardy, Italy." Journal of affective disorders 280 (2021): 1-6.

6_Racine, Nicole, et al. "Global prevalence of depressive and anxiety symptoms in children and adolescents during COVID-19: a meta-

analysis." JAMA pediatrics 175.11 (2021): 1142-1150.

Fondazione The Bridge

È un soggetto indipendente e senza scopo di lucro che si occupa di politiche sanitarie ed ha come obiettivo la tutela del diritto alla salute. Si pone come tramite tra istituzioni e associazioni di pazienti, società di ricerca scientifica e sociale, accademia, mondo clinico e industria per agevolarne il corretto confronto. I suoi valori fondanti e irrinunciabili sono universalismo, equità, innovazione responsabile, sostenibilità, sensibilizzazione alla diversità, inclusione e pluralismo. Contribuisce al dibattito e al confronto con istituzioni e diversi attori del sistema sociosanitario, elaborando ricerche, indagini, campagne divulgative, organizzando iniziative volte a diffondere temi di interesse sociosanitario di grande attualità, promuovendo il dibattito pubblico grazie agli attori del settore.

In pochi anni si è imposta come punto di riferimento nel dibattito, regionale e nazionale, sui principali temi e problematiche del servizio sanitario nazionale, grazie agli esperti e membri del suo comitato scientifico e l'approfondito lavoro di ricerca e analisi. Punti di forza del suo lavoro sono i dossier e le ricerche in cui raccoglie i propri lavori, preziosi strumenti per comprendere la realtà, orientare le politiche e informare i cittadini, nonché l'organizzazione di consensus conference, convegni scientifici, momenti di confronto e corsi di formazione condotti da personalità altamente qualificate.

Ufficio stampa

GAS Communication

Mara Cochetti – Rita Cicchetti

Tel 347 8524261 – 349 4246236

m.cochetti@aimcommunication.eu

r.cicchetti@aimcommunication.eu

Ho scritto e condiviso questo articolo

Author: Red Adnkronos **Website:** <http://ilcentrotirreno.it/> **Email:**

red@ilcentrotirreno.it



il Centro Tirreno.it
quotidiano online

CHI È ONLINE

Abbiamo
1604 visitatori e
nessun utente online

HELP

CONTATTI

INFORMATIVA

COPYRIGHT
PRIVACY
DISCLAIMER

SOCIAL

FACEBOOK
 TWITTER
 PINTEREST
 YOUTUBE
 INSTAGRAM
 RSS

LINK: https://www.lastampa.it/salute/2022/10/09/news/salute_mentale_giornata_oms-368952071/

ONCOWELLNESS

Pfizer

ATT

3D

ALFA ROMEO

PUBBLICITÀ E MARKETING

SUSAN C. KOMEN

PaLiNUro

WICE

SALUTE

FESTIVAL DI SALUTE 2022 COVID SPORTELLINO CUORE TUMORI PSICOLOGIA ALIMENTAZIONE LONGFORM VIDEO PODCAST SCRIVICI

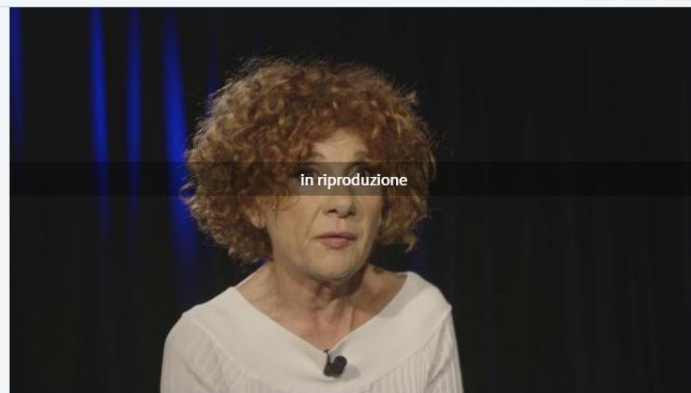
informazione pubblicitaria

HAI UNA STORIA DI TUMORE?



Giornata della salute mentale, un problema per una persona su otto. Cancelliamo lo stigma

di Giulia Masoero Regis



In Italia sono 3,5 milioni le persone con depressione ma, secondo l'Istat, meno della metà riceve una diagnosi e solo 1 paziente su 3 ottiene le cure adeguate. Il disagio può sfociare nell'autolesionismo e nel suicidio. Il 40% dei ragazzi conosce un coetaneo che si fa male da solo

09 Ottobre 2022 Aggiornato 10 Ottobre 2022 alle 11:13

5 minuti di lettura

L'Organizzazione mondiale della sanità ha definito la depressione la malattia del secolo, mentre la rivista scientifica *The Lancet*, in occasione della giornata mondiale della salute mentale 2022, come ogni anno celebra il 10 ottobre, ha dato vita a una commissione per mettere fine allo stigma e alla discriminazione dei disturbi mentali. Due fatti per capire quanto il problema della salute mentale sia reale, ma allo stesso tempo ancora poco compreso. Il pregiudizio che coinvolge queste patologie riguarda sia chi le vive, colpevolizzandosi, sia chi le osserva, considerandole malattie immaginarie.

Dati nel mondo e in Italia

Della loro concretezza parlano i numeri. Come riporta *The Lancet*, si stima che globalmente 1 persona su 8 conviva con un problema di salute mentale e che la pandemia abbia contribuito ad aumentare del 25% i casi di ansia e depressione in tutto il mondo. Restrungendo il campo all'Italia, sono 3,5 milioni le persone con depressione ma, secondo un'indagine Istat, si calcola che meno della metà sia diagnosticata e che solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate.

In occasione del World Mental Health Day 2022, Ipsos ha presentato i risultati di uno studio internazionale sulle opinioni dei cittadini riguardo la propria salute mentale. Pensando ai principali problemi di salute che le persone intervistate in 34 Paesi devono affrontare oggi, il 36% degli intervistati nomina la salute mentale, in aumento

...sono aumentate: oggi, il 30% degli italiani dedica tempo alla salute mentale, in aumento di 5 punti rispetto al 2021 (31%), superando per la prima volta il cancro (34%) e diventando il secondo problema di salute percepito a livello internazionale, subito dopo il Covid-19 (47%).

Il 55% degli italiani dichiara di pensare spesso al proprio benessere mentale, in aumento di 4 punti rispetto al 2021 e leggermente sotto la media internazionale pari al 58%. Guardando, invece, al benessere fisico si registrano percentuali più alti: il 77% degli italiani afferma di pensarci spesso, in aumento di 5 punti rispetto allo scorso anno e sopra la media internazionale pari al 70%.

Gli effetti dello stress sono i problemi di salute mentale segnalati più frequentemente a livello internazionale, con il 63% (dati Ipsos) che dichiara di essersi sentito (almeno una volta) stressato al punto da aver condizionato la propria vita quotidiana. Inoltre, il 59% afferma che lo stress ha avuto un forte impatto al punto da avere la sensazione di non essere in grado di affrontare le situazioni, di sentirsi triste o di non avere alcuna speranza (52%) oppure di non riuscire neanche a lavorare per un certo periodo di tempo (39%). Infine, un quarto (25%) dichiara di aver pensato al suicidio o all'autolesionismo una volta nell'ultimo anno.

Malattie immaginarie

"C'è ancora chi è convinto che la malattia mentale sia uno stato d'animo passeggero oppure una colpa individuale. Mentre molti genitori ne sentono la responsabilità quando colpisce i figli", commenta **Stefano Vicari**, professore ordinario di Neuropsichiatria infantile all'Università Cattolica di Roma.

"Queste equazioni allontanano dalla richiesta di aiuto, perché ci si sente colpevoli e si ha paura di essere giudicati. Invece le patologie mentali sono multifattoriali: un incrocio tra fattori biologici, genetici, ambientali. Educazione, temperamento ed esperienze giocano un ruolo, ma non sono le uniche determinanti".

Si fatica a considerare queste malattie reali anche perché, a differenza di altre patologie, manca un esame, un valore o una qualsiasi prova tangibile che le mostri. "Il fatto di non avere marker biologici per fare una diagnosi alimenta la difficoltà a comprenderle" conviene Vicari. "Ma il comportamento di una persona è il marker più potente: se la nostra vita quotidiana inizia ad essere condizionata dai nostri livelli di ansia o di tristezza e non riusciamo più a lavorare, uscire e stare bene, non possiamo e non dobbiamo ignorarlo".

La salute mentale nei giovani

La presenza dei disturbi mentali è pervasiva anche - e soprattutto - tra i giovani. I dati riportati su *The Lancet* parlano, a livello globale, di 1 ragazzo su 7 tra i 10 e i 19 anni. "Nel mondo ne soffre il 10% dei bimbi in età pediatrica e il 20% degli adolescenti. Le patologie mentali più diffuse in queste fasce di età sono ansia, depressione, altri disturbi dell'umore e disturbi ossessivo-compulsivi. La loro incidenza è persino maggiore della malattie infettive o dei tumori, eppure queste ultime colpiscono molto di più l'immaginario collettivo quando si parla di bambini" continua Vicari, anche responsabile di Neuropsichiatria dell'infanzia e dell'adolescenza all'Irccs Ospedale Pediatrico Bambino Gesù.

Autolesionismo, suicidio, depressione, come intervenire se chi sta male è in famiglia

DI PAOLA EMILIA CICERONE
24 Aprile 2022



I casi di autolesionismo

Sempre nel nostro Paese, un'indagine realizzata dal Laboratorio Adolescenza insieme a Lundbeck Italia su oltre 5mila adolescenti, ha rilevato che quasi il 40% conosce un coetaneo che pratica autolesionismo. "Dietro l'83% circa dei casi di autolesionismo o suicidio si nasconde la depressione. Da dati americani emerge che il suicidio è la seconda causa di morte tra i 10 e i 25 anni, dopo gli incidenti stradali. In Italia per fortuna negli ultimi anni i tentativi di suicidio sono leggermente diminuiti mentre

fortuna negli ultimi anni i tentativi di suicidio sono leggermente diminuiti, mentre sono aumentati i casi di autolesionismo e di ideazione suicidaria".
Ideazione suicidaria significa che un ragazzo va a vedere il luogo in cui vorrebbe compiere l'atto, come un ponte, oppure inizia a comprare e ad accumulare farmaci che gli serviranno per togliersi la vita.

Elaborazione del lutto, un film racconta una storia di coraggio dopo la morte di un genitore

DI CLAUDIA CARUCCI
08 Aprile 2022



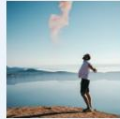
Difficile accesso alle cure

Nonostante la diffusione, sono ancora poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto. Il perché si può provare a spiegare in tre modi. Primo: c'è difficoltà ad accedere alle cure specialistiche. Anche se è stato di recente introdotto il bonus psicologo (che comunque non riesce a coprire un lungo percorso terapeutico), la psicoterapia non è offerta dal Sistema sanitario nazionale e anche le assicurazioni private rimborsano solo qualche seduta.

Secondo: si fatica a riconoscere il problema e a decidere di parlarne con qualcuno, come il medico di base, che in questo campo dovrebbe essere cardinale nel riconoscere i segnali di un disturbo mentale e traghettare verso lo specialista.

La salute psichica influenza quella fisica. E' un capitale che non dobbiamo dimenticare

DI DAVID LAZZARI
13 Aprile 2022



Lo stigma verso lo psichiatra

E terzo: permane uno stigma anche nei confronti dello psichiatra. "Viene visto come il medico delle condizioni più gravi, ma proprio come si va da un cardiologo per un controllo, pure dallo psichiatra si può andare semplicemente per una valutazione" ha commentato **Antonio Vita**, vicepresidente della Società Italiana di psichiatria, alla conferenza stampa che ha dato il via alla campagna di sensibilizzazione sulla depressione #Outoftheblack, realizzata da Fondazione The Bridge con il contributo non condizionato di Angelini Pharma.

"Non bisogna temere di chiedere aiuto, perché le malattie mentali si possono curare, come tutte le altre patologie. Nella depressione, ad esempio, il trattamento in genere include la terapia farmacologica e la psicoterapia".

Dalla Ragione: "Boom di casi di anoressia e bulimia ma i centri per la terapia sono diminuiti"

DI VALERIA PINI
04 Ottobre 2022

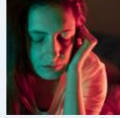


Farmaci di nuova generazione

"Oggi abbiamo a disposizione una vasta gamma di medicinali, molto efficaci, che permettono di personalizzare la cura in base all'età, all'intensità del disturbo e alla presenza di altre patologie, come accade spesso negli anziani" continua lo psichiatra. "La terapia farmacologica è sempre iniziata con gradualità e si conclude in modo progressivo, per evitare effetti da sospensione che possono scoraggiare il paziente". Il supporto psicologico e sociale in abbinamento alla terapia con farmaci è fondamentale per permettere alle persone di tornare a vivere e a lavorare. In questo campo è prezioso anche il contributo di realtà di assistenza territoriali e nazionali, come la Fondazione Progetto Itaca, che promuove programmi di informazione, supporto e riabilitazione alle persone con disturbi mentali e alle loro famiglie in tutta Italia, con l'obiettivo di creare una società più accogliente.

Depressione? In futuro si potrebbe curare con la luce

DI ALESSANDRA VOLPE
15 Settembre 2022



Meno effetti collaterali dei farmaci

"I farmaci per la cura dei disturbi mentali sono ancora oggi vittima di un pregiudizio che si portano dietro dal passato, quando causavano pesanti effetti collaterali e lasciavano il segno su cui li utilizzava", sottolinea **Ughetta Radice Fossati**, segretario generale della Fondazione. "Il progresso della farmacologia nella salute mentale, invece, è praticamente identico a quello che abbiamo ottenuto in oncologia, ma mentre oggi più o meno tutti sanno che alcuni tumori si possono curare, persiste l'idea che una persona con malattia mentale non potrà più integrarsi a pieno titolo nella società".

Un Podcast racconta l'autolesionismo: storie di ragazze interrotte, dalle ferite alla rinascita

DI VALERIA PINI E ANNA SILVIA ZIPPEL
28 Febbraio 2021



Campagne e visite gratuite

Proprio sul fronte della prevenzione e della maggiore informazione agiscono in occasione della giornata mondiale del 10 ottobre alcune iniziative. Come la già citata #Outoftheblack, la campagna di sensibilizzazione attiva sui social e sul sito di Fondazione The Bridge, con informazioni concrete sulla depressione e consigli su come affrontarla, e l'(H)-Open Day Salute Mentale di Fondazione Onda, l'Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere.

L'iniziativa, con l'obiettivo di sensibilizzare sulla diagnosi precoce e favorire l'accesso alle cure, lunedì 10 ottobre offre visite psichiatriche, colloqui psicologici, sportelli di ascolto, somministrazione di test e altri servizi in 140 ospedali italiani (tutte le informazioni sul sito www.bollinirosa.it).

Il ritorno di Cinzia Leone e della Signorina Vaccaroni: "Gli sportelli degli psicologi sono aperti dalle 8 alle 8"



Argomenti

depressione salute mentale

© Riproduzione riservata

LINK: https://www.ilsecoloxix.it/salute/2022/10/09/news/salute_mentale_giornata_oms-368952071/

SALUTE

FESTIVAL DI SALUTE 2022 COVID SPORTELLO CUORE TUMORI PSICOLOGIA ALIMENTAZIONE LONGFORM VIDEO PODCAST SCRIVICI

informazione pubblicitaria

ONCOWELLNESS

Un progetto di Pfizer

Associazioni partner

AIC ASSOCIAZIONE ITALIANA CANCRO

Incontra donna ONCOLOGIA, ACCOMPAGNAMENTO E CURA

Susan G. Komen PER LA LOTTA AL FEMMINILE PER IL SENO

PaLiNUro ASSOCIAZIONE PER LA LOTTA AL CANCRO DELLA VESICOLA BILIARE E DEL FEGATO

WALCE ASSOCIAZIONE ITALIANA PER LA LOTTA AL CANCRO DELLA VESICOLA BILIARE E DEL FEGATO



Giornata della salute mentale, un problema per una persona su otto. Cancelliamo lo stigma

DI GIULIA MASOERO REGIS



In Italia sono 3,5 milioni le persone con depressione ma, secondo l'Istat, meno della metà riceve una diagnosi e solo 1 paziente su 3 ottiene le cure adeguate. Il disagio può sfociare nell'autolesionismo e nel suicidio. Il 40% dei ragazzi conosce un coetaneo che si fa male da solo

09 OTTOBRE 2022 AGGIORNATO 10 OTTOBRE 2022 ALLE 11:13

L'Organizzazione mondiale della sanità ha definito la depressione la malattia del secolo, mentre la rivista scientifica *The Lancet*, in occasione della giornata mondiale della salute mentale 2022, come ogni anno celebrata il 10 ottobre, ha dato vita a una commissione per mettere fine allo stigma e alla discriminazione dei disturbi mentali. Due fatti per capire quanto il problema della salute mentale sia reale, ma allo stesso tempo ancora poco compreso. Il pregiudizio che coinvolge queste patologie riguarda sia chi le vive, colpevolizzandosi, sia chi le osserva, considerandole malattie immaginarie.

Dati nel mondo e in Italia

Della loro concretezza parlano i numeri. Come riporta *The Lancet*, si stima che globalmente 1 persona su 8 conviva con un problema di salute mentale e che la pandemia abbia contribuito ad aumentare del 25% i casi di ansia e depressione in tutto il mondo. Restringendo il campo all'Italia, sono 3,5 milioni le persone con depressione ma, secondo un'indagine Istat, si calcola che meno della metà sia diagnosticata e che solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate.

In occasione del World Mental Health Day 2022, Ipsos ha presentato i risultati di uno studio internazionale sulle opinioni dei cittadini riguardo la propria salute mentale. Pensando ai principali problemi di salute che le persone intervistate in 34 Paesi devono affrontare oggi, il 36% degli intervistati nomina la salute mentale, in aumento di 5 punti rispetto al 2021 (31%), superando per la prima volta il cancro (34%) e diventando il secondo problema di salute percepito a livello internazionale, subito dopo il Covid-19 (47%).

Il 55% degli italiani dichiara di pensare spesso al proprio benessere mentale, in aumento di 4 punti rispetto al 2021 e leggermente sotto la media internazionale pari al 58%. Guardando,

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

pariti rispetto al 2021 e leggermente sotto la media internazionale pari al 30%. Se guardiamo, invece, al benessere fisico si registrano percentuali più alti: il 77% degli italiani afferma di pensarci spesso, in aumento di 5 punti rispetto allo scorso anno e sopra la media internazionale pari al 70%.

Gli effetti dello stress sono i problemi di salute mentale segnalati più frequentemente a livello internazionale, con il 63% (dati Ipsos) che dichiara di essersi sentito (almeno una volta) stressato al punto da aver condizionato la propria vita quotidiana. Inoltre, il 59% afferma che lo stress ha avuto un forte impatto al punto da avere la sensazione di non essere in grado di affrontare le situazioni, di sentirsi triste o di non avere alcuna speranza (52%) oppure di non riuscire neanche a lavorare per un certo periodo di tempo (39%). Infine, un quarto (25%) dichiara di aver pensato al suicidio o all'autolesionismo una volta nell'ultimo anno.

Malattie immaginarie

"C'è ancora chi è convinto che la malattia mentale sia uno stato d'animo passeggero oppure una colpa individuale. Mentre molti genitori ne sentono la responsabilità quando colpisce i figli", commenta **Stefano Vicari**, professore ordinario di Neuropsichiatria infantile all'Università Cattolica di Roma.

"Queste equazioni allontanano dalla richiesta di aiuto, perché ci si sente colpevoli e si ha paura di essere giudicati. Invece le patologie mentali sono multifattoriali: un incrocio tra fattori biologici, genetici, ambientali. Educazione, temperamento ed esperienze giocano un ruolo, ma non sono le uniche determinanti".

Si fatica a considerare queste malattie reali anche perché, a differenza di altre patologie, manca un esame, un valore o una qualsiasi prova tangibile che le mostri. "Il fatto di non avere marker biologici per fare una diagnosi alimenta la difficoltà a comprenderle" conviene Vicari. "Ma il comportamento di una persona è il marker più potente: se la nostra vita quotidiana inizia ad essere condizionata dai nostri livelli di ansia o di tristezza e non riusciamo più a lavorare, uscire e stare bene, non possiamo e non dobbiamo ignorarlo".

La salute mentale nei giovani

La presenza dei disturbi mentali è pervasiva anche - e soprattutto - tra i giovani. I dati riportati su *The Lancet* parlano, a livello globale, di 1 ragazzo su 7 tra i 10 e i 19 anni. "Nel mondo ne soffre il 10% dei bimbi in età pediatrica e il 20% degli adolescenti. Le patologie mentali più diffuse in queste fasce di età sono ansia, depressione, altri disturbi dell'umore e disturbi ossessivo-compulsivi. La loro incidenza è persino maggiore della malattie infettive o dei tumori, eppure queste ultime colpiscono molto di più l'immaginario collettivo quando si parla di bambini" continua Vicari, anche responsabile di Neuropsichiatria dell'infanzia e dell'adolescenza all'Irccs Ospedale Pediatrico Bambino Gesù.

Autolesionismo, suicidio, depressione, come intervenire se chi sta male è in famiglia



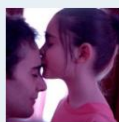
I casi di autolesionismo

Sempre nel nostro Paese, un'indagine realizzata dal Laboratorio Adolescenza insieme a Lundbeck Italia su oltre 5mila adolescenti, ha rilevato che quasi il 40% conosce un coetaneo che pratica autolesionismo. "Dietro l'83% circa dei casi di autolesionismo o suicidio si nasconde la depressione. Da dati americani emerge che il suicidio è la seconda causa di morte tra i 10 e i 25 anni, dopo gli incidenti stradali. In Italia per fortuna negli ultimi anni i tentativi di suicidio sono leggermente diminuiti, mentre sono aumentati i casi di autolesionismo e di ideazione suicidaria".

Ideazione suicidaria significa che un ragazzo va a vedere il luogo in cui vorrebbe compiere l'atto, come un ponte, oppure inizia a comprare e ad accumulare farmaci che gli serviranno per

l'atto, come un ponte, oppure inizia a comprare e ad accumulare farmaci che gli serviranno per togliersi la vita.

Elaborazione del lutto, un film racconta una storia di coraggio dopo la morte di un genitore



Difficile accesso alle cure

Nonostante la diffusione, sono ancora poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto. Il perché si può provare a spiegare in tre modi. Primo: c'è difficoltà ad accedere alle cure specialistiche. Anche se è stato di recente introdotto il bonus psicologo (che comunque non riesce a coprire un lungo percorso terapeutico), la psicoterapia non è offerta dal Sistema sanitario nazionale e anche le assicurazioni private rimborsano solo qualche seduta.

Secondo: si fatica a riconoscere il problema e a decidere di parlarne con qualcuno, come il medico di base, che in questo campo dovrebbe essere cardinale nel riconoscere i segnali di un disturbo mentale e traghettare verso lo specialista.

La salute psichica influenza quella fisica. E' un capitale che non dobbiamo dimenticare



Lo stigma verso lo psichiatra

E terzo: permane uno stigma anche nei confronti dello psichiatra. "Viene visto come il medico delle condizioni più gravi, ma proprio come si va da un cardiologo per un controllo, pure dallo psichiatra si può andare semplicemente per una valutazione" ha commentato **Antonio Vita**, vicepresidente della Società Italiana di psichiatria, alla conferenza stampa che ha dato il via alla campagna di sensibilizzazione sulla depressione #Outoftheblack, realizzata da Fondazione The Bridge con il contributo non condizionato di Angelini Pharma.

"Non bisogna temere di chiedere aiuto, perché le malattie mentali si possono curare, come tutte le altre patologie. Nella depressione, ad esempio, il trattamento in genere include la terapia farmacologica e la psicoterapia".

Dalla Ragione: "Boom di casi di anoressia e bulimia ma i centri per la terapia sono diminuiti"



Farmaci di nuova generazione

"Oggi abbiamo a disposizione una vasta gamma di medicinali, molto efficaci, che permettono di personalizzare la cura in base all'età, all'intensità del disturbo e alla presenza di altre patologie, come accade spesso negli anziani" continua lo psichiatra.

"La terapia farmacologica è sempre iniziata con gradualità e si conclude in modo progressivo, per evitare effetti da sospensione che possono scoraggiare il paziente". Il supporto psicologico e sociale in abbinamento alla terapia con farmaci è fondamentale per permettere alle persone di tornare a vivere e a lavorare. In questo campo è prezioso anche il contributo di realtà di assistenza territoriali e nazionali, come la Fondazione Progetto Itaca, che promuove programmi di informazione, supporto e riabilitazione alle persone con disturbi mentali e alle loro famiglie in tutta Italia, con l'obiettivo di creare una società più accogliente.

Depressione? In futuro si potrebbe curare con la luce





Meno effetti collaterali dei farmaci

"I farmaci per la cura dei disturbi mentali sono ancora oggi vittima di un pregiudizio che si portano dietro dal passato, quando causavano pesanti effetti collaterali e lasciavano il segno su cui li utilizzava", sottolinea **Ughetta Radice Fossati**, segretario generale della Fondazione.

"Il progresso della farmacologia nella salute mentale, invece, è praticamente identico a quello che abbiamo ottenuto in oncologia, ma mentre oggi più o meno tutti sanno che alcuni tumori si possono curare, persiste l'idea che una persona con malattia mentale non potrà più integrarsi a pieno titolo nella società".

Un Podcast racconta l'autolesionismo: storie di ragazze interrotte, dalle ferite alla rinascita



Campagne e visite gratuite

Proprio sul fronte della prevenzione e della maggiore informazione agiscono in occasione della giornata mondiale del 10 ottobre alcune iniziative. Come la già citata #Outoftheblack, la campagna di sensibilizzazione attiva sui social e sul sito di Fondazione The Bridge, con informazioni concrete sulla depressione e consigli su come affrontarla, e l'(H)-Open Day Salute Mentale di Fondazione Onda, l'Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere.

L'iniziativa, con l'obiettivo di sensibilizzare sulla diagnosi precoce e favorire l'accesso alle cure, lunedì 10 ottobre offre visite psichiatriche, colloqui psicologici, sportelli di ascolto, somministrazione di test e altri servizi in 140 ospedali italiani (tutte le informazioni sul sito www.bollinirosa.it).

Il ritorno di Cinzia Leone e della Signorina Vaccaroni: "Gli sportelli degli psicologi sono aperti dalle 8 alle 8"



Argomenti

Depressione Salute Mentale

LINK: https://www.salute.eu/2022/10/09/news/salute_mentale_giornata_oms-368952071/

🏠 Naviga

🔍 Cerca



Salute

Stare bene secondo la scienza

FESTIVAL DI SALUTE 2022 COVID SPORTELLI CUORE TUMORI PSICOLOGIA ALIMENTAZIONE LONGFORM VIDEO PODCAST SCRIVICI

Giornata della salute mentale, un problema per una persona su otto. Cancelliamo lo stigma

DI GIULIA MASOERO REGIS



In Italia sono 3,5 milioni le persone con dep
paziente su 3 ottiene le cure adeguate. Il dis
conosce un coetaneo che si fa male da solo

09 OTTOBRE 2022 AGGIORNATO 10 OTTOBRE 2022 ALLE 11:13 5 MINUTI DI LETTURA

L'Organizzazione mondiale della sanità ha definito la depressione la malattia del secolo, mentre la rivista scientifica *The Lancet*, in occasione della giornata mondiale della salute mentale 2022, come ogni anno celebrata il 10 ottobre, ha dato vita a una commissione per mettere fine allo stigma e alla discriminazione dei disturbi mentali. Due fatti per capire quanto il problema della salute mentale sia reale, ma allo stesso tempo ancora poco compreso. Il pregiudizio che coinvolge queste patologie riguarda sia chi le vive, colpevolizzandosi, sia chi le osserva, considerandole malattie immaginarie.

Dati nel mondo e in Italia

Della loro concretezza parlano i numeri. Come riporta *The Lancet*, si stima che globalmente 1 persona su 8 conviva con un problema di salute mentale e che la pandemia abbia contribuito ad aumentare del 25% i casi di ansia e depressione in tutto il mondo. Restringendo il campo all'Italia, sono 3,5 milioni le persone con depressione ma, secondo un'indagine Istat, si calcola che meno della metà sia diagnosticata e che solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate.

In occasione del World Mental Health Day 2022, Ipsos ha presentato i risultati di uno studio internazionale sulle opinioni dei cittadini riguardo la propria salute mentale. Pensando ai principali problemi di salute che le persone intervistate in 34 Paesi devono affrontare oggi, il 36% degli intervistati nomina la salute mentale, in aumento di 5 punti rispetto al 2021 (31%), superando per la prima volta il cancro (34%) e diventando il secondo problema di salute percepito a livello internazionale, subito dopo il Covid-19 (47%).

Il 55% degli italiani dichiara di pensare spesso al proprio benessere mentale, in aumento di 4 punti rispetto al 2021 e leggermente sotto la media internazionale pari al 58%. Guardando, invece, al benessere fisico si registrano percentuali più alti: il 77% degli italiani afferma di pensarci spesso, in aumento di 5 punti rispetto allo scorso anno e sopra la media internazionale pari al 70%.

Gli effetti dello stress sono i problemi di salute mentale segnalati più frequentemente a livello internazionale, con il 63% (dati Ipsos) che dichiara di essersi sentito (almeno una volta) stressato al punto da aver condizionato la propria vita quotidiana. Inoltre, il 59% afferma che lo stress ha avuto un forte impatto al punto da avere la sensazione di non essere in grado di affrontare le situazioni, di sentirsi triste o di non avere alcuna speranza (52%) oppure di non riuscire neanche a lavorare per un certo periodo di tempo (39%). Infine, un quarto (25%) dichiara di aver pensato al suicidio o all'autolesionismo una volta nell'ultimo anno.

Malattie immaginarie

"C'è ancora chi è convinto che la malattia mentale sia uno stato d'animo passeggero oppure una colpa individuale. Mentre molti genitori ne sentono la responsabilità quando colpisce i figli", commenta **Stefano Vicari**, professore ordinario di Neuropsichiatria infantile all'Università Cattolica di Roma.

"Queste equazioni allontanano dalla richiesta di aiuto, perché ci si sente colpevoli e si ha paura di essere giudicati. Invece le patologie mentali sono multifattoriali: un incrocio tra fattori biologici, genetici, ambientali. Educazione, temperamento ed esperienze giocano un ruolo, ma non sono le uniche determinanti".

Si fatica a considerare queste malattie reali anche perché, a differenza di altre patologie, manca un esame, un valore o una qualsiasi prova tangibile che le mostri. "Il fatto di non avere marker biologici per fare una diagnosi alimenta la difficoltà a comprenderle" conviene Vicari. "Ma il comportamento di una persona è il marker più potente: se la nostra vita quotidiana inizia ad essere condizionata dai nostri livelli di ansia o di tristezza e non riusciamo più a lavorare, uscire e stare bene, non possiamo e non dobbiamo ignorarlo".

La salute mentale nei giovani

La presenza dei disturbi mentali è pervasiva anche - e soprattutto - tra i giovani. I dati riportati su *The Lancet* parlano, a livello globale, di 1 ragazzo su 7 tra i 10 e i 19 anni. "Nel mondo ne soffre il 10% dei bimbi in età pediatrica e il 20% degli adolescenti. Le patologie mentali più diffuse in queste fasce di età sono ansia, depressione, altri disturbi dell'umore e disturbi ossessivo-compulsivi. La loro incidenza è persino maggiore della malattie infettive o dei tumori, eppure queste ultime colpiscono molto di più l'immaginario collettivo quando si parla di bambini" continua Vicari, anche responsabile di Neuropsichiatria dell'infanzia e dell'adolescenza all'Ircs Ospedale Pediatrico Bambino Gesù.

**Autolesionismo,
suicidio,
depressione,
come
intervenire
se
chi
sta
male
è
in
famiglia**
di Paola
Emilia



LEGGI ANCHE



La depressione di Shanti che a 23 anni ha chiesto (e ottenuto) l'eutanasia: perché era evitabile



La lettera degli esperti al governo che verrà: "Serve un'agenzia per la Salute mentale"



Il caso di Molly e l'effetto dei social sulla salute mentale dei ragazzi

Repubblicazione riservata

RACCOMANDATI PER TE



Armi all'Ucraina, Mosca mina l'Occidente: ma nella Storia le rosse" sono state spesso calpe



Nuovo governo, Berlusconi og Roma. Braccio di ferro per il S E spunta l'ipotesi Scaroni all'E



Sanzioni, il superyacht di Mordashov attracca a Hong K fa litigare Usa e Cina

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

Cletrone
24
Aprile
2022

I casi di autolesionismo

Sempre nel nostro Paese, un'indagine realizzata dal Laboratorio Adolescenza insieme a Lundbeck Italia su oltre 5mila adolescenti, ha rilevato che quasi il 40% conosce un coetaneo che pratica autolesionismo. "Dietro l'83% circa dei casi di autolesionismo o suicidio si nasconde la depressione. Da dati americani emerge che il suicidio è la seconda causa di morte tra i 10 e i 25 anni, dopo gli incidenti stradali. In Italia per fortuna negli ultimi anni i tentativi di suicidio sono leggermente diminuiti, mentre sono aumentati i casi di autolesionismo e di ideazione suicidaria". Ideazione suicidaria significa che un ragazzo va a vedere il luogo in cui vorrebbe compiere l'atto, come un ponte, oppure inizia a comprare e ad accumulare farmaci che gli serviranno per togliersi la vita.

Elaborazione del lutto, un film racconta una storia di coraggio dopo la morte di un genitore

di Claudia
Carnacci
08
Aprile
2022



Difficile accesso alle cure

Nonostante la diffusione, sono ancora poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto. Il perché si può provare a spiegare in tre modi. Primo: c'è difficoltà ad accedere alle cure specialistiche. Anche se è stato di recente introdotto il bonus psicologo (che comunque non riesce a coprire un lungo percorso terapeutico), la psicoterapia non è offerta dal Sistema sanitario nazionale e anche le assicurazioni private rimborsano solo qualche seduta. Secondo: si fatica a riconoscere il problema e a decidere di parlarne con qualcuno, come il medico di base, che in questo campo dovrebbe essere cardinale nel riconoscere i segnali di un disturbo mentale e traghettare verso lo specialista.

La salute psichica influenza quella fisica. E' un capitale che non dobbiamo dimenticare

di David
Lazzari
11
Aprile
2022



Lo stigma verso lo psichiatra

E terzo: permane uno stigma anche nei confronti dello psichiatra. "Viene visto come il medico delle condizioni più gravi, ma proprio come si va da un cardiologo per un controllo, pure dallo psichiatra si può andare semplicemente per una valutazione" ha commentato **Antonio Vita** vicepresidente della Società Italiana di psichiatria, alla conferenza stampa che ha dato il via alla campagna di sensibilizzazione sulla depressione #Outoftheblack, realizzata da Fondazione The Bridge con il contributo non condizionato di Angelini Pharma.

"Non bisogna temere di chiedere aiuto, perché le malattie mentali si possono curare, come tutte le altre patologie. Nella depressione, ad esempio, il trattamento in genere include la terapia farmacologica e la psicoterapia".

Dalla Ragione: "Boom di casi di anoressia e bulimia ma i centri per la terapia sono diminuiti"

di Valeria
Pini
04
Ottobre
2022



Farmaci di nuova generazione

"Oggi abbiamo a disposizione una vasta gamma di medicinali, molto efficaci, che permettono di personalizzare la cura in base all'età, all'intensità del disturbo e alla presenza di altre patologie, come accade spesso negli anziani" continua lo psichiatra.

"La terapia farmacologica è sempre iniziata con gradualità e si conclude in modo progressivo, per evitare effetti da sospensione che possono scoraggiare il paziente". Il supporto psicologico e sociale in abbinamento alla terapia con farmaci è fondamentale per permettere alle persone di tornare a vivere e a lavorare. In questo campo è prezioso anche il contributo di realtà di assistenza territoriali e nazionali, come la Fondazione Progetto Itaca, che promuove programmi di informazione, supporto e riabilitazione alle persone con disturbi mentali e alle loro famiglie in tutta Italia, con l'obiettivo di creare una società più accogliente.

Depressione? In futuro



si potrebbe curare con la luce

di Alessandra Volpe
13 Settembre 2022



Meno effetti collaterali dei farmaci

"I farmaci per la cura dei disturbi mentali sono ancora oggi vittima di un pregiudizio che si portano dietro dal passato, quando causavano pesanti effetti collaterali e lasciavano il segno su cui il utilizzava", sottolinea **Ughetta Radice Fossati**, segretario generale della Fondazione. "Il progresso della farmacologia nella salute mentale, invece, è praticamente identico a quello che abbiamo ottenuto in oncologia, ma mentre oggi più o meno tutti sanno che alcuni tumori si possono curare, persiste l'idea che una persona con malattia mentale non potrà più integrarsi a pieno titolo nella società".

Un Podcast racconta l'autolesionismo: storie di ragazze interrotte, dalle ferite alla rinascita

di Valeria Fini e Anna Silvia Zappalà
28 Febbraio 2021



Campagne e visite gratuite

Proprio sul fronte della prevenzione e della maggiore informazione agiscono in occasione della giornata mondiale del 10 ottobre alcune iniziative. Come la già citata #Outoftheblack, la campagna di sensibilizzazione attiva sui social e sul sito di Fondazione The Bridge, con informazioni concrete sulla depressione e consigli su come affrontarla, e l'(H)-Open Day Salute Mentale di Fondazione Onda, l'Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere. L'iniziativa, con l'obiettivo di sensibilizzare sulla diagnosi precoce e favorire l'accesso alle cure, lunedì 10 ottobre offre visite psichiatriche, colloqui psicologici, sportelli di ascolto, somministrazione di test e altri servizi in 140 ospedali italiani (tutte le informazioni sul sito www.bollinirosa.it).

Il ritorno di Cinzia Leone e della Signorina Vaccaroni: "Gli sportelli degli psicologi sono aperti dalle 8 alle 8"



Argomenti

[depressione](#)

[salute mentale](#)

Salute

Partita Iva 00906801006 | Copyright © 2019 GEDI Gruppo Editoriale S.p.A.

[Contatti](#) [Note legali](#) [Cookie Policy](#) [Privacy](#)

LINK: <http://www.padovanews.it/2022/10/07/uscire-dalla-depressione-e-possibile/>

ABOUT CONTATTI LEGALS COOKIES PRIVACY DATI PERSONALI
SCRIVICI



PADOVANEWS
IL PRIMO QUOTIDIANO ONLINE DI PADOVA



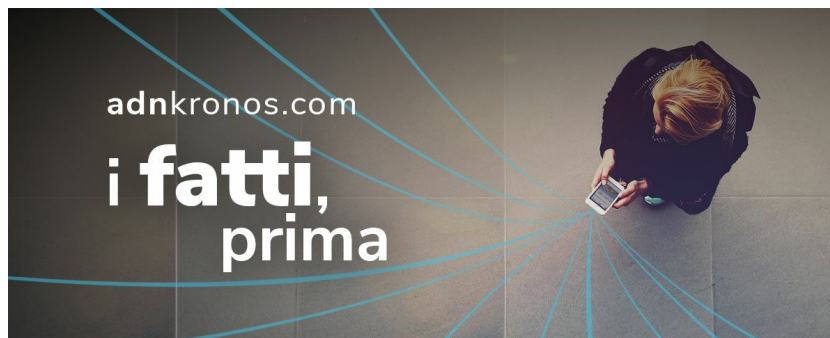
NEWS LOCALI NEWS VENETO NEWS NAZIONALI SPECIALI VIDEO RUBRICHE

ULTIMORA 7 OTTOBRE 2022 | COVID ITALIA, REPORT ISS- SALGONO RT, INCIDENZA E RICOVERI

HOME SPECIALI IMMEDIAPRESS

Uscire dalla depressione è possibile

POSTED BY: REDAZIONE WEB 7 OTTOBRE 2022



Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione

#OUTOFTHEBLACK

- Lo **street artist Lucamaleonte** trasforma il buco nero della depressione in un bouquet fiorito per rappresentare la rinascita dal male oscuro
- **Uscire dal buco nero della depressione è possibile**, ma serve chiedere aiuto
- Secondo l'ISTAT, nel nostro Paese, 3.5 milioni ne soffrono ma solo il 50% riceve diagnosi corretta e 1 paziente su 3 cure adeguate
- Secondo studi recenti 1 adolescente su 4 soffre di depressione

Milano, 6 ottobre 2022. In occasione della **Giornata Mondiale della Salute** che si celebra il **10 di ottobre**, **Fondazione The Bridge** lancia **#OUTOFTHEBLACK**, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione realizzata con il **contributo non condizionato di Angelini Pharma**. L'iniziativa, che ha ottenuto il **patrocinio** della Società Italiana di Medicina Generale (**SIMG**), della Società Italiana di Psichiatria (**SIP**), della Sezione Regionale Lombardia della SIP (**SIP-LO**) e del **Municipio 8 di Milano**, **prevede** la realizzazione di un'**articolata campagna** sui **social Facebook e Instagram** e sul **sito internet** di Fondazione The Bridge con informazioni concrete sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari.

SCUOLA BIODANZA® TRIVENETO IBF
Formazione Personale ed Educazione Sociale

FORMAZIONE PROFESSIONALE E PERSONALE
Gruppi di Pedagogia Sociale in ambito privato, didattico e di comunità.
DIPLOMA DI OPERATORE OLISTICO
www.scuolabiodanzatriveneto.it
accreditata da A.I.P.O.

Padovanews Quotidiano
6509 follower

Segui la Pagina Condividi

7 OTTOBRE 2022
FATTORIE DIDATTICHE DEL VENETO APERTE. DOMENICA 9 OTTOBRE TORNA LA GIORNATA REGIONALE DEDICATA.

7 OTTOBRE 2022
FOCUS: IL RUOLO DEGLI AMMINISTRATORI DENTRO L'ATTUALE SCENARIO MACROECONOMICO

7 OTTOBRE 2022
TROPPE FAKE NEWS DA SFATARE: ECCO PERCHÉ LA CARNE È SOSTENIBILE PER L'UOMO E L'AMBIENTE

7 OTTOBRE 2022
LA FRANCIA SI INCHINA AI BOVINI ITALIANI, SONO I PIÙ GRANDI AL MONDO

L'opera di street art

Non bisogna aver paura di chiedere aiuto: dalla depressione è possibile guarire. #OUTOFTHEBLACK nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora oggi circonda questa patologia. La depressione è come **un buco nero in cui si precipita** senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto. Tutto è iniziato in **una piazza periferica di Milano** (Metro Bonola) dove **Lucamaleonte, noto street artist**, ha riprodotto il **buco nero della depressione**. Dopo una settimana, sempre di notte, lo **street artist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte** ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia. **L'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione e alla tendenza a sminuire questa patologia**. "Siamo lieti che il nostro territorio sia stato scelto per portare avanti un messaggio così forte e importante – dichiara **Giulia Pelucchi, Presidente del Municipio 8**. Il nostro impegno per la salute mentale è stato un crescendo e auspichiamo che un'iniziativa di tale impatto possa dare la giusta attenzione ad un tema oggi ancor più urgente".

I numeri

L'OMS stima che la depressione sia una delle principali cause di disabilità a livello globale, colpendo **circa 280 milioni di persone**, ossia il **5% della popolazione adulta** 1, e in misura superiore di 2/3 volte le donne rispetto agli uomini 2. Durante l'**emergenza Covid** la prevalenza di **ansia e depressione** ha fatto registrare **aumenti record, pari al 25%** 3.

In Italia

In Italia la depressione è il **più diffuso disturbo della salute mentale** e riguarda **3,5 milioni di persone**, ma, secondo un'indagine ISTAT, si stima che meno del **50% riceva una diagnosi corretta** e solo **1 paziente su 3** ottenga cure adeguate 4. In Italia

Lo stigma

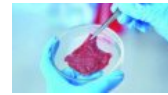
"Sono troppo poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto al trattamento della depressione – afferma **Rosaria Iardino, Presidente di Fondazione The Bridge** – Vigge ancora un forte stigma verso la malattia; i pregiudizi rispetto alle possibilità di cura, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli principali che impediscono l'accesso a percorsi terapeutici adeguati. Per questo è così importante far luce su questa malattia ed è fondamentale rafforzare la rete sul territorio tra tutti gli operatori che ogni giorno entrano in contatto con persone che soffrono di questo genere di disturbi".

Assessore Bertolé

L'endorsement alla campagna #OUTOFTHEBLACK è arrivato anche dal Comune di Milano.

"Noi – dichiara l'**assessore al Welfare e Salute del Comune di Milano Lamberto Bertolé** – pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell'ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica. Perché questo accada è necessario però che il benessere psicologico diventi una priorità per tutti. Ben vengano quindi iniziative di sensibilizzazione come quella della Fondazione The Bridge, che prova a superare lo stigma che ancora colpisce chi vive una condizione di fragilità o di patologia mentale, normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico".

Cos'è la depressione



7 OTTOBRE 2022

FRONTE UNITO CONTRO IL CIBO SINTETICO, IL PROSSIMO GOVERNO PUNTA SULL'AGROALIMENTARE



7 OTTOBRE 2022

IN 800MILA AL VILLAGGIO COLDIRETTI PER SOSTENERE L'AGRICOLTURA ITALIANA CONTRO L'AUMENTO RECORD DEI COSTI: 18 CORRIERE DA TREVISO



7 OTTOBRE 2022

GOVERNO: DAL PNRR AI CINGHIALI LE 5 PRIORITÀ SALVA CAMPAGNE



Crea la tua rendita passiva



7 OTTOBRE 2022

Pioggia a Suzuka, nelle libere brillano le Mercedes



7 OTTOBRE 2022

Rissa alla movida di Milano, due trapper tra gli 11 indagati



7 OTTOBRE 2022

Covid, in salita tutti gli indici e 7 regioni a rischio alto



7 OTTOBRE 2022

Nobel per la letteratura alla francese Annie Ernaux



7 OTTOBRE 2022

Trieste si aggiudica il Big Science Business Forum 2024



7 OTTOBRE 2022

La Fiorentina torna a vincere in Conference: 3-0 agli Hearts



7 OTTOBRE 2022

Ue, Mattarella “Urgente definire strumenti per autonomia strategica”

È bene distinguere tra le cosiddette **emozioni fisiologiche** – ovvero momenti di apatia e tristezza che si intervallano a periodi di buon umore e di allegria – che fanno parte della vita di tutti i giorni e possono riguardare chiunque, da **quella condizione di costante tristezza, angoscia, insoddisfazione e senso di vuoto, di pessimismo** verso se stessi, gli altri e il proprio futuro che permane indipendentemente da fattori esterni. In questi casi la sofferenza diventa insopportabile al punto da comprometterne il funzionamento sociale e lavorativo delle persone e causare isolamento e ritiro sociale 1.

Le persone depresse guardano il mondo attraverso occhiali con lenti scure: la quotidianità diventa opaca e le giornate sembrano montagne insormontabili da scalare 1. Vivono la loro condizione con un senso di colpa, convinti che sia frutto del loro carattere o della loro mancanza di forza di volontà, lontani dalla realtà in quanto tale.

Come si cura

“La depressione è una malattia vera e propria che va curata, esattamente come avviene per le altre patologie – dichiara il **Prof. Antonio Vita, Vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia** – soprattutto perché **dalla depressione si può guarire** o, nei casi più gravi, si può **migliorare significativamente la qualità della vita del paziente**. I sintomi possono includere una tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, auto-svalutazione, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell’appetito; in questi casi, **la prima cosa da fare è quella di rivolgersi al medico**, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare la persona a un corretto percorso terapeutico. Lo specialista di riferimento per la cura della depressione è lo psichiatra e solitamente il trattamento include la terapia farmacologica, elemento cardine della cura, e la psicoterapia”.

I giovani e la pandemia

Sono ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni sulla depressione, il male oscuro che sta facendo registrare dati preoccupanti tra i giovani italiani, **circa 8 milioni e 200 mila ragazzi tra i 12 e i 25 anni**, nei quali si assiste a un forte aumento di casi: al 10% già stimato prima della pandemia [ISTAT, 2018], vanno aggiunti i nuovi casi da Covid. Secondo studi recenti 6 il problema riguarda oggi una popolazione molto ampia: **un adolescente su quattro ha sintomi clinici di depressione e uno su cinque segni di un disturbo d’ansia**.

“Questo fenomeno – commenta il **Dr. Mauro Emilio Percudani, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano** – è probabilmente associato al diffondersi di stili di vita scorretti – come abuso di alcol e stupefacenti, regimi alimentari sbilanciati – alle trasformazioni sociali delle strutture familiari e amicali e alle trasformazioni tecnologiche che hanno contribuito a far aumentare sentimenti di inadeguatezza e sofferenza psichica. Un insieme di fattori che è stato amplificato da una “sospensione” delle abitudini di vita degli ultimi anni provocata dalla pandemia”

Le cause

Le cause della depressione includono complesse interazioni fra **fattori biologici, sociali e psicologici**. Generalmente alla base c’è un fattore **temperamentale**, per cui una persona può essere predisposta a questo genere di disturbi; **esperienze negative durante l’infanzia** ed eventi di **vita stressanti** possono agire da detonatore. Sicuramente la **genetica** influenza il rischio, che è da 2 a 4 volte maggiore nel caso in cui si abbiano dei familiari affetti da depressione 5. i»;

Come comportarsi con chi ne soffre

Nei casi di depressione molto importante il ruolo della famiglia, che deve spronare il familiare che presenta sintomi a rivolgersi al medico di fiducia per essere indirizzato agli specialisti competenti. Inoltre, è molto importante che la famiglia faccia sentire al proprio caro che non è solo, ma anzi che è compreso e supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. Mai sminuire o ridicolizzare le sue emozioni così come non forzarlo a uscire o a praticare attività che non si sente di fare.

“La medicina generale – ribadisce la **Dottorssa Daiana Taddeo, Referente Area Nazionale Ricerca SIMG** – è da sempre impegnata a cogliere gli aspetti più profondi della persona. Le alterazioni del tono dell’umore oggi rappresentano un problema che colpisce la popolazione di qualsiasi età, ma sono disponibili risposte terapeutiche e strumenti a sostegno del paziente che devono assolutamente essere implementati. È importante uscire dallo stigma e parlare delle nostre emozioni. Il medico di famiglia ascolta, riconosce e prende in carico. Le associazioni, le strutture del territorio, le famiglie, i medici di medicina generale e psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, volontari dei centri di accoglienza: tutto fa rete e ognuno può avere il proprio ruolo nel risolvere la Depressione”.

#OUTOFTHEBLACK è stata l’occasione per rinnovare la collaborazione della Fondazione The Bridge con Angelini Pharma, già sperimentata in altre iniziative di carattere sociale.

“Siamo orgogliosi di affiancare la Fondazione The Bridge in questo progetto di sensibilizzazione – conclude **Domenico Lucatelli, Italy Market Access Manager di Angelini Pharma**– La nostra Azienda è impegnata da sempre nel campo della salute mentale, attraverso investimenti nella ricerca e in iniziative in grado di migliorare la qualità di vita dei pazienti e di combattere pregiudizi e tabù che ancora oggi purtroppo gravano su chi soffre di queste patologie”.

Bibliografia:

- 1_ Institute of Health Metrics and Evaluation. Global Health Data Exchange (GHDx) con accesso il 14/07/2022.
- 2_ Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder – American Psychiatric Association – 2013
- 3_Lancet: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(21\)02143-7/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(21)02143-7/fulltext)
- 4_ISTAT, Mental health at various stages of life, 2018
- 5_Bassi, Marta, et al. “The relationship between post-traumatic stress and positive mental health symptoms among health workers during COVID-19 pandemic in Lombardy, Italy.” *Journal of affective disorders* 280 (2021): 1-6.
- 6_Racine, Nicole, et al. “Global prevalence of depressive and anxiety symptoms in children and adolescents during COVID-19: a meta-analysis.” *JAMA pediatrics* 175.11 (2021): 1142-1150.

Fondazione The Bridge

È un soggetto indipendente e senza scopo di lucro che si occupa di politiche sanitarie ed ha come obiettivo la tutela del diritto alla salute. Si pone come tramite tra istituzioni e associazioni di pazienti, società di ricerca scientifica e sociale, accademia, mondo clinico e industria per agevolarne il corretto confronto. I suoi valori fondanti e irrinunciabili sono universalismo, equità, innovazione responsabile, sostenibilità, sensibilizzazione alla diversità, inclusione e pluralismo. Contribuisce al dibattito e al confronto con istituzioni e diversi attori del sistema socio-sanitario, elaborando ricerche, indagini, campagne divulgative, organizzando iniziative volte a diffondere temi di interesse socio-sanitario di grande attualità, promuovendo il dibattito pubblico

grazie agli attori del settore.

In pochi anni si è imposta come punto di riferimento nel dibattito, regionale e nazionale, sui principali temi e problematiche del servizio sanitario nazionale, grazie agli esperti e membri del suo comitato scientifico e l'approfondito lavoro di ricerca e analisi. Punti di forza del suo lavoro sono i dossier e le ricerche in cui raccoglie i propri lavori, preziosi strumenti per comprendere la realtà, orientare le politiche e informare i cittadini, nonché l'organizzazione di consensus conference, convegni scientifici, momenti di confronto e corsi di formazione condotti da personalità altamente qualificate.

Ufficio stampa

GAS Communication

Mara Cochetti – Rita Cicchetti

Tel 347 8524261 – 349 4246236

m.cochetti@aimcommunication.eu

r.cicchetti@aimcommunication.eu

Vedi anche:



[◀ Previous post](#) [Next post ▶](#)

Padovanews è un periodico iscritto nel Registro della stampa del Tribunale di Padova (numero iscrizione 2072 del 07/03/2007)
Editore: Associazione di promozione sociale "Mescool - network creativo"

Utilità

Estrazioni del lotto

Oroscopo

Pioggia a Suzuka, nelle libere brillano le Mercedes

Covid Italia, report Iss: salgono Rt, incidenza e ricoveri

indipendente". Iscrizione al registro degli operatori di comunicazione nr. 19506. Tutti i contenuti, quali, il testo, la grafica, le immagini e le informazioni presenti all'interno di questo sito sono con licenza Creative Commons Attribuzione - Non commerciale 2.5 Italia (CC BY-NC 2.5), eccetto dove diversamente specificato. Ogni prodotto, logo o società menzionati in questo sito sono marchi dei rispettivi proprietari o titolari e possono essere protetti da brevetti e/o copyright concessi o registrati dalle autorità preposte. Le foto presenti su padovanews.it sono anche prese da Internet e quindi valutate di pubblico dominio. Se i soggetti o gli autori avessero qualcosa in contrario alla pubblicazione, lo possono segnalare alla redazione che provvederà prontamente alla rimozione delle immagini utilizzate. Navigando questo sito accetti l'uso di Cookies e altri sistemi funzionali all'analisi del traffico e al funzionamento del sito web, puoi negare il consenso tramite le impostazioni del tuo browser.

Mostre e musei

Al cinema

Cerco lavoro

Rissa alla movida di Milano, due trapper tra gli 11 indagati

1 americano su 5 ha criptovalute nel portafoglio pensionistico, ma conviene?

Covid, in salita tutti gli indici e 7 regioni a rischio alto

Utilizziamo i cookie per essere sicuri che tu possa avere la migliore esperienza sul nostro sito. Se continui ad utilizzare questo sito noi assumiamo che tu ne sia felice.

Accetta

Rifiuta

Privacy policy

LINK: <https://www.msn.com/it-it/salute/medicina/uscire-dalla-depressione-%C3%A8-possibile/ar-AA12FIWF#:~:text=%23OUTOFTHEBLACK%20nasce%20proprio%2...>

(Adnkronos) - Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione

#OUTOFTHEBLACK

- Lo street artist Lucamaleonte trasforma il buco nero della depressione in un bouquet fiorito per rappresentare la rinascita dal male oscuro
- Uscire dal buco nero della depressione è possibile, ma serve chiedere aiuto



- Secondo l'ISTAT, nel nostro Paese, 3.5 milioni ne soffrono ma solo il 50% riceve diagnosi corretta e 1 paziente su 3 cure adeguate

- Secondo studi recenti 1 adolescente su 4 soffre di depressione

Milano, 6 ottobre 2022. In occasione della Giornata Mondiale della Salute che si celebra il 10 di ottobre, Fondazione The Bridge lancia #OUTOFTHEBLACK, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione realizzata con il contributo non condizionato di Angelini Pharma. L'iniziativa, che ha ottenuto il patrocinio della

Società Italiana di Medicina Generale (SIMG), della Società Italiana di Psichiatria (SIP), della Sezione Regionale Lombardia della SIP (SIP-LO) e del Municipio 8 di Milano, prevede la realizzazione di un' articolata campagna sui social Facebook e Instagram e sul sito internet di Fondazione The Bridge con informazioni concrete sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari.

L'opera di street art

Non bisogna aver paura di chiedere aiuto: dalla depressione è possibile guarire. #OUTOFTHEBLACK nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora oggi circonda questa patologia. La depressione è come un buco nero in cui si precipita senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto. Tutto è iniziato in una piazza periferica di Milano (Metro Bonola) dove Lucamaleonte, noto street artist, ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, lo street artist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia. L'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione e alla tendenza a sminuire questa patologia. "Siamo lieti che il nostro territorio sia stato scelto per portare avanti un messaggio così forte e importante – dichiara Giulia Pelucchi, Presidente del Municipio 8. Il nostro impegno per la salute mentale è stato un crescendo e auspichiamo che un'iniziativa di tale impatto possa dare la giusta attenzione ad un tema oggi ancor più urgente".

I numeri

L'OMS stima che la depressione sia una delle principali cause di disabilità a livello globale, colpendo circa 280 milioni di persone, ossia il 5% della popolazione adulta 1, e in misura superiore di 2/3 volte le donne rispetto agli uomini2. Durante l'emergenza Covid la prevalenza di ansia e depressione ha fatto registrare aumenti record, pari al 25%3.

In Italia

In Italia la depressione è il più diffuso disturbo della salute mentale e riguarda 3,5 milioni di persone, ma secondo l'indagine ISTAT si stima che meno del 50% riceva una diagnosi corretta e solo 1

ma, secondo un'indagine ISTAT, si stima che meno del 50% riceva una diagnosi corretta e solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate⁴. In Italia

Lo stigma

"Sono troppo poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto al trattamento della depressione - afferma Rosaria Iardino, Presidente di Fondazione The Bridge - Vige ancora un forte stigma verso la malattia; i pregiudizi rispetto alle possibilità di cura, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli principali che impediscono l'accesso a percorsi terapeutici adeguati. Per questo è così importante far luce su questa malattia ed è fondamentale rafforzare la rete sul territorio tra tutti gli operatori che ogni giorno entrano in contatto con persone che soffrono di questo genere di disturbi".

Assessore Bertolé

L'endorsement alla campagna #OUTOFTHEBLACK è arrivato anche dal Comune di Milano.

"Noi - dichiara l'assessore al Welfare e Salute del Comune di Milano Lamberto Bertolé - pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell'ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica. Perché questo accada è necessario però che il benessere psicologico diventi una priorità per tutti. Ben vengano quindi iniziative di sensibilizzazione come quella della Fondazione The Bridge, che prova a superare lo stigma che ancora colpisce chi vive una condizione di fragilità o di patologia mentale, normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico".

Cos'è la depressione

È bene distinguere tra le cosiddette emozioni fisiologiche - ovvero momenti di apatia e tristezza che si intervallano a periodi di buon umore e di allegria - che fanno parte della vita di tutti i giorni e possono riguardare chiunque, da quella condizione di costante tristezza, angoscia, insoddisfazione e senso di vuoto, di pessimismo verso se stessi, gli altri e il proprio futuro⁵ che permane indipendentemente da fattori esterni. In questi casi la sofferenza diventa insopportabile al punto da comprometterne il funzionamento sociale e lavorativo delle persone e causare isolamento e ritiro sociale¹.

Le persone depresse guardano il mondo attraverso occhiali con lenti scure: la quotidianità diventa opaca e le giornate sembrano montagne insormontabili da scalare¹. Vivono la loro condizione con un senso di colpa, convinti che sia frutto del loro carattere o della loro mancanza di forza di volontà, lontani dalla realtà in quanto tale.

Come si cura

"La depressione è una malattia vera e propria che va curata, esattamente come avviene per le altre patologie - dichiara il Prof. Antonio Vita, Vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia - soprattutto perché dalla depressione si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare significativamente la qualità della vita del paziente. I sintomi possono includere una tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, auto-svalutazione, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito; in questi casi, la prima cosa da fare è quella di rivolgersi al medico, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare la persona a un corretto percorso terapeutico. Lo specialista di riferimento per la cura della depressione è lo psichiatra e solitamente il trattamento include la terapia farmacologica, elemento cardine della cura, e la psicoterapia".

I giovani e la pandemia

Sono ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni sulla depressione, il male oscuro che sta facendo

registrare dati preoccupanti tra i giovani italiani, circa 8 milioni e 200 mila ragazzi tra i 12 e i 25 anni, nei quali si assiste a un forte aumento di casi: al 10% già stimato prima della pandemia [ISTAT, 2018], vanno aggiunti i nuovi casi da Covid. Secondo studi recenti il problema riguarda oggi una popolazione molto ampia: un adolescente su quattro ha sintomi clinici di depressione e uno su cinque segni di un disturbo d'ansia.

“Questo fenomeno - commenta il Dr. Mauro Emilio Percudani, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano - è probabilmente associato al diffondersi di stili di vita scorretti - come abuso di alcol e stupefacenti, regimi alimentari sbilanciati - alle trasformazioni sociali delle strutture familiari e amicali e alle trasformazioni tecnologiche che hanno contribuito a far aumentare sentimenti di inadeguatezza e sofferenza psichica. Un insieme di fattori che è stato amplificato da una “sospensione” delle abitudini di vita degli ultimi anni provocata dalla pandemia”

Le cause

Le cause della depressione includono complesse interazioni fra fattori biologici, sociali e psicologici. Generalmente alla base c'è un fattore temperamentale, per cui una persona può essere predisposta a questo genere di disturbi; esperienze negative durante l'infanzia ed eventi di vita stressanti possono agire da detonatore. Sicuramente la genetica influenza il rischio, che è da 2 a 4 volte maggiore nel caso in cui si abbiano dei familiari affetti da depressione⁵.

Come comportarsi con chi ne soffre

Nei casi di depressione molto importante il ruolo della famiglia, che deve spronare il familiare che presenta sintomi a rivolgersi al medico di fiducia per essere indirizzato agli specialisti competenti. Inoltre, è molto importante che la famiglia faccia sentire al proprio caro che non è solo, ma anzi che è compreso e supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. Mai sminuire o ridicolizzare le sue emozioni così come non forzarlo a uscire o a praticare attività che non si sente di fare.

“La medicina generale – ribadisce la Dottoressa Daiana Taddeo, Referente Area Nazionale Ricerca SIMG - è da sempre impegnata a cogliere gli aspetti più profondi della persona. Le alterazioni del tono dell'umore oggi rappresentano un problema che colpisce la popolazione di qualsiasi età, ma sono disponibili risposte terapeutiche e strumenti a sostegno del paziente che devono assolutamente essere implementati. È importante uscire dallo stigma e parlare delle nostre emozioni. Il medico di famiglia ascolta, riconosce e prende in carico. Le associazioni, le strutture del territorio, le famiglie, i medici di medicina generale e psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, volontari dei centri di accoglienza: tutto fa rete e ognuno può avere il proprio ruolo nel risolvere la Depressione”.

#OUTOFTHEBLACK è stata l'occasione per rinnovare la collaborazione della Fondazione The Bridge con Angelini Pharma, già sperimentata in altre iniziative di carattere sociale.

“Siamo orgogliosi di affiancare la Fondazione The Bridge in questo progetto di sensibilizzazione – conclude Domenico Lucatelli, Italy Market Access Manager di Angelini Pharma- La nostra Azienda è impegnata da sempre nel campo della salute mentale, attraverso investimenti nella ricerca e in iniziative in grado di migliorare la qualità di vita dei pazienti e di combattere pregiudizi e tabù che ancora oggi purtroppo gravano su chi soffre di queste patologie”.

Bibliografia:

1 _ Institute of Health Metrics and Evaluation. Global Health Data Exchange (GHDx) con accesso il 14/07/2022

14/07/2022.

2_ Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder - American Psychiatric Association – 2013

3_Lancet: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(21\)02143-7/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(21)02143-7/fulltext)

4_ISTAT, Mental health at various stages of life, 2018

5_Bassi, Marta, et al. "The relationship between post-traumatic stress and positive mental health symptoms among health workers during COVID-19 pandemic in Lombardy, Italy." *Journal of affective disorders* 280 (2021): 1-6.

6_Racine, Nicole, et al. "Global prevalence of depressive and anxiety symptoms in children and adolescents during COVID-19: a meta-analysis." *JAMA pediatrics* 175.11 (2021): 1142-1150.

Fondazione The Bridge

È un soggetto indipendente e senza scopo di lucro che si occupa di politiche sanitarie ed ha come obiettivo la tutela del diritto alla salute. Si pone come tramite tra istituzioni e associazioni di pazienti, società di ricerca scientifica e sociale, accademia, mondo clinico e industria per agevolarne il corretto confronto. I suoi valori fondanti e irrinunciabili sono universalismo, equità, innovazione responsabile, sostenibilità, sensibilizzazione alla diversità, inclusione e pluralismo. Contribuisce al dibattito e al confronto con istituzioni e diversi attori del sistema sociosanitario, elaborando ricerche, indagini, campagne divulgative, organizzando iniziative volte a diffondere temi di interesse sociosanitario di grande attualità, promuovendo il dibattito pubblico grazie agli attori del settore.

In pochi anni si è imposta come punto di riferimento nel dibattito, regionale e nazionale, sui principali temi e problematiche del servizio sanitario nazionale, grazie agli esperti e membri del suo comitato scientifico e l'approfondito lavoro di ricerca e analisi. Punti di forza del suo lavoro sono i dossier e le ricerche in cui raccoglie i propri lavori, preziosi strumenti per comprendere la realtà, orientare le politiche e informare i cittadini, nonché l'organizzazione di consensus conference, convegni scientifici, momenti di confronto e corsi di formazione condotti da personalità altamente qualificate.

Ufficio stampa

GAS Communication

Mara Cochetti – Rita Cicchetti

Tel 347 8524261 – 349 4246236

m.cochetti@aimcommunication.eu

r.cicchetti@aimcommunication.eu

LINK: <https://www.agoranews.it/uscire-dalla-depressione-e-possibile.html>



ATTUALITA' PRIMO PIANO CULTURA ▾ SPETTACOLO ▾ LIFE STYLE ▾ VIAGGI SALUTE SHOPPING



Home > SALUTE > USCIRE DALLA DEPRESSIONE È POSSIBILE

SALUTE

USCIRE DALLA DEPRESSIONE È POSSIBILE

Ott 6, 2022

In occasione della Giornata Mondiale della Salute che si celebra il 10 di ottobre, Fondazione The Bridge lancia #OUTOFTHEBLACK, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione realizzata con il contributo non condizionato di Angelini Pharma. L'iniziativa, che ha ottenuto il patrocinio della Società Italiana di Medicina Generale (SIMG), della Società Italiana di Psichiatria (SIP), della Sezione Regionale Lombardia della SIP (SIP-LO) e del Municipio 8 di Milano, prevede la realizzazione di un' articolata campagna sui social Facebook e Instagram e sul sito internet di Fondazione The Bridge con informazioni concrete sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari.

Non bisogna aver paura di chiedere aiuto: dalla depressione è possibile guarire. #OUTOFTHEBLACK nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora oggi circonda questa patologia. La depressione è come un buco nero in cui si precipita senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto.

Tutto è iniziato in una piazza periferica di Milano (Metro Bonola) dove Lucamaleonte, noto street artist, ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, lo street artist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia. L'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione e alla tendenza a sminuire questa patologia.

L'OMS stima che la depressione sia una delle principali cause di disabilità a livello globale, colpendo circa 280 milioni di persone, ossia il 5% della popolazione adulta¹, e in misura superiore di 2/3 volte le donne rispetto agli uomini². Durante l'emergenza Covid la prevalenza di ansia e depressione ha fatto registrare aumenti record, pari al 25%³.

I numeri

In Italia la depressione è il più diffuso disturbo della salute mentale e riguarda 3,5 milioni di persone, ma, secondo un'indagine ISTAT, si stima che meno del 50% riceva una diagnosi corretta e solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate.

È bene distinguere tra le cosiddette emozioni fisiologiche – ovvero momenti di apatia e tristezza che si intervallano a periodi di buon umore e di allegria – che fanno parte della vita di tutti i giorni e possono riguardare chiunque, da quella condizione di costante tristezza, angoscia, insoddisfazione e senso di vuoto, di pessimismo verso se stessi, gli altri e il proprio futuro che permane indipendentemente da fattori esterni. In questi casi la sofferenza diventa insopportabile al punto da comprometterne il funzionamento sociale e lavorativo delle persone e causare isolamento e ritiro sociale¹.

Cos'è la depressione

Le persone depresse guardano il mondo attraverso occhiali con lenti scure: la quotidianità diventa opaca e le giornate sembrano

montagne insormontabili da scalare¹. Vivono la loro condizione con un senso di colpa, convinti che sia frutto del loro carattere o della loro mancanza di forza di volontà, lontani dalla realtà in quanto tale.

“La depressione è una malattia vera e propria che va curata, esattamente come avviene per le altre patologie – dichiara il Prof. Antonio Vita, Vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia – soprattutto perché dalla depressione si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare significativamente la qualità della vita del paziente.

I sintomi possono includere una tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, auto-svalutazione, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito; in questi casi, la prima cosa da fare è quella di rivolgersi al medico, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare la persona a un corretto percorso terapeutico. Lo specialista di riferimento per la cura della depressione è lo psichiatra e solitamente il trattamento include la terapia farmacologica, elemento cardine della cura, e la psicoterapia”.

ARTICOLI CORRELATI

ALTRO DALL'AUTORE



**COLESTEROLO KILLER
SILENZIOSO: IL 40% ITALIANI
LO SOTTOVALUTA**



**SALUTE MENTALE: BUONE
ABITUDINI E INTEGRATORI
ALIMENTARI**



**ORTICARIA E
ALIMENTAZIONE**



**SEMI DI LINO E CONTROLLO
GLICEMICO**



**SEMI DI SESAMO COME
PROTEZIONE
CARDIOVASCOLARE**



LINK: <https://laragione.eu/adnkronos/comunicati/uscire-dalla-depressione-e-possibile/>



Scarica e leggi gratis su app



- L'ITALIA DE LA RAGIONE
- ESTERI
- LIFE
- MEDIA
- INTERVISTE E OPINIONI
- EMOTICON
- CHI SIAMO

Uscire dalla depressione è possibile

OTTOBRE 6, 2022

(A dnkronos) – Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione

#OUTOFTHEBLACK

- Lo street artist Lucamaleonte trasforma il buco nero della depressione in un bouquet fiorito per rappresentare la rinascita dal male oscuro
- Uscire dal buco nero della depressione è possibile, ma serve chiedere aiuto
- Secondo l'ISTAT, nel nostro Paese, 3.5 milioni ne soffrono ma solo il 50% riceve diagnosi corretta e 1 paziente su 3 cure adeguate
- Secondo studi recenti 1 adolescente su 4 soffre di depressione

Milano, 6 ottobre 2022. In occasione della Giornata Mondiale della Salute che si celebra il 10 di ottobre, Fondazione The Bridge lancia #OUTOFTHEBLACK, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione realizzata con il contributo non condizionato di Angelini Pharma. L'iniziativa, che ha ottenuto il patrocinio della Società Italiana di Medicina Generale (SIMG), della Società Italiana di Psichiatria (SIP), della Sezione Regionale Lombardia della SIP (SIP-LO) e del Municipio 8 di Milano, prevede la realizzazione di un' articolata campagna sui social Facebook e Instagram e sul sito internet di Fondazione The Bridge con informazioni concrete sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari.

L'opera di street art

Non bisogna aver paura di chiedere aiuto: dalla depressione è possibile guarire. #OUTOFTHEBLACK nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma

che ancora oggi circonda questa patologia. La depressione è come un buco nero in cui si precipita senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto. Tutto è iniziato in una piazza periferica di Milano (Metro Bonola) dove Lucamaleonte, noto streetartist, ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, lo streetartist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia. L'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione e alla tendenza a sminuire questa patologia. "Siamo lieti che il nostro territorio sia stato scelto per portare avanti un messaggio così forte e importante – dichiara Giulia Pelucchi, Presidente del Municipio 8. Il nostro impegno per la salute mentale è stato un crescendo e auspichiamo che un'iniziativa di tale impatto possa dare la giusta attenzione ad un tema oggi ancor più urgente".

I numeri

L'OMS stima che la depressione sia una delle principali cause di disabilità a livello globale, colpendo circa 280 milioni di persone, ossia il 5% della popolazione adulta 1, e in misura superiore di 2/3 volte le donne rispetto agli uomini 2. Durante l'emergenza Covid la prevalenza di ansia e depressione ha fatto registrare aumenti record, pari al 25% 3.

In Italia

In Italia la depressione è il più diffuso disturbo della salute mentale e riguarda 3,5 milioni di persone, ma, secondo un'indagine ISTAT, si stima che meno del 50% riceva una diagnosi corretta e solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate 4. In Italia

Lo stigma

"Sono troppo poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto al trattamento della depressione – afferma Rosaria Iardino, Presidente di Fondazione The Bridge – Vige ancora un forte stigma verso la malattia; i pregiudizi rispetto alle possibilità di cura, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli principali che impediscono l'accesso a percorsi terapeutici adeguati. Per questo è così importante far luce su questa malattia ed è fondamentale rafforzare la rete sul territorio tra tutti gli operatori che ogni giorno entrano in contatto con persone che soffrono di questo genere di disturbi".

Assessore Bertolé

L'endorsement alla campagna #OUTOFTHEBLACK è arrivato anche dal Comune di Milano.

"Noi – dichiara l'assessore al Welfare e Salute del Comune di Milano Lamberto Bertolé – pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell'ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica. Perché questo accada è necessario però che il benessere psicologico diventi una priorità per tutti. Ben vengano quindi iniziative di sensibilizzazione come quella della Fondazione The Bridge, che prova a superare lo stigma che ancora colpisce chi vive una condizione di fragilità o di patologia mentale, normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico".

Cos'è la depressione

È bene distinguere tra le cosiddette emozioni fisiologiche- ovvero momenti di

apatia e tristezza che si intervallano a periodi di buon umore e di allegria -che fanno parte della vita di tutti i giorni e possono riguardare chiunque, da quella condizione di costante tristezza, angoscia, insoddisfazione e senso di vuoto, di pessimismo verso se stessi, gli altri e il proprio futuro⁵che permane indipendentemente da fattori esterni. In questi casi la sofferenza diventa insopportabile al punto da comprometterne il funzionamento sociale e lavorativo delle persone e causare isolamento e ritiro sociale ¹.

Le persone depresse guardano il mondo attraverso occhiali con lenti scure: la quotidianità diventa opaca e le giornate sembrano montagne insormontabili da scalare¹. Vivono la loro condizione con un senso di colpa, convinti che sia frutto del loro carattere o della loro mancanza di forza di volontà, lontani dalla realtà in quanto tale.

Come si cura

“La depressione è una malattia vera e propria che va curata, esattamente come avviene per le altre patologie – dichiara il Prof. Antonio Vita, Vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia- soprattutto perché dalla depressione si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare significativamente la qualità della vita del paziente. I sintomi possono includere una tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, auto-svalutazione, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito; in questi casi, la prima cosa da fare è quella dirivolgere al medico, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare la persona a un corretto percorso terapeutico. Lo specialista di riferimento per la cura della depressione è lo psichiatra e solitamente il trattamento include la terapia farmacologica, elemento cardine della cura, e la psicoterapia”.

I giovani e la pandemia

Sono ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni sulla depressione, il male oscuro che sta facendo registrare dati preoccupanti tra i giovani italiani, circa 8 milioni e 200 mila ragazzi tra i 12 e i 25 anni, nei quali si assiste a un forte aumento di casi: al 10% già stimato prima della pandemia [ISTAT, 2018]¹, vanno aggiunti i nuovi casi da Covid. Secondo studi recenti⁶ il problema riguarda oggi una popolazione molto ampia: un adolescente su quattro ha sintomi clinici di depressione e uno su cinque segni di un disturbo d'ansia.

“Questo fenomeno – commenta il Dr. Mauro Emilio Percudani, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano – è probabilmente associato al diffondersi di stili di vita scorretti – come abuso di alcol e stupefacenti, regimi alimentari sbilanciati – alle trasformazioni sociali delle strutture familiari e amicali e alle trasformazioni tecnologiche che hanno contribuito a far aumentare sentimenti di inadeguatezza e sofferenza psichica. Un insieme di fattori che è stato amplificato da una “sospensione” delle abitudini di vita degli ultimi anni provocata dalla pandemia”

Le cause

Le cause della depressione includono complesse interazioni fra fattori biologici, sociali e psicologici. Generalmente alla base c'è un fattore temperamentale, per cui una persona può essere predisposta a questo genere di disturbi; esperienze negative durante l'infanzia ed eventi di vitastressanti possono agire da detonatore. Sicuramente la genetica influenza il rischio, che è da 2 a 4 volte maggiore nel caso in cui si abbiano dei familiari affetti da depressione ⁵.

Come comportarsi con chi ne soffre

Nei casi di depressione molto importante il ruolo della famiglia, che deve spronare il familiare che presenta sintomi a rivolgersi al medico di fiducia per essere indirizzato agli specialisti competenti. Inoltre, è molto importante che la famiglia faccia sentire al proprio caro che non è solo, ma anzi che è compreso e supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. Mai sminuire o ridicolizzare le sue emozioni così come non forzarlo a uscire o a praticare attività che non si sente di fare.

“La medicina generale – ribadisce la Dottoressa Daiana Taddeo, Referente Area Nazionale RicercaSIMG – è da sempre impegnata a cogliere gli aspetti più profondi della persona. Le alterazioni del tono dell'umore oggi rappresentano un problema che colpisce la popolazione di qualsiasi età, ma sono disponibili risposte terapeutiche e strumenti a sostegno del paziente che devono assolutamente essere implementati. È importante uscire dallo stigma e parlare delle nostre emozioni. Il medico di famiglia ascolta, riconosce e prende in carico. Le associazioni, le strutture del territorio, le famiglie, i medici di medicina generale e psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, volontari dei centri di accoglienza: tutto fa rete e ognuno può avere il proprio ruolo nel risolvere la Depressione”.

#OUTOFTHEBLACK è stata l'occasione per rinnovare la collaborazione della Fondazione The Bridge con Angelini Pharma, già sperimentata in altre iniziative di carattere sociale.

“Siamo orgogliosi di affiancare la Fondazione The Bridge in questo progetto di sensibilizzazione – conclude Domenico Lucatelli, Italy Market Access Manager di Angelini Pharma- La nostra Azienda è impegnata da sempre nel campo della salute mentale, attraverso investimenti nella ricerca e in iniziative in grado di migliorare la qualità di vita dei pazienti e di combattere pregiudizi e tabù che ancora oggi purtroppo gravano su chi soffre di queste patologie”.

Bibliografia:

1_ Institute of Health Metrics and Evaluation. Global Health Data Exchange (GHDx) con accesso il 14/07/2022.

2_ Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder – American Psychiatric Association – 2013

3_ Lancet: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(21\)02143-7/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(21)02143-7/fulltext)

4_ ISTAT, Mental health at various stages of life, 2018

5_ Bassi, Marta, et al. “The relationship between post-traumatic stress and positive mental health symptoms among health workers during COVID-19 pandemic in Lombardy, Italy.” *Journal of affective disorders* 280 (2021): 1-6.

6_ Racine, Nicole, et al. “Global prevalence of depressive and anxiety symptoms in children and adolescents during COVID-19: a meta-analysis.” *JAMA pediatrics* 175.11 (2021): 1142-1150.

Fondazione The Bridge

È un soggetto indipendente e senza scopo di lucro che si occupa di politiche sanitarie ed ha come obiettivo la tutela del diritto alla salute. Si pone come tramite tra istituzioni e associazioni di pazienti, società di ricerca scientifica e sociale, accademia, mondo clinico e industria per agevolarne il corretto

confronto. I suoi valori fondanti e irrinunciabili sono universalismo, equità, innovazione responsabile, sostenibilità, sensibilizzazione alla diversità, inclusione e pluralismo. Contribuisce al dibattito e al confronto con istituzioni e diversi attori del sistema sociosanitario, elaborando ricerche, indagini, campagne divulgative, organizzando iniziative volte a diffondere temi di interesse sociosanitario di grande attualità, promuovendo il dibattito pubblico grazie agli attori del settore.

In pochi anni si è imposta come punto di riferimento nel dibattito, regionale e nazionale, sui principali temi e problematiche del servizio sanitario nazionale, grazie agli esperti e membri del suo comitato scientifico e l'approfondito lavoro di ricerca e analisi. Punti di forza del suo lavoro sono i dossier e le ricerche in cui raccoglie i propri lavori, preziosi strumenti per comprendere la realtà, orientare le politiche e informare i cittadini, nonché l'organizzazione di consensus conference, convegni scientifici, momenti di confronto e corsi di formazione condotti da personalità altamente qualificate.

Ufficio stampa

GAS Communication

Mara Cochetti – Rita Cicchetti

Tel 347 8524261 – 349 4246236

m.cochetti@aimcommunication.eu

r.cicchetti@aimcommunication.eu

Articoli correlati:

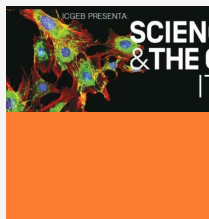
**Cambrex
Announces
Stability Storage
Expansions in
Ireland and
Belgium**

**Huawei Hosts
the 9th Global
Rail Summit in
Berlin**

**Adyen selected
as first financial
technology
platform to
launch Cash App
Pay**

**AXA Italia
presenta il report
di sostenibilità
2021, risultando
la terza entity a
livello di Gruppo
per i risultati**

LINK: <https://www.veneziepost.it/uscire-dalla-depressione-e-possibile/>



Privacy Overview

This website uses cookies to improve your experience while you navigate through the website. Out of these, the cookies that are categorized as necessary are stored on your browser as they are essential for the working of basic functionalities of the ...

[Mostra altro](#)

Necessary Sempre abilitato

Non-Necessary
Abilitato

ACCETTA E SALVA

7 OTTOBRE 2022

veneziepost

Raccontiamo il futuro delle Venezia

SHOP | ACCEDI

SCOPRI IL
LEAN SYSTEM



HOME CULT MONITOR RASSEGNA STAMPA ITALYPOST EDIZIONI LOCALI GUIDE ENOGASTRONOMICHE FESTIVAL

ATTUALITÀ POLITICA ECONOMIA FINANZA CULTURA ANALISI & COMMENTI I CHAMPION

Home > ADNkronos > Uscire dalla depressione è possibile



IMMEDIAPRESS

Uscire dalla depressione è possibile

868254



Giovedì 6 Ottobre 2022 21:00

(Adnkronos) - Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione #OUTOFTHEBLACK • Lo street artist Lucamaleonte trasforma il buco nero della depressione in un bouquet fiorito per rappresentare la rinascita dal male os

I CONTENUTI DI VENEZIEPOST SONO A PAGAMENTO.
PER VISUALIZZARE QUESTO ARTICOLO E TUTTI I NOSTRI CONTENUTI SCEGLI TRA QUESTE OPZIONI

<p>€ 0,54 al giorno 1 anno</p>	<p>€ 1 al giorno 1 mese</p>	<p>€ 2,50 24 ore</p>
--	-------------------------------------	--------------------------

Sei già iscritto a VeneziaPost?
Clicca qui sotto e inserisci le tue credenziali

ACCEDI

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

LINK: <https://www.milano.zone/2022/10/07/uscire-dalla-depressione-e-possibile/>

MILANO_ZONE - 7 OCTOBER 2022

PROJECTS RIMOZIONE ARTICOLI PUBBLICITÀ COPYRIGHT PRIVACY POLICY



MILANO ALL NEWS

HOME CULTURA LIBRI MILANO NEWS BOOKS

POSTED ON [7 OTTOBRE 2022](#) BY [MILANO_ZONE](#)

Uscire dalla depressione è possibile

Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione

#OUTOFTHEBLACK

· Lo **street artist Lucamaleonte** trasforma il buco nero della depressione in un bouquet fiorito per...

[Fonte](#)

MILANO

TAGGED [DALLA](#), [DEPRESSIONE](#), [POSSIBILE](#), [USCIRE](#)



Lascia un commento

IL TUO INDIRIZZO EMAIL NON SARÀ PUBBLICATO. I CAMPI OBBLIGATORI SONO CONTRASSEGNA TI *

COMMENTO *

NOME *

EMAIL *

Categories

Accounting

Agriculture

AlternativeEnergy

AnimalHealth

Asylum

Biotechnology

Books and guides

BudgetoftheEU

ChildrensRights

Citizenship

ClimateAction

ClimateChange

CommunicableDiseases

Competition

Competition-Antitrust

Competition-Mergers

Conflict

CoronavirusInfection

CouncilPresident

CourDeJustice

Culture

DavidSassoli

Davos



Non sono un robot



reCAPTCHA
Privacy - Termini

INVIA COMMENTO

Questo sito usa Akismet per ridurre lo spam. [Scopri come i tuoi dati vengono elaborati.](#)

Development

Drugs

EADS

ECB

ECnews

EcoLabelling

Ecology

EconomyforPeople

Employment

EnergyMarketsandStrategies

Environment

EnvironmentalProtection

EPElection

EU-Africa

EU-Asia

EU-Caribbean

EU-China

EU-CoronavirusVaccine

EU-Japan

EU-LatinAmerica

EU-Pacific

EU-USA

Euro

Euronext

EuropeanCouncil

EuropeanGreenCapitalAward

EuropeanParliament

Eurostat

Eurozone

Expo 2015

FinancialEconomicCrime

FoodSafety

FoodSecurityFoodAid
FRA-EU
G20
G7
GreenDeal
GreenVehicles
HydrogenEurope-AllCategories
ImportsExports
JosepBorrellFontelles
JRCNuclearSecurity
JRCSafeguards
KadriSimson
Libri e guide
Lobbyism
ManMadeDisasters
MargretheVestager
MaritimeSafetyEurope
MaritimeSafetyWorld
MaritimeTransport
MARS-STAT
MEP
Migration
Milan in English
Milan Expo 2015
Milano
Milano cultura
NATO
NaturalDisasters
Nuclear
NuclearDecommissioning
NuclearEnergy
NuclearMedicine

- OSH
- PolicyEmployment
- Privacy
- Promoting-EuropeanWayofLife
- PublicHealth
- RegionalPolicy
- RenewableEnergies
- SchengenArea
- Shipbuilding
- SmallMediumSizeBusinesses
- SocialSituation
- Sport
- StrongerEurope
- StructuralFunds
- TAXUD
- TechnologyForesight
- Telecommunications
- TerroristAttack
- Tourism
- UNbodies
- Uncategorized
- UrsulavonderLeyen
- WorldBank

Latest Posts

Gruppo CAP e Municipio 9 di Milano siglano intesa su depuratore Bresso-Niguarda - Economia e Finanza

EQS-News: ABOUT YOU Holding SE: International debut of ABOUT YOU Fashion Week in Milan: the most successful ABOUT YOU event experience with around 2.1 billion media contacts and 8,000 guests on site Seite 1

10:59 | Covid: Iss, incidenza sale a

441 casi ogni 100mila abitanti

Kanye West Told Kim Kardashian
That Her Outfit Made Him "So Mad"

10:38 | Psoriasi: i pazienti chiedono
a gran voce equità di accesso alle
terapie

10:21 | Crowdfundme e Trusters
lanciano la prima operazione di
crowdfunding ad alta sorveglianza

ABOUT YOU Holding SE:
International debut of ABOUT YOU
Fashion Week in Milan: the most
successful ABOUT YOU event
experience with around 2.1 billion
media contacts and 8,000 guests on
site

Gang giovanili: a Cosenza la "STM"
Siamo tutti mafiosi, a Vibo Valentia
la nuova "Banda della Magliana"

Strategic integration for the
production chain

Hpe Aruba Atmosphere 2022 su
reti, zero-trust e connettività

Archives

Ottobre 2022

Settembre 2022

Agosto 2022

Luglio 2022

Giugno 2022

Maggio 2022

Aprile 2022

Marzo 2022

Febbraio 2022

Gennaio 2022

Dicembre 2021

Novembre 2021

Ottobre 2021

Settembre 2021

Agosto 2021

Luglio 2021

Giugno 2021

Maggio 2021

Aprile 2021

Marzo 2021

Febbraio 2021

Gennaio 2021

Dicembre 2020

Novembre 2020

Ottobre 2020

Settembre 2020

Agosto 2020

Luglio 2020

Giugno 2020

Maggio 2020

Aprile 2020

Marzo 2020

Febbraio 2020

Gennaio 2020

Dicembre 2019

Novembre 2019

Ottobre 2019

Settembre 2019

Agosto 2019

Luglio 2019

Giugno 2019

Maggio 2019

Aprile 2019

Marzo 2019

Febbraio 2019

Gennaio 2019

Dicembre 2018

Novembre 2018

Ottobre 2018

Settembre 2018

Agosto 2018

Luglio 2018

Giugno 2018

Maggio 2018

Aprile 2018

Marzo 2018

Febbraio 2018

Gennaio 2018

Dicembre 2017

Novembre 2017

Ottobre 2017

Settembre 2017

Agosto 2017

Luglio 2017

Giugno 2017

Maggio 2017

Aprile 2017

Marzo 2017

Febbraio 2017

Gennaio 2017

Dicembre 2016

Novembre 2016

Ottobre 2016

Settembre 2016

Agosto 2016

Luglio 2016

Giugno 2016

Maggio 2016

Aprile 2016

Dicembre 2015

Novembre 2015

Ottobre 2015

Settembre 2015

Agosto 2015

Luglio 2015

Giugno 2015

Maggio 2015

Aprile 2015

Marzo 2015

Febbraio 2015

Gennaio 2015

Dicembre 2014

Novembre 2014

Ottobre 2014

Settembre 2014

Agosto 2014

Luglio 2014

Giugno 2014

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

LINK: <https://www.lombardiapost.it/uscire-dalla-depressione-e-possibile/>



Privacy Overview

This website uses cookies to improve your experience while you navigate through the website. Out of these, the cookies that are categorized as necessary are stored on your browser as they are essential for the working of basic functionalities of the ...

[Mostra altro](#)

Necessary Sempre abilitato

Non-Necessary Abilitato

ACCETTA E SALVA

7 OTTOBRE 2022

lombardiapost.it

Raccontiamo il futuro

HOME CULT MONITOR ITALYPOST EMILIAPOST VENEZIEPOST GUIDE ENOGASTRONOMICHE FESTIVAL SHOP Q

ATTUALITÀ POLITICA ECONOMIA FINANZA CULTURA ANALISI & COMMENTI I CHAMPION

Home > ADNkronos > Uscire dalla depressione è possibile

IMMEDIAPRESS

Uscire dalla depressione è possibile

868254



Giovedì 6 Ottobre 2022 21:02

(Adnkronos) - Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione #OUTOFTHEBLACK • Lo street artist Lucamaleonte trasforma il buco nero della depressione in un bouquet fiorito per rappresentare la rinascita dal male os

I CONTENUTI DI VENEZIEPOST SONO A PAGAMENTO. PER VISUALIZZARE QUESTO ARTICOLO E TUTTI I NOSTRI CONTENUTI SCEGLI TRA QUESTE OPZIONI

€ 0,54 al giorno 1 anno	€ 1 al giorno 1 mese	€ 2,50 24 ore
-------------------------------	----------------------------	------------------

Sei già iscritto a VenziePost?
Clicca qui sotto e inserisci le tue credenziali

ACCEDI

HOME PAGE CHI SIAMO SERVIZIO CLIENTI PRIVACY ISCRIVITI ALLA NEWSLETTER

LOMBARDIAPOST – RACCONTIAMO IL FUTURO DELLA LOMBARDIA

LINK: comune.milano.it/-/welfare.-milano4mentalhealth2022-il-comune-organizza-un-palinsesto-di-eventi-sulla-salute-mentale



Comune di
Milano

Ricerca...



Home >
Ufficio Stampa >
Notizie

Welfare. Milano4mentalhealth2022, il Comune organizza un palinsesto di eventi sulla salute mentale

Milano, 3 ottobre 2022 – Aprirsi alla città e coinvolgere cittadini e stakeholders in una riflessione collettiva su un tema spesso trascurato, ma che è diventato sempre più importante soprattutto negli ultimi due anni. Con questo obiettivo il Comune di Milano promuove "Milano4mentalhealth - Non c'è salute senza salute mentale", un palinsesto di circa 70 iniziative sulla salute mentale, tema cui è dedicata la Giornata mondiale che si celebra il 10 ottobre.

L'iniziativa si inserisce anche nell'impegno di Milano come città che detiene la vice presidenza nazionale della Rete Città sane, il progetto promosso dall'Organizzazione mondiale della sanità che favorisce il ruolo e l'impegno dei comuni italiani nelle politiche di promozione della salute a livello locale.

"Noi – dichiara l'assessore al Welfare e Salute Lamberto Bertolé – pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell'ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica. Perché il benessere psicologico diventi un diritto e una priorità per tutti e tutte è però necessario renderlo di interesse per tutti e tutte. Per questo motivo, a partire da quest'anno, abbiamo voluto coinvolgere ogni attore in campo. Partecipano in maniera attiva a Milano4mentalhealth2022 il mondo del Terzo settore, le università milanesi, i municipi, e anche i privati, per la costruzione di un programma molto vasto di iniziative che favoriscano una discussione aperta sul tema e un coinvolgimento attivo della cittadinanza, seguendo il messaggio trasversale secondo cui 'non c'è salute senza salute mentale', con l'obiettivo di superare lo stigma che ancora colpisce chi vive una condizione di fragilità o di patologia mentale e normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico. Questo palinsesto vuole essere un punto di partenza per intraprendere un discorso che vogliamo portare avanti per tutto il resto del mandato".

"In questi anni – aggiunge Bernardo Dell'Osso, professore ordinario di Psichiatria, direttore del dipartimento di Salute mentale e dipendenze presso l'ASST Fatebenefratelli-Sacco di Milano e membro del Tavolo sulla Salute mentale coordinato dal Comune di Milano – abbiamo assistito a un aumento importante del disagio psichico e delle sue manifestazioni per una serie di ragioni differenti tra cui vale la pena certamente ricordare non solo gli effetti della pandemia, ma anche l'aumentato utilizzo di alcool e sostanze stupefacenti, soprattutto tra i giovani, e, non ultima, la ridotta disponibilità di diverse figure professionali che lavorano nei servizi pubblici, idealmente deputate al pronto riconoscimento e trattamento dei diversi disturbi che afferiscono all'area della salute mentale: psichiatri, psicologi, assistenti sociali, educatori e tecnici della riabilitazione psichiatrica. Secondo l'Agenzia ATS di Milano, nel 2021, circa il 10% della popolazione milanese – di cui la maggioranza donne (58%) – avrebbe ricevuto una diagnosi di condizione psichiatrica e avuto accesso al consumo di farmaci o a prestazioni riconducibili al disagio psichico. Per affrontare una situazione così complessa, è importante poter contare sulla collaborazione di istituzioni come il Comune che sono a fianco dei servizi sanitari per garantire che l'attenzione su questi temi resti alta a tutti i livelli di governo".

"È importante – conclude Annalisa Cerri, psicologa, espressione del Terzo settore e rappresentante del coordinamento del Tavolo Salute mentale comunale – lavorare per rovesciare la prospettiva affinché l'espressione salute mentale non sia considerata solo in relazione a una condizione patologica, ma venga intesa nella sua accezione più ampia come una condizione di benessere a cui tutti possiamo e dobbiamo concorrere. Per questo motivo sosteniamo il valore di questa iniziativa perché sempre di più attragga e coinvolga la cittadinanza e, da molti anni, partecipiamo attivamente, accanto al Comune, alla realizzazione degli eventi in occasione della Giornata mondiale. Per

affrontare un tema così importante come quello della salute mentale è fondamentale creare una sinergia virtuosa tra tutti gli attori che se ne occupano sul territorio. Questo gioco di squadra trova il suo atterraggio nel Tavolo istituito dal Comune".

Diversi gli appuntamenti che inizieranno già questa settimana. Domani, martedì 4 ottobre, alle 18:30, presso la Casa dei diritti di via De Amicis ci sarà un primo momento di restituzione che riguarderà AccogliMI, il progetto dedicato alle ragazze e ai ragazzi tra i 14 e i 18 anni e alle loro famiglie con lo scopo di offrire orientamento psicologico. Si farà un punto sui primi risultati della sperimentazione alla presenza dei partner del Terzo settore che hanno portato avanti il progetto per conto dell'Amministrazione comunale.

Giovedì 6 ottobre alle 18 il Comune propone un webinar per promuovere una riflessione sull'impatto che il disagio psichico ha sulla vita delle persone e sulla costruzione del loro progetto di vita. Un confronto che vedrà protagonisti persone che hanno affrontato o stanno affrontando un momento di fragilità psichica, familiari, professionisti del settore sanitario, operatori del Terzo settore che si occupano di questo tema e membri del Tavolo comunale sulla salute mentale. Sarà possibile seguire la diretta streaming sintonizzandosi su [InComune](#) la WebTvRadio del Comune di Milano.

Sempre il 6 ottobre, alle 10:30, nella sala consiliare del Municipio 8, si terrà la presentazione di #outoftheblack, campagna di sensibilizzazione sulla depressione di Fondazione The Bridge, che vede protagonista lo street artist Lucamaleonte con un'opera d'arte ispirata al concetto di rinascita, simbolo della possibilità di uscire dal tunnel della depressione e dell'importanza di contrastare lo stigma. L'opera è visibile davanti all'entrata della fermata Bonola della M1.

Venerdì 7 ottobre l'appuntamento è alle 14:30 all'Università degli studi di Milano, in via Festa del Perdono, per un incontro dal titolo "Uscire dal disagio. L'ateneo e le istituzioni del territorio a supporto della salute e del benessere psicologico della popolazione studentesca", un momento a cui parteciperanno, tra gli altri, l'assessore al Welfare e salute Lamberto Bertolé, l'assessore all'Istruzione di Regione Lombardia Fabrizio Sala e il prorettore dell'Università degli Studi Gian Vincenzo Zuccotti. Durante l'incontro verranno presentati i risultati dell'indagine portata avanti dalla Statale sul benessere psicologico delle studentesse e degli studenti universitari.

Per partecipare è necessario iscriversi.

Partecipano agli eventi della settimana anche i municipi: numerosissime nel fine settimana dell'8 e 9 ottobre le iniziative del Municipio 1 attraverso i suoi CAM.

Domenica 9 ottobre alle 17:30, presso la Casa delle associazioni e del volontariato di via Saponaro 20 il Municipio 5 presenterà, insieme all'associazione Fare insieme, "Parole e musica in quartiere Gratosoglio per più salute mentale", attività e laboratori realizzati per i cittadini e le cittadine del Municipio; alle ore 18 si svolgerà l'iniziativa online a cura di Jonas Onlus dal titolo "Cosa intende la psicoanalisi per salute mentale? La parola ai terapeuti di Jonas, Telemaco e Gianburrasca" che sarà possibile seguire attraverso le pagine social delle associazioni partecipanti.

Lunedì 10 ottobre, in occasione della Giornata mondiale della Salute mentale, l'evento centrale del palinsesto: dalle 14, presso la Fondazione Catella in via De Castilia 28, all'interno di BAM, l'Amministrazione promuove un insieme di momenti di riflessione che vedranno protagoniste le associazioni, gli enti e le istituzioni che ogni giorno si occupano di cura e salute mentale sul territorio milanese. Una giornata di discussione e confronto con mostre, iniziative teatrali, musica e approfondimenti con esperti provenienti da diversi campi professionali, rivolti agli operatori e alle operatrici e, soprattutto, alla cittadinanza.

Tra le iniziative, si segnalano i seguenti talk:

- alle 18 "Mi vedete? - L'adolescenza e la salute mentale: come riconoscere i campanelli d'allarme e costruire strategie condivise", in cui si approfondiranno i temi dell'isolamento, dell'aggressività, delle variazioni di peso o di abitudini alimentari, l'hikikomori, il ruolo della scuola e della famiglia;
- alle 18:45, l'incontro "Come stai? – Come il nostro linguaggio impatta il nostro modo di sentirci" durante il quale il vicedirettore del Post Francesco Costa, la Psicoterapeuta Serena Barbieri e Isabel Gangitano, content manager e autrice del podcast Le Basi, discuteranno di come le parole fanno la differenza, soprattutto quando si parla di emozioni;
- alle 19:15 sarà il momento del dibattito "Fatti vedere da uno bravo! - Superare lo stigma e orientarsi tra i percorsi d'aiuto".

Contemporaneamente, durante tutto il pomeriggio, sarà possibile visitare alla Stecca degli artigiani, all'interno del parco Biblioteca degli alberi, la mostra "Arte in testa", un'esposizione di lavori realizzati da persone con problemi di fragilità psicologica seguite dalle associazioni membri del tavolo sulla salute mentale coordinato dal Comune di Milano.

Durante la giornata del 10 si concentreranno altre iniziative: il Tram della Salute mentale percorrerà Milano per incontrare la cittadinanza e portare, alle fermate, il suo messaggio contro lo stigma. La partenza è prevista alle 14:45 in piazza Fontana, con tappe in piazza VI Febbraio (15:45) e piazza Castello (16:45). L'iniziativa fa parte del progetto "Città visibile" a cura del Comune di Milano e dell'ASST Fatebenefratello Sacco.

Gli eventi proseguiranno anche dopo la Giornata mondiale della Salute mentale. Sabato 15 ottobre, alle 16:30, presso Casa Jannacci, si terrà l'incontro dal titolo "Enzo Jannacci e Fabrizio De Andrè: le stesse periferie esistenziali", un ricordo musicale e delle testimonianze su due artisti che hanno fornito elementi fondamentali di riflessione sul disagio esistenziale e psicologico.

Il 16 ottobre, alle 16, l'associazione Amici della mente e la compagnia Monkey Monkeys porteranno in scena, al teatro Guanella, "Folia", uno spettacolo teatrale sul mondo affascinante e complesso della follia, espresso attraverso i suoi volti femminili.

In occasione del 10 ottobre giornata mondiale per la salute mentale, infine, Mama chat, associazione per il benessere psicologico e i diritti delle donne, lancerà una nuova campagna a scopo sociale per sostenere l'importanza di superare lo stigma – che spesso impedisce la richiesta d'aiuto da parte di chi sta vivendo una condizione di malessere psicologico – e affrontare il tema della salute mentale come di quella fisica, senza nascondersi o aver paura di essere giudicati.

Il [programma completo](#) delle iniziative è disponibile sul sito del Comune di Milano.

Aggiornato il: 03/10/2022

Stampa  Condividi  



Comune di Milano

Palazzo Marino
Amministrazione Trasparente
Albo Pretorio
Statuto, regolamenti e patrocini
Albi comunali
Protocollo generale e Casa comunale
Cittadella degli archivi
Nomine e loro regolamentazione
Accesso agli atti
Archivio Deliberazioni

Servizi

Ufficio Stampa

Notizie
Elenco eventi

Aree tematiche

Ambiente
Anagrafe
Animali

LINK: <https://www.quindicinews.it/2022/10/milano4mentalhealth-palinese-to-di-eventi-sulla-salute-mentale/>

QUINDICI
NEWS



News

Rubriche

Filtra per zona

Iscriviti alla Newsletter

**MUOVITI
IN SICUREZZA**

**Campagna per la sicurezza stradale
e la tutela dell'ambiente**



Eventi

Milano

3 Ottobre 2022

Milano4mentalhealth, palinese-to di eventi sulla salute mentale

Circa 70 iniziative sulla salute mentale, tema cui è dedicata la Giornata mondiale che si celebra il 10 ottobre.

Aprirsi alla città e coinvolgere cittadini e stakeholders in una riflessione collettiva su un tema spesso trascurato, ma che è diventato sempre più importante soprattutto negli ultimi due anni. Con questo obiettivo il Comune di Milano promuove "Milano4mentalhealth – Non c'è salute senza salute mentale", un palinese-to di circa 70 iniziative sulla salute mentale, tema cui è dedicata la Giornata mondiale che si celebra il 10 ottobre.

L'iniziativa si inserisce anche nell'impegno di Milano come città che detiene la vice presidenza nazionale della Rete Città sane, il progetto promosso dall'Organizzazione mondiale della sanità che favorisce il ruolo e l'impegno dei comuni italiani nelle politiche di promozione della salute a livello locale.

Noi pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell'ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica. Perché il benessere psicologico diventi un diritto e una priorità per tutti e tutte è però necessario renderlo di interesse per tutti e tutte. Per questo motivo, a partire da quest'anno, abbiamo voluto coinvolgere ogni attore in campo. Partecipano in maniera attiva a Milano4mentalhealth2022 il mondo del Terzo settore, le università milanesi, i municipi, e anche i privati, per la costruzione di un programma molto vasto di iniziative che

favoriscano una discussione aperta sul tema e un coinvolgimento attivo della cittadinanza, seguendo il messaggio trasversale secondo cui ‘non c’è salute senza salute mentale’, con l’obiettivo di superare lo stigma che ancora colpisce chi vive una condizione di fragilità o di patologia mentale e normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico. Questo palinsesto vuole essere un punto di partenza per intraprendere un discorso che vogliamo portare avanti per tutto il resto del mandato.

L’assessore al Welfare e Salute **Lamberto Bertolé**.

In questi anni abbiamo assistito a un aumento importante del disagio psichico e delle sue manifestazioni per una serie di ragioni differenti tra cui vale la pena certamente ricordare non solo gli effetti della pandemia, ma anche l’aumentato utilizzo di alcool e sostanze stupefacenti, soprattutto tra i giovani, e, non ultima, la ridotta disponibilità di diverse figure professionali che lavorano nei servizi pubblici, idealmente deputate al pronto riconoscimento e trattamento dei diversi disturbi che afferiscono all’area della salute mentale: psichiatri, psicologi, assistenti sociali, educatori e tecnici della riabilitazione psichiatrica. Secondo l’Agenzia Ats di Milano, nel 2021, circa il 10% della popolazione milanese – di cui la maggioranza donne (58%) – avrebbe ricevuto una diagnosi di condizione psichiatrica e avuto accesso al consumo di farmaci o a prestazioni riconducibili al disagio psichico. Per affrontare una situazione così complessa, è importante poter contare sulla collaborazione di istituzioni come il Comune che sono a fianco dei servizi sanitari per garantire che l’attenzione su questi temi resti alta a tutti i livelli di governo.

Bernardo Dell’Osso, professore ordinario di Psichiatria, direttore del dipartimento di Salute Mentale e Dipendenze presso l’ASST Fatebenefratelli-Sacco di Milano e membro del Tavolo sulla Salute mentale coordinato dal Comune di Milano.

È importante lavorare per rovesciare la prospettiva affinché l’espressione salute mentale non sia considerata solo in relazione a una condizione patologica, ma venga intesa nella sua accezione più ampia come una condizione di benessere a cui tutti possiamo e dobbiamo concorrere. Per questo motivo sosteniamo il valore di questa iniziativa perché sempre di più attragga e coinvolga la cittadinanza e, da molti anni, partecipiamo attivamente, accanto al Comune, alla realizzazione degli eventi in occasione della Giornata mondiale. Per affrontare un tema così importante come quello della salute mentale è fondamentale creare una sinergia virtuosa tra tutti gli attori che se ne occupano sul territorio. Questo gioco di squadra trova il suo atterraggio nel Tavolo istituito dal Comune.

Annalisa Cerri, psicologa, espressione del Terzo settore e rappresentante del coordinamento del Tavolo Salute mentale comunale.

Diversi gli appuntamenti che inizieranno già questa settimana. Martedì 4 ottobre, alle 18,30, presso la Casa dei Diritti di via De Amicis ci sarà un primo momento di restituzione che riguarderà AccogliMI, il progetto dedicato alle ragazze e ai ragazzi tra i 14 e i 18 anni e alle loro famiglie con lo scopo di offrire orientamento psicologico. Si farà un punto sui primi risultati della sperimentazione alla presenza dei partner del Terzo settore che hanno portato avanti il progetto per conto dell’Amministrazione comunale.

Giovedì 6 ottobre alle 18 il Comune propone un webinar per promuovere una riflessione sull’impatto che il disagio psichico ha sulla vita delle persone e sulla costruzione del loro progetto di vita. Un confronto che vedrà protagonisti persone che hanno affrontato o stanno affrontando un momento di fragilità psichica, familiari, professionisti del settore sanitario, operatori del Terzo settore che si occupano di questo tema e membri del Tavolo comunale sulla salute mentale. Sarà possibile seguire la diretta streaming sintonizzandosi su InComune la Web Tv Radio del Comune di Milano al [link](#).

Sempre il 6 ottobre, alle 10.30, nella sala consiliare del Municipio 8, si terrà la presentazione di #OUTOFTHEBLACK, campagna di sensibilizzazione sulla depressione di Fondazione The Bridge, che vede protagonista lo street artist Lucamaleonte con un’opera d’arte ispirata al concetto di rinascita, simbolo della possibilità di uscire dal tunnel della depressione e dell’importanza di contrastare lo stigma. L’opera è visibile davanti all’entrata della fermata Bonola della M1.

Venerdì 7 ottobre l’appuntamento è alle 14.30 all’Università degli studi di Milano, in via Festa del Perdono, per un incontro dal titolo “Uscire dal disagio. L’ateneo e le istituzioni del territorio a supporto della salute e del benessere psicologico della popolazione studentesca”, un momento a cui parteciperanno, tra gli altri, l’assessore al Welfare e salute Lamberto Bertolé, l’assessore all’Istruzione di Regione Lombardia Fabrizio Sala e il prorettore dell’Università degli Studi Gian Vincenzo Zuccotti. Durante l’incontro verranno presentati i risultati dell’indagine portata avanti dalla Statale sul benessere psicologico delle studentesse e degli studenti universitari.

Per partecipare è necessario iscriversi al [link](#).

Partecipano agli eventi della settimana anche i municipi: numerosissime nel fine settimana dell’8 e 9 ottobre le iniziative del Municipio 1 attraverso i suoi CAM.

Domenica 9 ottobre alle 17.30, presso la Casa delle associazioni e del volontariato di via Saponaro 20 il Municipio 5

presenterà, insieme all'associazione Fare insieme, "Parole e musica in quartiere Gratosoglio per più salute mentale", attività e laboratori realizzati per i cittadini e le cittadine del Municipio; alle ore 18 si svolgerà l'Iniziativa online a cura di Jonas Onlus dal titolo "Cosa intende la psicoanalisi per salute mentale? La parola ai terapeuti di Jonas, Telemaco e Gianburrasca" che sarà possibile seguire attraverso le pagine social delle associazioni partecipanti.

Lunedì 10 ottobre, in occasione della Giornata mondiale della Salute mentale, l'evento centrale del palinsesto: dalle 14, presso la Fondazione Catella in via De Castilia 28, all'interno di BAM, l'Amministrazione promuove un insieme di momenti di riflessione che vedranno protagoniste le associazioni, gli enti e le istituzioni che ogni giorno si occupano di cura e salute mentale sul territorio milanese. Una giornata di discussione e confronto con mostre, iniziative teatrali, musica e approfondimenti con esperti provenienti da diversi campi professionali, rivolti agli operatori e alle operatrici e, soprattutto, alla cittadinanza.

Tra le iniziative, si segnalano i seguenti talk:

- alle 18 "Mi vedete? – L'adolescenza e la salute mentale: come riconoscere i campanelli d'allarme e costruire strategie condivise", in cui si approfondiranno i temi dell'isolamento, dell'aggressività, delle variazioni di peso o di abitudini alimentari, l'hikikomori, il ruolo della scuola e della famiglia;
- alle 18,45, l'incontro "Come stai? – Come il nostro linguaggio impatta il nostro modo di sentirci" durante il quale il vicedirettore del Post Francesco Costa, la Psicoterapeuta Serena Barbieri e Isabel Gangitano, content manager e autrice del podcast Le Basi, discuteranno di come le parole fanno la differenza, soprattutto quando si parla di emozioni;
- alle 19.15 sarà il momento del dibattito "Fatti vedere da uno bravo! – Superare lo stigma e orientarsi tra i percorsi d'aiuto".

Contemporaneamente, durante tutto il pomeriggio, sarà possibile visitare alla Stecca degli artigiani, all'interno del parco Biblioteca degli alberi, la mostra "Arte in testa", un'esposizione di lavori realizzati da persone con problemi di fragilità psicologica seguite dalle associazioni membri del tavolo sulla salute mentale coordinato dal Comune di Milano.

Durante la giornata del 10 si concentreranno altre iniziative: il Tram della Salute mentale percorrerà Milano per incontrare la cittadinanza e portare, alle fermate, il suo messaggio contro lo stigma. La partenza è prevista alle 14.45 in piazza Fontana, con tappe in piazza VI Febbraio (15.45) e piazza Castello (16.45). L'iniziativa fa parte del progetto "Città visibile" a cura del Comune di Milano e dell'Asst Fatebenefratello Sacco.

Gli eventi proseguiranno anche dopo la Giornata mondiale della Salute mentale. Sabato 15 ottobre, alle 16.30, presso Casa Jannacci, si terrà l'incontro dal titolo "Enzo Jannacci e Fabrizio De Andrè: le stesse periferie esistenziali", un ricordo musicale e delle testimonianze su due artisti che hanno fornito elementi fondamentali di riflessione sul disagio esistenziale e psicologico.

Il 16 ottobre, alle 16, l'associazione Amici della mente e la compagnia Monkey Monkeys porteranno in scena, al teatro Guanella, "Folia", uno spettacolo teatrale sul mondo affascinante e complesso della follia, espresso attraverso i suoi volti femminili.

In occasione del 10 ottobre giornata mondiale per la salute mentale, infine, Mama Chat, associazione per il benessere psicologico e i diritti delle donne, lancerà una nuova campagna a scopo sociale per sostenere l'importanza di superare lo stigma – che spesso impedisce la richiesta d'aiuto da parte di chi sta vivendo una condizione di malessere psicologico – e affrontare il tema della salute mentale come di quella fisica, senza nascondersi o aver paura di essere giudicati.

Il programma completo delle iniziative è disponibile sul sito del Comune di Milano al [link](#).

Magazine

The image shows the cover of the magazine 'QUINDICI'. At the top, it says 'www.quindicinews.it' and '026969'. Below that, there are several headlines: 'MILANO PESCHIERA B. MELEGNANO MEDIGLIA SEGRATE', 'Rincari delle bollette', and 'AREA B E C: COS'È CAMBIATO CON OTTOBRE'. There is also a QR code and a small image of a person's face.

LINK: <https://www.sanitainformazione.it/salute/depressione-maggiore-in-uno-spray-nasale-nuove-speranze-di-cura-per-i-pazienti-farmaco-resistenti/>



- SALUTE
- LAVORO
- FORMAZIONE
- POLITICA
- AMBIENTE
- MONDO
- COVID-19
- PODCAST
- MELA AL GIORNO
- PROFESSIONI SANITARIE
- SPECIALI
- UNIVERSO SANITÀ

SALUTE | 25 Ottobre 2022 16:09

Depressione maggiore: in uno spray nasale nuove speranze di cura per i pazienti “farmaco-resistenti”



Il nuovo farmaco, l'Esketamina, approvato dall'AIFA lo scorso aprile, ha effetti più rapidi ed è più efficace per alcune forme di depressione resistenti ai trattamenti. Vita (SIP): «La nuova molecola, da utilizzare in associazione ai trattamenti standard, è un farmaco ad uso ospedaliero, che può essere utilizzato nelle strutture sanitarie accreditate del SSN, sotto stretto controllo medico».

di *Isabella Faggiano*



È uno spray nasale, si chiama **Esketamina**, un derivato della ketamina, ed offre nuove speranze di cura alle persone affette da depressione maggiore che non rispondono alle terapie. Secondo le stime dell'Organizzazione Mondiale della Sanità sarebbero circa 300 mila in Italia e 100 milioni nel mondo i **pazienti “farmaco-resistenti”**. «I trattamenti generalmente utilizzati per la cura della **depressione** maggiore hanno due limiti principali: agiscono a circa tre settimane di distanza dalla prima somministrazione ed hanno effetto sul 70% dei pazienti affetti da questa patologia», dice il professore **Antonio Vita**, vicepresidente della Società Italiana di Psichiatria (SIP) e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia. Al contrario, l'Esketamina, approvata dall'AIFA lo scorso aprile, ha un'azione molto più rapida.

Lo studio

L'Esketamina è stata oggetto di vari studi, uno condotto in Italia. La ricerca, coordinata dall'Università G. D'Annunzio di Chieti e dall'Università di Brescia e pubblicata sul **Journal of Affective Disorders**, ha coinvolto 116 pazienti trattati con il nuovo farmaco in forma di spray nasale, in cura presso 22 diversi centri italiani. Oltre il 64% dei pazienti trattati ha mostrato un miglioramento significativo, tra questi 4 su 10 hanno avuto una remissione completa della **malattia**. «La nuova molecola, da utilizzare in associazione ai trattamenti standard, anticipa il suo effetto di circa quindici giorni rispetto alle terapie finora utilizzate», spiega il professore Vita.

I numeri della depressione

«In Italia, la depressione maggiore, ovvero la forma più grave di questa patologia, colpisce tra il **5-7% della popolazione**, percentuale aumentata del 25% a seguito della pandemia da **Covid-19**. Sono generalmente le donne ad essere più colpite, con un rapporto di 2:1 rispetto alla popolazione maschile, anche se, dall'esplosione dell'emergenza sanitaria, anche giovanissimi e anziani appaiono maggiormente in pericolo. La familiarità - aggiunge lo specialista -, pur essendo un fattore di rischio, non è una condizione che certamente predispone un soggetto alla patologia».

I trattamenti

Ma una buona notizia c'è: **dalla depressione si può guarire**. «La storia delle terapie che hanno rivoluzionato il trattamento di questa patologia è lunga cinquant'anni. Oggi - racconta il professore Vita - grazie ai progressi ottenuti attraverso la ricerca scientifica disponiamo di trattamenti sempre più efficaci e, soprattutto, ben tollerati dai pazienti. Si va dai farmaci cosiddetti **serotoninergici**, cioè che agiscono sulla serotonina, ad altre formulazioni che hanno un effetto mirato su più neurotrasmettitori, fino a quelli multimodali, così definiti perché in grado di coinvolgere diversi **sistemi neurotrasmettitoriali**. È l'insieme di questi farmaci che oggi consente di ottenere ottimi risultati, seppur con i limiti già citati (agiscono circa dopo 3/4 settimane ed hanno effetto sul 70% dei pazienti)».

Trattamenti complementari

Tuttavia, coloro che sono affetti da forme di **depressione** resistenti ai trattamenti non devono perdersi d'animo, poiché esistono ancora diverse strade da poter tentare. «Dopo aver accertato l'esatta somministrazione del farmaco prescritto è possibile ricorrere al potenziamento di quei farmaci che non hanno sortito l'effetto desiderato, attraverso l'associazione di specifiche molecole. Ancora, esistono trattamenti non farmacologici efficaci, come la **psicoterapia ad impostazione cognitivo comportamentale**». L'ultimo grande passo, come detto, è rappresentato dall'Esketamina, anche se gli specialisti invitano alla prudenza: serviranno ulteriori studi clinici affinché questa innovazione terapeutica possa diventare uno strumento effettivo e routinario nelle mani di tutta la psichiatria italiana.

Iscriviti alla Newsletter di Sanità Informazione per rimanere sempre aggiornato



ARTICOLI CORRELATI

Sport in ricetta medica, Sbröllini (Iv): «Aiutiamo a crescere sani i giovani, SSN ne beneficerà»

La senatrice di Italia Viva ripresenterà il disegno di legge sullo sport in ricetta medica e sulle detrazioni fiscali per l'attività sportiva: «A volte, a causa di difficoltà economiche, il genitore rinuncia a mandare il figlio a fare sport perché ci sono altre priorità». Medici di medicina generale e pediatri favorevoli

di Giovanni Cedrone

Congresso Internazionale CEDH: il trattamento del disagio psicologico nella gen-C

Tassone (CEDH): «Tra i temi al centro del Congresso i nuovi codici per la cura dei bambini e degli adolescenti del XXI secolo, le risposte in oncologia pediatrica, per i disturbi ginecologici, le fobie scolari, la sindrome dermo-respiratoria e molti altri»

di Isabella Faggiano

«Ho le farfalle nello stomaco» non è solo una metafora: ce lo dicono le pillole furbe

Un nuovo studio italiano, coordinato dal Dipartimento di Psicologia della Sapienza e dal laboratorio IIT Neuroscience and Society, ha dimostrato l'esistenza di una

LINK: <https://medicoepaziente.it/2022/depressione-chiedere-aiuto-per-uscire-dal-buco-nero/>

medico
e paziente

MEDICINA NEWS SANITÀ NEWS PREVENZIONE ASSOCIAZIONI AZIENDE NUTRIZIONE FORMAZIONE CERCA Q

SANITÀ NEWS



Depressione, chiedere aiuto per uscire dal buco nero

19 Ottobre 2022

Alessandro Visca

Sanità News

Un buco nero che si trasforma in un bouquet di fiori. Quest'immagine realizzata dallo street artist Lucamaleonte in una piazza periferica di Milano è il simbolo della campagna di sensibilizzazione sulla depressione #OUTOFTHEBLACK.

La campagna, lanciata da Fondazione The Bridge, è realizzata con il contributo non condizionato di Angelini Pharma. L'iniziativa, che ha ottenuto il patrocinio, tra gli altri, della Società Italiana di Medicina Generale (SIMG) e della Società Italiana di Psichiatria (SIP) prevede la realizzazione di un'articolata comunicazione sui social Facebook e Instagram e sul sito internet di Fondazione The Bridge, con informazioni sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari.

L'impatto della depressione, con numeri in crescita

I numeri sull'impatto globale della depressione sono impressionanti: l'OMS stima che colpisca circa 280 milioni di persone, ossia il 5% della popolazione adulta, e le donne in misura superiore di 2/3 volte rispetto agli uomini. In Italia la depressione è il più diffuso disturbo della salute mentale e riguarda 3,5 milioni di persone, inoltre la pandemia da Covid-19 ha avuto un impatto significativo sulla salute mentale, soprattutto degli adolescenti. Secondo dati recenti un adolescente su quattro ha sintomi clinici di depressione e uno su cinque segni di un disturbo d'ansia.

In pochi si rivolgono allo specialista

Un'indagine ISTAT stima che meno del 50% delle persone depresse riceva una diagnosi corretta e solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate. **Rosaria Iardino**, Presidente di Fondazione The Bridge, commenta:

“ sono troppo poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto al trattamento della depressione. Vige ancora un forte stigma verso la malattia; i pregiudizi rispetto alle possibilità di cura, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli principali che impediscono l'accesso a percorsi terapeutici adeguati.”

Antonio Vita, vicepresidente SIP e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia, aggiunge:

“ La depressione è una malattia vera e propria che va curata, esattamente come avviene per le altre patologie soprattutto perché dalla depressione si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare significativamente la qualità della vita del paziente. I sintomi possono includere una tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, auto-svalutazione, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito; in questi casi, la prima cosa da fare è quella di rivolgersi al medico, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare la persona a un corretto percorso terapeutico. Lo specialista di riferimento per la cura della depressione è lo psichiatra e solitamente il trattamento include la terapia farmacologica, elemento cardine della cura, e la psicoterapia”.

Il ruolo del Medico di Famiglia

la famiglia ha un ruolo centrale nel supporto a chi soffre di depressione, spingendolo a uscire dall'isolamento. Il Medico di Famiglia può individuare la patologia e indirizzare il paziente allo specialista.

Daiana Taddeo, referente Area Nazionale Ricerca della SIMG spiega:

“ La medicina generale è da sempre impegnata a cogliere gli aspetti più profondi della persona. Le alterazioni del tono dell'umore oggi rappresentano un problema che colpisce la popolazione di qualsiasi età, ma sono disponibili risposte terapeutiche e strumenti a sostegno del paziente che devono assolutamente essere implementati. È importante uscire dallo stigma e parlare delle nostre emozioni. Il medico di famiglia ascolta, riconosce e prende in carico. Le associazioni, le strutture del territorio, le famiglie, i medici di medicina generale e psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, volontari dei centri di accoglienza: tutto fa rete e ognuno può avere il proprio ruolo per affrontare la depressione”.

Ultima revisione: 19 Ottobre 2022 – **Alessandro Visca**

Angelini depressione MMG

f Facebook t Twitter in LinkedIn ✉ Email

Alessandro Visca

Giornalista professionista specializzato in editoria medico-scientifica, editor, formatore.

Articoli correlati



LINK: <https://www.dica33.it/notizie/38577/outoftheblack-campagna-sensibilizzazione-sulla-depressione.asp>



[Home](#) / [Salute oggi](#) / [Notizie e aggiornamenti](#) / [#OUTOFTHEBLACK](#) la campagna di sensibilizzazione sulla depressione

21 ottobre 2022

Aggiornamenti e focus

#OUTOFTHEBLACK la campagna di sensibilizzazione sulla depressione



[Archivio notizie »](#)

In occasione della Giornata Mondiale della Salute, Fondazione The Bridge lancia **#OUTOFTHEBLACK**, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione realizzata con il contributo non condizionato di Angelini Pharma. L'iniziativa, che ha ottenuto il patrocinio della Società Italiana di Medicina Generale (SIMG), della Società Italiana di Psichiatria (SIP), della Sezione Regionale Lombardia della SIP (SIP-LO) e del Municipio 8 di Milano, prevede la realizzazione di un'articolata campagna sui social Facebook e Instagram e sul sito internet di Fondazione The Bridge con informazioni concrete sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari.

L'OMS stima che la depressione sia una delle principali cause di disabilità a livello globale, colpendo circa 280 milioni di persone, ossia il 5% della popolazione adulta, e in misura superiore di 2/3 volte le donne rispetto agli uomini. Durante l'emergenza Covid la prevalenza di ansia e depressione ha fatto registrare aumenti record, pari al 25%. In Italia la depressione è il più diffuso disturbo della salute mentale e riguarda 3,5 milioni di persone, ma, secondo un'indagine ISTAT, si stima che meno del 50% riceva una diagnosi corretta e solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate. Sono ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni sulla depressione, il male oscuro che sta facendo registrare dati preoccupanti tra i giovani italiani, circa 8 milioni e 200 mila ragazzi tra i 12 e i 25 anni, nei quali si assiste a un forte aumento di casi: secondo studi recenti il problema riguarda oggi una popolazione molto ampia: un adolescente su quattro ha sintomi clinici di depressione e uno su cinque un disturbo d'ansia.

"Questo fenomeno - commenta il Dr. Mauro Emilio Percudani, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano - è probabilmente associato al diffondersi di stili di vita scorretti - come abuso di alcol e stupefacenti, regimi alimentari sbilanciati - alle trasformazioni sociali delle strutture familiari e amicali e alle trasformazioni tecnologiche che hanno contribuito a far aumentare sentimenti di inadeguatezza e sofferenza psichica. Un insieme di fattori che è stato amplificato da una "sospensione" delle abitudini di vita degli ultimi anni provocata dalla pandemia".

#OUTOFTHEBLACK nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora oggi circonda questa patologia. La depressione è come un buco nero in cui si precipita senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto. Tutto è iniziato in una piazza periferica di Milano (Metro Bonola) dove Lucamaleonte, noto street artist, ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, lo street artist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia. L'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione e alla tendenza a sminuire questa patologia. "Siamo lieti che il nostro territorio sia stato scelto per portare avanti un messaggio così forte e importante - dichiara Giulia Pelucchi, Presidente del Municipio 8 di Milano - Il nostro impegno per la salute mentale è stato un crescendo e auspichiamo che un'iniziativa di tale impatto possa dare la giusta attenzione ad un tema oggi ancor più urgente".

Rosaria Iardino, Presidente di Fondazione The Bridge, ha affermato: "Vige ancora un forte stigma verso la malattia; i pregiudizi rispetto alle possibilità di cura, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli principali che impediscono l'accesso a percorsi terapeutici adeguati. Per questo è così importante far luce su questa malattia ed è fondamentale rafforzare la rete sul territorio tra tutti gli operatori che ogni giorno entrano in contatto con persone che soffrono di questo genere di disturbi". "Siamo orgogliosi di affiancare la Fondazione The Bridge in questo progetto di sensibilizzazione - conclude Domenico Lucatelli, Italy Market Access Manager di Angelini Pharma - La nostra Azienda è impegnata da sempre nel campo della salute mentale, attraverso investimenti nella ricerca e in iniziative in grado di migliorare la qualità di vita dei pazienti e di combattere pregiudizi e tabù".

fonte: Doctor33

Tags:

Mente e cervello

Salute oggi

Notizie e aggiornamenti

In evidenza:

- [Depressione: cause, sintomi, cure](#)

Salute oggi:

- [Notizie e aggiornamenti](#)
- [Libri e pubblicazioni](#)
- [Dalle aziende](#)
- [Appunti di salute](#)

LINK: <https://www.true-news.it/pharma/salute-mentale-lo-psichiatra-vita-le-terapie-funzionano-ma-servono-piu-soldi-per-il-settore>

TRUE.

POLITICS

PHARMA

ECONOMY

ATTUALITÀ

FUTURE

SPORTS

SHOW

EVENTS

Q

Home - Pharma - Salute mentale, lo psichiatra Vita: “Le terapie funzionano ma servono più soldi per il settore”

Salute mentale, lo psichiatra Vita: “Le terapie funzionano ma servono più soldi per il settore”

L'intervista ad Antonio Vita, professore ordinario di psichiatria presso l'Università di Brescia e Direttore Unità Operativa degli Spedali Civili di Brescia.

Pubblicato il 12 Ottobre 2022 - Aggiornato il 12 Ottobre 2022 alle 12:10 di Luigi Lupo

Pochi giorni fa si è celebrata la **giornata mondiale della salute mentale**. A Roma, domani, si riunisce il “**Global Mental Health**”, uno dei più grandi eventi dedicati a un tema che è ormai al centro dell'attenzione. Clinica e mediatica. Perché la pandemia, con la paura del contagio e le misure restrittive, ha fatto emergere un numero preoccupante di casi di ansia e depressione. Ma anche di altre tipologie di disturbi della mente.



Le cure ci sono. E anche efficaci. Ma c'è da superare un muro: quello dello stigma. True-News.it ne ha parlato con **Antonio Vita**, professore ordinario di psichiatria presso l'Università di Brescia e Direttore Unità Operativa degli Spedali Civili di Brescia.

Professore, la situazione è degenerata dopo la fase più acuta della pandemia?

Una persona su 8 nel corso della vita presenta disturbo mentale. Ma la situazione si è aggravata con il Covid: abbiamo evidenze di un incremento del 25% per quanto riguarda ansia e depressione.

Che è un disturbo ad alta diffusione, anche in Italia. Ha una prevalenza, nel corso della vita, del 10%. E' un disturbo che provoca grandi disabilità: è considerata la prima causa persino più rilevante delle patologie cardiovascolari.

Come stanno rispondendo i vostri servizi?

Stiamo reagendo bene, siamo rimasti aperti durante tutto il periodo del Covid. Ma registriamo un'impennata delle richieste sia nell'ambito psichiatrico sia nell'ambito psicologico. Ci sono state delle iniziative a livello di legislazione nazionale.

E poi c'è un elemento maggiore: quello della telemedicina. Strumento nato durante i lockdown ma ormai diventato parte integrante degli strumenti di terapia.

A proposito di leggi, come giudica il bonus di Speranza?

Il poco è meglio del niente. Credo che questa misura sia, però, servita ad accendere i riflettori sulla salute mentale. Ci vorrebbero più risorse da parte del servizio sanitario nazionale. Abbiamo anche qui bisogno di più investimenti perchè il disagio cresce anche in linea con le preoccupazioni economiche.

Servono soldi per le strutture esistenti.

Possiamo dire che è servito almeno a superare lo stigma nei confronti della salute mentale?

E' un argomento che riguarda l'accesso alle cure che noi abbiamo in maniera adeguata. Il problema, però, è quello di avvicinare le persone agli interventi appropriati. La lotta allo stigma è uno dei temi di tutte le iniziative dedicate alla salute mentale. Scontiamo un ritardo rispetto ad altre discipline: sappiamo del passaggio cruciale nell'ambito delle patologie tumorali.

Ora bisogna valorizzare le campagne di screening

Come si curano i disturbi di questo tipo? Ci sono altre vie oltre i farmaci, quindi gli antidepressivi, e la psicoterapia?

Non sono solo due le strade. Ma una serie di interventi psicosociali di tipo riabilitativo, efficaci nelle forme più gravi. Le cure farmacologiche hanno fatto grandi passi in avanti, con terapie efficaci e ben tollerate, affiancate alla psicoterapia. Ma servono più investimenti per approcci ulteriori e un intervento integrato e multidisciplinare.

A livello farmacologico, quali sono le nuove frontiere della ricerca? Si parla di una ritrovata attenzione verso gli psichedelici

Si sta lavorando, a livello farmacologico, sulle disfunzioni cognitive, molto frequenti nelle psicosi. Ci sono alcuni composti che lavorano in questa direzione. Per la depressione, ora abbiamo nuove soluzioni terapeutiche che possono essere di supporto anche nelle forme più severe.”

Pharma



Ti potrebbe interessare anche [outbrain](#)





Chi è Natalia Titova, che malattia ha e perché peggiora

Chi è Natalia Titova e che malattia ha? L'ex ballerina di Ballando con le stelle è stata costretta per problemi di salute a ritirarsi

(true-news.it)



LINK: https://www.repubblica.it/salute/2022/10/09/news/salute_mentale_giornata_oms-368952071/

Seguici su:  

SALUTE

CERCA 

FESTIVAL DI SALUTE 2022 COVID SPORTELLLO CUORE TUMORI PSICOLOGIA ALIMENTAZIONE LONGFORM VIDEO PODCAST SCRIVICI

adv

Comunicazione di marketing

Gestiamo attivamente fondi obbligazionari costruendo ogni giorno legami di fiducia con i nostri investitori.

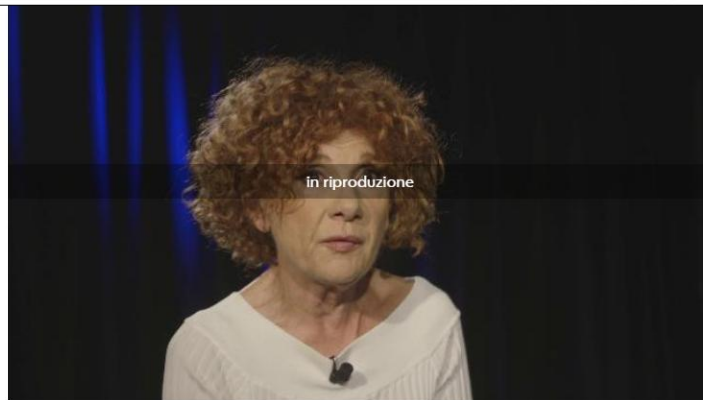
PIMCO®

 CONTENUTO PER GLI ABBONATI

Giornata della salute mentale, un problema per una persona su otto. Cancelliamo lo stigma

di Giulia Masoero Regis



In Italia sono 3,5 milioni le persone con depressione ma, secondo l'Istat, meno della metà riceve una diagnosi e solo 1 paziente su 3 ottiene le cure adeguate. Il disagio può sfociare nell'autolesionismo e nel suicidio. Il 40% dei ragazzi conosce un coetaneo che si fa male da solo

09 OTTOBRE 2022 AGGIORNATO 10 OTTOBRE 2022 ALLE 11:13

 5 MINUTI DI LETTURA

L'Organizzazione mondiale della sanità ha definito la depressione la malattia del secolo, mentre la rivista scientifica *The Lancet*, in occasione della giornata mondiale della salute mentale 2022, come ogni anno celebrata il 10 ottobre, ha dato vita a una commissione per mettere fine allo stigma e alla discriminazione dei disturbi mentali. Due fatti per capire quanto il problema della salute mentale sia reale, ma allo stesso tempo ancora poco compreso. Il pregiudizio che coinvolge queste patologie riguarda sia chi le vive, colpevolizzandosi, sia chi le osserva, considerandole malattie immaginarie.

PUBBLICITÀ

Dati nel mondo e in Italia

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

Dati nel mondo e in Italia

Della loro concretezza parlano i numeri. Come riporta *The Lancet*, si stima che globalmente 1 persona su 8 conviva con un problema di salute mentale e che la pandemia abbia contribuito ad aumentare del 25% i casi di ansia e depressione in tutto il mondo. Restringendo il campo all'Italia, sono 3,5 milioni le persone con depressione ma, secondo un'indagine Istat, si calcola che meno della metà sia diagnosticata e che solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate.

In occasione del World Mental Health Day 2022, Ipsos ha presentato i risultati di uno studio internazionale sulle opinioni dei cittadini riguardo la propria salute mentale. Pensando ai principali problemi di salute che le persone intervistate in 34 Paesi devono affrontare oggi, il 36% degli intervistati nomina la salute mentale, in aumento di 5 punti rispetto al 2021 (31%), superando per la prima volta il cancro (34%) e diventando il secondo problema di salute percepito a livello internazionale, subito dopo il Covid-19 (47%).

PUBBLICITÀ



Il 55% degli italiani dichiara di pensare spesso al proprio benessere mentale, in aumento di 4 punti rispetto al 2021 e leggermente sotto la media internazionale pari al 58%. Guardando, invece, al benessere fisico si registrano percentuali più alti: il 77% degli italiani afferma di pensarci spesso, in aumento di 5 punti rispetto allo scorso anno e sopra la media internazionale pari al 70%.

Gli effetti dello stress sono i problemi di salute mentale segnalati più frequentemente a livello internazionale, con il 63% (dati Ipsos) che dichiara di essersi sentito (almeno una volta) stressato al punto da aver condizionato la propria vita quotidiana. Inoltre, il 59% afferma che lo stress ha avuto un forte impatto al punto da avere la sensazione di non essere in grado di affrontare le situazioni, di sentirsi triste o di non avere alcuna speranza (52%) oppure di non riuscire neanche a lavorare per un certo periodo di tempo (39%). Infine, un quarto (25%) dichiara di aver pensato al suicidio o all'autolesionismo una volta nell'ultimo anno.

Malattie immaginarie

"C'è ancora chi è convinto che la malattia mentale sia uno stato d'animo passeggero oppure una colpa individuale. Mentre molti genitori ne sentono la responsabilità quando colpisce i figli", commenta **Stefano Vicari**, professore ordinario di Neuropsichiatria infantile all'Università Cattolica di Roma.

"Queste equazioni allontanano dalla richiesta di aiuto, perché ci si sente colpevoli e si ha paura di essere giudicati. Invece le patologie mentali sono multifattoriali: un incrocio tra fattori biologici, genetici, ambientali. Educazione, temperamento ed esperienze giocano un ruolo, ma non sono le uniche determinanti".

Si fatica a considerare queste malattie reali anche perché, a differenza di altre patologie, manca un esame, un valore o una qualsiasi prova tangibile che le mostri. "Il fatto di non avere marker biologici per fare una diagnosi alimenta la difficoltà a comprenderle" conviene Vicari. "Ma il comportamento di una persona è il marker più potente: se la nostra vita quotidiana inizia ad essere condizionata dai nostri livelli di

potente: se la nostra vita quotidiana inizia ad essere condizionata dai nostri livelli di ansia o di tristezza e non riusciamo più a lavorare, uscire e stare bene, non possiamo e non dobbiamo ignorarlo".

La salute mentale nei giovani

La presenza dei disturbi mentali è pervasiva anche - e soprattutto - tra i giovani. I dati riportati su *The Lancet* parlano, a livello globale, di 1 ragazzo su 7 tra i 10 e i 19 anni. "Nel mondo ne soffre il 10% dei bimbi in età pediatrica e il 20% degli adolescenti. Le patologie mentali più diffuse in queste fasce di età sono ansia, depressione, altri disturbi dell'umore e disturbi ossessivo-compulsivi. La loro incidenza è persino maggiore della malattie infettive o dei tumori, eppure queste ultime colpiscono molto di più l'immaginario collettivo quando si parla di bambini" continua Vicari, anche responsabile di Neuropsichiatria dell'infanzia e dell'adolescenza all'Irccs Ospedale Pediatrico Bambino Gesù.

Autolesionismo, suicidio, depressione, come intervenire se chi sta male è in famiglia

di Paola Emilia Cicerone
24 Aprile 2022



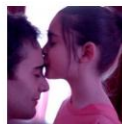
I casi di autolesionismo

Sempre nel nostro Paese, un'indagine realizzata dal Laboratorio Adolescenza insieme a Lundbeck Italia su oltre 5mila adolescenti, ha rilevato che quasi il 40% conosce un coetaneo che pratica autolesionismo. "Dietro l'83% circa dei casi di autolesionismo o suicidio si nasconde la depressione. Da dati americani emerge che il suicidio è la seconda causa di morte tra i 10 e i 25 anni, dopo gli incidenti stradali. In Italia per fortuna negli ultimi anni i tentativi di suicidio sono leggermente diminuiti, mentre sono aumentati i casi di autolesionismo e di ideazione suicidaria".

Ideazione suicidaria significa che un ragazzo va a vedere il luogo in cui vorrebbe compiere l'atto, come un ponte, oppure inizia a comprare e ad accumulare farmaci che gli serviranno per togliersi la vita.

Elaborazione del lutto, un film racconta una storia di coraggio dopo la morte di un genitore

di Claudia Carucci
08 Aprile 2022



Difficile accesso alle cure

Nonostante la diffusione, sono ancora poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto. Il perché si può provare a spiegare in tre modi. Primo: c'è difficoltà ad accedere alle cure specialistiche. Anche se è stato di recente introdotto il bonus psicologo (che comunque non riesce a coprire un lungo percorso terapeutico), la psicoterapia non è offerta dal Sistema sanitario nazionale e anche le assicurazioni private rimborsano solo qualche seduta.

Secondo: si fatica a riconoscere il problema e a decidere di parlarne con qualcuno, come il medico di base, che in questo campo dovrebbe essere cardinale nel riconoscere i segnali di un disturbo mentale e traghettare verso lo specialista.

La salute psichica influenza quella fisica. E' un capitale che non dobbiamo dimenticare

di David Lazzari
13 Aprile 2022



Lo stigma verso lo psichiatra

Lo stigma verso lo psichiatra

E terzo: permane uno stigma anche nei confronti dello psichiatra. "Viene visto come il medico delle condizioni più gravi, ma proprio come si va da un cardiologo per un controllo, pure dallo psichiatra si può andare semplicemente per una valutazione" ha commentato **Antonio Vita**, vicepresidente della Società Italiana di psichiatria, alla conferenza stampa che ha dato il via alla campagna di sensibilizzazione sulla depressione #Outoftheblack, realizzata da Fondazione The Bridge con il contributo non condizionato di Angelini Pharma.

"Non bisogna temere di chiedere aiuto, perché le malattie mentali si possono curare, come tutte le altre patologie. Nella depressione, ad esempio, il trattamento in genere include la terapia farmacologica e la psicoterapia".

Dalla Ragione: "Boom di casi di anoressia e bulimia ma i centri per la terapia sono diminuiti"

di Valeria Pini
04 Ottobre 2022



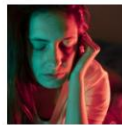
Farmaci di nuova generazione

"Oggi abbiamo a disposizione una vasta gamma di medicinali, molto efficaci, che permettono di personalizzare la cura in base all'età, all'intensità del disturbo e alla presenza di altre patologie, come accade spesso negli anziani" continua lo psichiatra.

"La terapia farmacologica è sempre iniziata con gradualità e si conclude in modo progressivo, per evitare effetti da sospensione che possono scoraggiare il paziente". Il supporto psicologico e sociale in abbinamento alla terapia con farmaci è fondamentale per permettere alla persona di tornare a vivere e a lavorare. In questo campo è prezioso anche il contributo di realtà di assistenza territoriali e nazionali, come la Fondazione Progetto Itaca, che promuove programmi di informazione, supporto e riabilitazione alle persone con disturbi mentali e alle loro famiglie in tutta Italia, con l'obiettivo di creare una società più accogliente.

Depressione? In futuro si potrebbe curare con la luce

di Alessandra Volpe
15 Settembre 2022



Meno effetti collaterali dei farmaci

"I farmaci per la cura dei disturbi mentali sono ancora oggi vittima di un pregiudizio che si portano dietro dal passato, quando causavano pesanti effetti collaterali e lasciavano il segno su cui li utilizzava", sottolinea **Ughetta Radice Fossati**, segretario generale della Fondazione. "Il progresso della farmacologia nella salute mentale, invece, è praticamente identico a quello che abbiamo ottenuto in oncologia, ma mentre oggi più o meno tutti sanno che alcuni tumori si possono curare, persiste l'idea che una persona con malattia mentale non potrà più integrarsi a pieno titolo nella società".

Un Podcast racconta l'autolesionismo: storie di ragazze interrotte, dalle ferite alla rinascita

di Valeria Pini e Anna Silvia Zippel
28 Febbraio 2021



Campagne e visite gratuite

Proprio sul fronte della prevenzione e della maggiore informazione agiscono in occasione della giornata mondiale del 10 ottobre alcune iniziative. Come la già citata #Outoftheblack, la campagna di sensibilizzazione attiva sui social e sul sito di Fondazione The Bridge, con informazioni concrete sulla depressione e consigli su come affrontarla, e l'(H)-Open Day Salute Mentale di Fondazione Onda, l'Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere.

L'iniziativa, con l'obiettivo di sensibilizzare sulla diagnosi precoce e favorire l'accesso alle cure, lunedì 10 ottobre offre visite psichiatriche, colloqui psicologici, sportelli di ascolto, somministrazione di test e altri servizi in 140 ospedali italiani (tutte le informazioni sul sito www.bollinirosa.it).

Il ritorno di Cinzia Leone e della Signorina Vaccaroni: "Gli sportelli degli psicologi sono aperti dalle 8 alle 8"



Argomenti

depressione

salute mentale

LINK: https://www.quotidianosanita.it/studi-e-analisi/articolo.php?articolo_id=107955

Redazione | Pubblicità | Contatti

quotidiano**sanità**.it

Studi e Analisi

Quotidiano on line
di informazione sanitaria
Martedì 11 OTTOBRE 2022



Home | Cronache | Governo e Parlamento | Regioni e Asl | Lavoro e Professioni | Scienza e Farmaci | Studi e Analisi | Archivio

segui **quotidiano**sanità**.it**



[Tweet](#) [Condividi](#) [Condividi 1](#) [stampa](#)

Il Ministero e la partecipazione dei pazienti: e fu così che la montagna partorì il topolino

di Rosaria Iardino

Che un atto di indirizzo riguardi esclusivamente le procedure interne all'amministrazione che lo adotta è cosa nota, ma è altrettanto evidente che in un momento storico in cui si dibatte sulla patient centricity e a livello regionale ci sono diverse, spesso contrastanti, ricette per implementare la partecipazione nelle prassi decisionali sanitarie (e ancora più spesso, ahimè, non ve n'è alcuna) il Ministero avrebbe potuto approfittare di questa opportunità e fungere da modello di riferimento per le amministrazioni regionali



11 OTT - È cosa nota che il dibattito sulla necessità di una sempre maggiore partecipazione dei pazienti nei processi di definizione delle policy sanitarie a livello regionale sia molto acceso in questa particolare fase storica.

Io stessa mi sono pubblicamente espressa diverse volte per segnalare alcune posizioni che, dal mio punto di vista, potevano generare derive preoccupanti, ribadendo quelli che ritengo siano alcuni punti fermi da non perdere di vista, tra i quali il primato dell'associazionismo, collegato alla necessità di un'adeguata formazione dei rappresentanti chiamati a partecipare ai tavoli di confronto istituzionali.

In questo contesto, qualche giorno fa, il Segretariato Generale del Ministero della Salute ha adottato e trasmesso alle Direzioni Generali l'"[Atto di indirizzo riguardante le modalità di partecipazione ai processi decisionali del Ministero della salute da parte delle associazioni o organizzazioni dei cittadini e dei pazienti impegnate su tematiche sanitarie](#)". Il documento è il risultato – assai scarno – di un Gruppo di studio sulla partecipazione delle Associazioni di cittadini operanti in ambito sanitario, istituito con decreto del Capo di Gabinetto del 22 aprile 2021, presso il Ministero della Salute, con il mandato di "definire il ruolo, le modalità e le forme di partecipazione ai processi decisionali del Ministero della Salute da parte delle Associazioni e degli Enti, con particolare riferimento a quelli attivi nella società civile, nella rappresentanza dei pazienti e dei cittadini, e impegnati, ciascuno con le finalità specificamente connesse alla propria mission, nell'ambito sanitario". La decisione di istituire tale Gruppo scaturiva dalla volontà – alquanto tardiva – di dare corso a quanto previsto dalla scheda 14 del Patto per la salute 2019/21 in tema di partecipazione civica.

Il Gruppo di studio è stato coordinato dal Capo della Segreteria tecnica e vi hanno preso parte rappresentanti provenienti dal Segretariato Generale, dalle Direzioni Generali del Ministero, da Agenas, dall'Università Cattolica del Sacro Cuore, dalla Conferenza delle Regioni e – a meno che le mie informazioni non siano errate – da una sola associazione. Un'associazione, peraltro, di cittadini e non di pazienti. Tale documento sarebbe stato poi "validato", nel corso dell'Evento svoltosi presso il Ministero della Salute il 27 luglio 2022, da quello che il Segretariato Generale, nella nota che accompagna l'adozione dell'atto, definisce come un "ampio consesso di Associazioni più rappresentative".

Ma al netto della dubbia rappresentatività di tale gruppo di studio e dell'opacità con cui è stata garantita la partecipazione delle associazioni di pazienti – oltre naturalmente a quella degli altri stakeholder della società civile, che pure avrebbero potuto offrire il proprio contributo – quello che balza subito agli occhi nel prendere visione dell'Atto di indirizzo è che il Ministero della Salute ha clamorosamente mancato un'opportunità e che, dopo tanto rumore, la montagna ha partorito il topolino.

Che un atto di indirizzo riguardi esclusivamente le procedure interne all'amministrazione che lo adotta è cosa nota, ma è altrettanto evidente che in un momento storico in cui si dibatte sulla patient centricity e a livello regionale ci sono diverse, spesso contrastanti, ricette per implementare la partecipazione nelle prassi decisionali sanitarie (e ancora più spesso, ahimè, non ve n'è alcuna) il Ministero avrebbe potuto approfittare

QS newsletter

ISCRIVITI ALLA NOSTRA NEWS LETTER
Ogni giorno sulla tua mail tutte le notizie di
Quotidiano Sanità.

OS gli speciali



La sanità secondo Giorgia Meloni. Basta vaccini obbligatori per il Covid, Authority contro la "malasanità" e corsia preferenziale di accesso alle cure per chi fa gli screening con regolarità

[tutti gli speciali](#)

iPiùLetti [7 giorni] [30 giorni]

- 1 Covid. Gimbe: "È una nuova ondata ma il Paese non reagisce: campagna vaccinale ferma, stop alle mascherine e ora arriva anche l'influenza"
- 2 Ecco i migliori ospedali al mondo suddivisi per 11 specialità. Gli italiani in buona posizione. La nuova classifica del Newsweek

di questa opportunità e fungere da modello di riferimento per le amministrazioni regionali. Avrebbe potuto aprire un tavolo di confronto con il mondo della rappresentanza dei pazienti per comprendere le diverse posizioni, provare a tracciare una sintesi e offrire un esempio pilota per guidare le Regioni su un percorso comune.

Al contrario, dopo aver istituito un Gruppo di lavoro nel 2021 – la cui stessa rappresentatività ci sembra discutibile – oggi il Ministero ha deciso di non decidere, attraverso un Atto di indirizzo che appare assolutamente generico, sia nella terminologia che adotta, sia nelle soluzioni procedurali a cui accenna vagamente, e di sicuro non sufficiente a rispondere agli obiettivi prefissati; un Atto che, di fatto, rimanda all'adozione di un provvedimento successivo, che chissà quando potremo vedere.

Dispiace, in sostanza, che alcune occasioni siano sprecate con una tale noncuranza, quando il tema meriterebbe una riflessione comune, evitando che si sviluppino i più disparati approcci in un contesto che richiede, al contrario, un'attenzione collaborativa e omogenea sul territorio nazionale, al fine di evitare possibili e intuibili discrepanze regionali.

È per questo motivo che, fin dal 2019, Fondazione The Bridge ha deciso di supportare un gruppo di associazioni di pazienti che ha avviato in Lombardia un'interlocuzione con le istituzioni regionali e che ha portato all'organizzazione di diversi appuntamenti di ascolto e coinvolgimento delle realtà associative territoriali.

Come naturale evoluzione di questo percorso, insieme a questo gruppo stiamo oggi lavorando al "Laboratorio nazionale delle associazioni di pazienti" in programma il 5 novembre dalle ore 9.30 alle ore 18 presso Palazzo Giureconsulti a Milano. Sarà un momento di dialogo e confronto tra organizzazioni di pazienti di diverse patologie, che favorirà lo scambio di best practice, con l'obiettivo dichiarato di presentare alle Istituzioni una posizione condivisa sul giusto ruolo della rappresentanza delle associazioni dei pazienti, chiamate ad essere, nei confronti del sistema sanitario e delle istituzioni, interlocutori attivi sempre più formati e strutturati, anche in virtù della riforma del Terzo settore. Tale coinvolgimento, infatti, sta diventando sempre più una priorità etica e strategica per l'implementazione di un modello assistenziale partecipativo ancorato al territorio.

Invito dunque tutte le associazioni di pazienti nazionali e regionali interessate a unirsi e partecipare a questo fondamentale momento di confronto così da dare un segnale importante a chi ancora ha bisogno di imparare ad ascoltare.

Per partecipare o richiedere maggiori informazioni sull'iniziativa, scrivere a: segreteria@fondazionethebridge.it

Rosaria Iardino
Presidente Fondazione The Bridge

11 ottobre 2022
© Riproduzione riservata

- 3 Comparto sanità. Via libera del Consiglio dei Ministri al rinnovo del contratto 2019-2021
- 4 Contratto Dirigenza sanità: approvato atto d'indirizzo. Sono interessati 135.000 dirigenti ed avrà un impatto economico di poco meno di 650 milioni di euro. Ecco cosa prevede
- 5 Vaccini Covid. Quarta dose per donne in gravidanza e allattamento. Iss aggiorna le indicazioni
- 6 Covid. Dopo 2 giorni senza sintomi con tampone negativo si potrà uscire da isolamento. Regioni e tecnici Ministero ci pensano. Ma Speranza frena: "Per ora nessun cambiamento"
- 7 Nove medici su dieci a favore dell'istituzione della scuola di specializzazione universitaria in medicina generale
- 8 Long-Covid. Dopo 12 mesi crescono i sintomi psichici. Depressione, ansia e insonnia in aumento del 20%
- 9 Covid. Tornano le mascherine? "Se la situazione peggiora reintrodurle al chiuso". La bozza di circolare del Ministero della Salute. Ma in serata il ministro Speranza blocca tutto
- 10 Scuole specializzazione mediche. È fuga dal pronto soccorso: il 50% dei contratti non è stato assegnato. L'analisi dell'Anaa

Altri articoli in Studi e Analisi



Rapporto Gimbe sul Ssn: "Politica dei tagli finita ma il finanziamento del Ssn resta insufficiente. Siamo nel G7 ma spendiamo come i Paesi dell'Europa orientale. Nuovo Governo rimetta la sanità al centro della sua agenda politica"



Forum 180. Antonello d'Elia: "Legge 180 e legge 833, una convivenza difficile"



Giornata mondiale salute mentale. Prima del Covid quasi un miliardo di persone aveva problemi, con la pandemia ansia e depressione aumentati del 25%. E secondo un'indagine oggi la salute mentale preoccupa più del cancro



Salute mentale. Commissione Ue: "È un'emergenza sanitaria"



Salute mentale. Indagine Iss: "Nei primi sei mesi del 2021 diminuite di quasi il 24% le persone in cura presso i servizi rispetto al 2019 mentre è aumentato il tempo di ricovero nelle strutture"



Salute mentale. Pregiudizi "peggio della malattia stessa": mortalità per tumore e infarto 2,6 volte più alta tra i pazienti psichiatrici

Quotidianosanità.it
Quotidiano online
d'informazione sanitaria.
QS Edizioni srl
P.I. 12298601001

Direttore responsabile
Cesare Fassari
Direttore editoriale
Francesco Maria Avitto

Redazione
Tel (+39) 06.59.44.62.23
Tel (+39) 06.59.44.62.26
Fax (+39) 06.59.44.62.28
redazione@qsedizioni.it

Pubblicità
Tel. (+39) 06.89.27.28.41
commerciale@qsedizioni.it

Copyright 2013 © QS Edizioni srl.
Tutti i diritti sono riservati
- P.I. 12298601001
- iscrizione al ROC n. 23387
- iscrizione Tribunale di Roma n. 115/3013 del 22/05/2013

Via Giacomo Peroni, 400

Presidente

Chi sceglie di proseguire nella navigazione su questo sito oppure di chiudere questo banner, esprime il consenso all'uso dei cookie. [Privacy Policy](#)

Proseguì

Lunedì, 10 Ottobre 2022, 02:36

AAA

Doctor33

CERCA

DALLE AZIENDE
FORUM
ARCHIVIO 2002-2007
DIVENTA ESPERTO DI DICA33
BIBLIOTECA DIGITALE
BACHECA ANNUNCI
OSSERVATORIO

SERVIZI

CARDIOLOGIA
DIABETOLOGIA
ENDOCRINOLOGIA
GINECOLOGIA
MEDICINA INTERNA
NUTRIZIONE
PEDIATRIA

CANALI TEMATICI

HOME NEWS CANALI TEMATICI BACHECA ANNUNCI BIBLIOTECA DIGITALE CODIFA APPROFONDIMENTI FORUM

POLITICA E SANITÀ

Home / [Politica e Sanità](#) / [Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione: arriva #OUTOFTHEBLACK](#)

ott
10
2022

Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione: arriva #OUTOFTHEBLACK

TAGS: DEPRESSIONE, SALUTE MENTALE, GIORNATA MONDIALE SALUTE MENTALE

Vuoi ricevere in anteprima nella tua casella di posta le notizie di politica sanitaria, clinica e scienza?

[Iscriviti a Medikey](#)



ARTICOLI CORRELATI

09-10-2020 | Salute mentale, Oms: Covid ha interrotto servizi in 93% paesi. Speranza: Rafforzare dipartimenti

22-02-2022 | Covid-19, disturbi di salute mentale a un anno dall'infezione. Ecco il bilancio

16-09-2021 | Disturbi mentali, in Italia ne soffre una persona su 4. Riparte la Campagna "Insieme per la Salute mentale"

In occasione della Giornata Mondiale della Salute che si celebra il 10 di ottobre, Fondazione The Bridge lancia #OUTOFTHEBLACK, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione realizzata con il contributo non condizionato di Angelini Pharma. L'iniziativa, che ha ottenuto il patrocinio della Società Italiana di Medicina Generale (SIMG), della Società Italiana di Psichiatria (SIP), della Sezione Regionale Lombardia della SIP (SIP-LO) e del Municipio 8 di Milano, prevede la realizzazione di un'articolata campagna sui social Facebook e Instagram e sul sito internet di Fondazione The Bridge con informazioni concrete sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari.

L'OMS stima che la depressione sia una delle principali cause di disabilità a livello globale, colpendo circa 280 milioni di persone, ossia il 5% della popolazione adulta, e in misura superiore di 2/3 volte le donne rispetto agli uomini. Durante l'emergenza Covid la prevalenza di ansia e depressione ha fatto registrare aumenti record, pari al 25%. In Italia la depressione è il più diffuso disturbo della salute mentale e riguarda 3,5 milioni di persone, ma, secondo

un'indagine ISTAT, si stima che meno del 50% riceva una diagnosi corretta e solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate.

Sono ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni sulla depressione, il male oscuro che sta facendo registrare dati preoccupanti tra i giovani italiani, circa 8 milioni e 200 mila ragazzi tra i 12 e i 25 anni, nei quali si assiste a un forte aumento di casi: secondo studi recenti il problema riguarda oggi una popolazione molto ampia: un adolescente su quattro ha sintomi clinici di depressione e uno su cinque un disturbo d'ansia.

"Questo fenomeno - commenta il Dr. **Mauro Emilio Percudani**, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano - è probabilmente associato al diffondersi di stili di vita scorretti - come abuso di alcol e stupefacenti, regimi alimentari sbilanciati - alle trasformazioni sociali delle strutture familiari e amicali e alle trasformazioni tecnologiche che hanno contribuito a far aumentare sentimenti di inadeguatezza

MEDIKEY

IL SOCIAL di Doctor33

ACCEDI

Non sei ancora iscritto? [REGISTRATI! >>](#)

Iscriviti a DoctorNews33
Il quotidiano online del medico italiano

IN LIBRERIA

Informatore farmaceutico 2022

[Scheda Libro >](#)

[CONSULTA IL CATALOGO EDIZIONI EDRA >](#)

DALLE AZIENDE

cCurare l'insufficienza mitralica grave

[Scheda prodotto >](#)

[CONSULTA IL CATALOGO DALLE AZIENDE >](#)

I FOCUS DI DOCTOR33

18-01-2022
Smettere di fumare migliora la sopravvivenza, anche dopo la diagnosi di tumore ai polmoni

Dire addio alla sigaretta, anche dopo aver ricevuto una diagnosi di cancro ai polmoni, permette di migliorare la sopravvivenza del 29% rispetto a continuare con tale abitudine, secondo quanto riferisce una revisione della letteratura portata avanti...

[» ELENCO FOCUS](#)

I PIÙ LETTI DI POLITICA E SANITÀ

30-09-2022 | Medicina territoriale, vaccini e personale sanitario. Come sarà la sanità del CentroDestra

28-09-2022 | Mmg, la diagnostica in studio passa per la casa di comunità. Firmato il decreto. Ecco cosa prevede

29-09-2022 | Università, in arrivo i nuovi test. Ecco come cambieranno i quiz per l'accesso a medicina

04-10-2022 | Covid-19, Omicron è in calo e circolano nuove varianti. Ecco quali sono e cosa ci si deve aspettare

e sofferenza psichica. Un insieme di fattori che è stato amplificato da una "sospensione" delle abitudini di vita degli ultimi anni provocata dalla pandemia".

#OUTOFTHEBLACK nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora oggi circonda questa patologia. La depressione è come un buco nero in cui si precipita senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto. Tutto è iniziato in una piazza periferica di Milano (Metro Bonola) dove **Lucamaleonte**, noto street artist, ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, lo street artist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia. L'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione e alla tendenza a sminuire questa patologia. "Siamo lieti che il nostro territorio sia stato scelto per portare avanti un messaggio così forte e importante - dichiara **Giulia Pelucchi**, Presidente del Municipio 8 di Milano - Il nostro impegno per la salute mentale è stato un crescendo e auspichiamo che un'iniziativa di tale impatto possa dare la giusta attenzione ad un tema oggi ancor più urgente".

Rosaria Iardino, Presidente di Fondazione The Bridge, ha affermato: "Vige ancora un forte stigma verso la malattia; i pregiudizi rispetto alle possibilità di cura, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli principali che impediscono l'accesso a percorsi terapeutici adeguati. Per questo è così importante far luce su questa malattia ed è fondamentale rafforzare la rete sul territorio tra tutti gli operatori che ogni giorno entrano in contatto con persone che soffrono di questo genere di disturbi".
"Siamo orgogliosi di affiancare la Fondazione The Bridge in questo progetto di sensibilizzazione - conclude **Domenico Lucatelli**, Italy Market Access Manager di Angelini Pharma - La nostra Azienda è impegnata da sempre nel campo della salute mentale, attraverso investimenti nella ricerca e in iniziative in grado di migliorare la qualità di vita dei pazienti e di combattere pregiudizi e tabù".

© RIPRODUZIONE RISERVATA

▶ Registrati a **Medikey** e scopri i nostri servizi dedicati



- ESPERTO RISPONDE
- DOCTOR ALERT
- SONDAGGI
- PREFERITI
- EVENTI
- ANNUNCI
- CASI CLINICI
- RICERCA UN COLLEGA



ULTIMI ARTICOLI DELLA SEZIONE

07-10-2022 | Covid-19, i test rapidi sono efficaci? I dubbi in uno studio di Nature

07-10-2022 | Covid-19, si a vaccini bivalenti in gravidanza in ogni fase gestazione. Le indicazioni aggiornate

07-10-2022 | Covid-19, Rt sale sopra soglia epidemica. Il report Iss

LINK: <http://www.donnainsalute.it/news/outoftheblack-dalla-depressione-puo-nascere-un-fiore/>

CHI SIAMO

PRESENTAZIONE

VIDEO

EVENTI

L'ESPERTA RISPONDE

CONTATTI



RICERCA



HOME

MEDICINA

FOOD E RICETTE

BEAUTY E MEDICINA ESTETICA

PIANETA BAMBINO

PSICOLOGIA

TURISMO E BENESSERE

CULTURA E SOCIETÀ

#OUTOFTHEBLACK: dalla depressione può nascere un fiore

Psicologia 10 Ottobre 2022 9:28

Anche dalla depressione può (ri)nascere un fiore. Se viene adeguatamente "curata", con la stessa attenzione con cui si coltiva un virgulto: dal primo sbocciare alle fasi di sviluppo. È questo il messaggio forte e positivo, di **#OUTOFTHEBLACK**, campagna di sensibilizzazione alla depressione, presentata in occasione della **Giornata della Salute Mentale** (10 Ottobre), promossa dalla **Fondazione The Bridge** in collaborazione con **Angelini Pharma**. La campagna è ideata dallo street artist **Lucamaleonte** che, in una piazza periferica di Milano (Metro Bonola), ha dato un volto nuovo, di rinascita, alla depressione trasformando il buco nero che pervade l'animo e la psiche in un bouquet ricco di fiori che prende vita in una scultura originale. Un cambiamento avvenuto tutto in una notte, simboleggiando che il percorso di presa di coscienza e superamento di questa condizione è possibile. Con l'aiuto di esperti e terapie dedicate, farmacologiche innanzitutto, affiancate da psicoterapia. «La depressione è una malattia vera e propria che va curata – dichiara **Antonio Vita**, Vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia – da cui si può guarire o, nei casi più gravi, migliorare significativamente la qualità della vita. In presenza di tristezza persistente, perdita di interesse verso le attività quotidiane, auto-svalutazione, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito occorre rivolgersi al medico o allo psichiatra, specialista di riferimento per la cura della depressione, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare a un corretto percorso terapeutico». Eppure questo non sempre avviene: complice ancora lo stigma, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza che aleggia attorno alla depressione, limitano l'accesso a percorsi terapeutici adeguati.

«È fondamentale rafforzare la rete sul territorio tra tutti gli operatori che ogni giorno entrano in contatto con persone che soffrono di questo genere di disturbi – sottolinea **Rosaria Iardino**, Presidente di Fondazione The Bridge – facendo del benessere psicologico una tutela e priorità per tutti». Anche in funzione dei numeri: secondo l'ISTAT, 3,5 milioni di italiani soffrono di depressione, in misura maggiore le donne, ma solo il 50% riceve diagnosi corretta e 1 paziente su 3 cure adeguate, con manifestazioni in crescita anche fra i giovani. Interessa circa 8 milioni e 200 mila ragazzi tra i 12 e i 25 anni, un adolescente su quattro con sintomi di depressione e uno su cinque con segni di un disturbo d'ansia, numeri destinati ad aumentare a seguito della pandemia e di stili di vita scorretti: abuso di alcol e stupefacenti, regimi alimentari sbilanciati, le trasformazioni sociali delle strutture familiari e amicali, l'uso di tecnologie a discapito delle relazioni umane hanno contribuito a far aumentare sentimenti di inadeguatezza e sofferenza psichica. Anche la famiglia ha la sua parte, importante: deve svolgere un ruolo a tutti gli effetti di care-giver spronando la persona con depressione a rivolgersi al medico di fiducia per essere indirizzato agli specialisti competenti in caso di sintomi e offrendo il giusto supporto e la comprensione psico-emotiva.

«Le associazioni, le strutture del territorio – ribadisce **Daiana Taddeo**, referente Area Nazionale Ricerca SIMG – le famiglie, i medici di medicina generale e psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, volontari dei centri di accoglienza: tutto fa rete intorno al paziente e ognuno può avere il proprio ruolo nel risolvere la depressione, senza mai sminuire o ridicolizzare le emozioni di chi ne soffre, né con forzature ad uscire o a far praticare attività che non si sente di fare». **#OUTOFTHEBLACK** ha ottenuto il patrocinio della **Società Italiana di Medicina Generale**, della **Società Italiana di Psichiatria**, della **Sezione Regionale Lombardia della SIP** e del **Municipio 8 di Milano** e prevede un'articolata sensibilizzazione sui social Facebook e Instagram e sul sito internet di Fondazione The

A CURA DI



FRANCESCA MORELLI

Responsabile rubrica "Pianeta Bambino": free-lance, collabora con testate web e cartacee di scienza, salute e...

NEWS

#OUTOFTHEBLACK: dalla depressione può nascere un fiore

10 Ottobre 2022

Psicologi: al via la Campagna "Mettili in buone mani"

4 Ottobre 2022

Tutta la Psicologia italiana sarà a Padova per un importante Congresso nazionale

21 Settembre 2022

Giornata per la Prevenzione del Suicidio: un rischio accentuato nel martoriato popolo ucraino

8 Settembre 2022

"Mi vedete?": il corto sulla depressione nei giovani presentato al Giffoni Film Festival

23 Agosto 2022

Fondazione Soleterre: oltre 130 mila le richieste per il bonus psicologico

3 Agosto 2022

Archivio News

Bridge con informazioni concrete sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari.

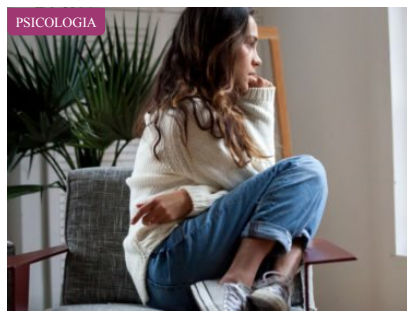
Francesca Morelli

[FACEBOOK](#) [TWITTER](#) [PINTEREST](#) [LINKEDIN](#) [GOOGLE+](#)
[EMAIL](#)

Tags

[ANTONIO VITA](#) [DAIANA TADDEO](#) [DEPRESSIONE](#) [FONDAZIONE THE BRIDGE](#) [GIORNATA DELLA SALUTE MENTALE](#) [LUCAMALEONTE](#) [ROSARIA IARDINO](#) [SOCIETÀ ITALIANA MEDICINA GENERALE](#) [SOCIETÀ ITALIANA PSICHIATRIA](#)

Articoli correlati



Salute mentale: aumenta tra gli adolescenti il disagio psico-emozionale

● Francesca Morelli 10 Ottobre 2022

Fragili, insicuri, ma al contempo consapevoli del proprio disagio. Gli adolescenti e i ragazzi tra 13 e 19...



Come dialogare di sessualità con i giovani

● Francesca Morelli 6 Luglio 2022

La disinformazione regna sovrana fra adolescenti e giovani. Almeno quando si parla di sessualità, sesso e...

LINK: <https://www.dietrolanotizia.eu/2022/10/giornata-mondiale-della-salute-mentale-le-iniziativa-a-milano/>

☁️
15.7 °C
Milano
lunedì, Ottobre 10, 2022



DietroLaNotizia.eu

QUOTIDIANO ONLINE

HOME AMBIENTE ▾ ATTUALITA' ▾ CULTURA ▾ MUSICA ▾ SPORT ▾ TURISMO CHI SIAMO ▾ ALTRO ▾ 🔍

CURIOSITA'

DigitalPR express
Dal visitatore al tuo business

Aumenta le tue vendite, fai conoscere il Tuo Brand

Scopri **Digital PR Express** e la sua Strategia unica

Scopri di più >

Festival VILLA ARCONATI
Dal 7 al 19 Luglio 2022 - Bollate (MI)

asknews

10/10/2022 ore 11:14 - Von der Leyen: propos

Home > EVENTI

EVENTI SALUTE

Giornata Mondiale della Salute Mentale: le iniziative a Milano



By **Giorgia Rossi**

10 Ottobre 2022

👁️ 7 🗨️ 0

- Advertisement -

Vuoi far crescere il tuo PORTFOLIO CLIENTI?

SMART WEBSEO SITI WEB POSIZIONAMENTO

Potenzia la tua strategia di marketing
Semplici visibili e al giusto prezzo



ULTIMI ARTICOLI



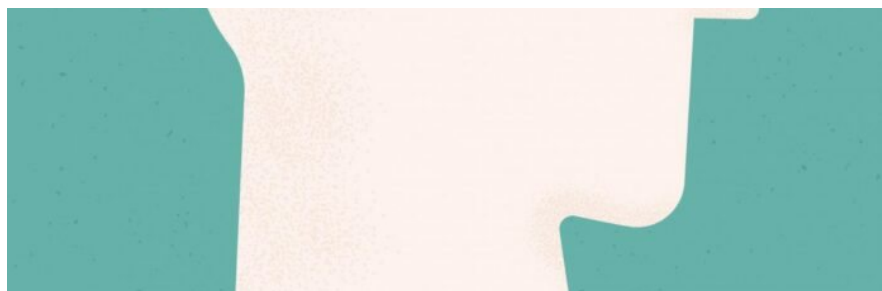
TEATRI

"SOLO PIU' un ANDIRIVIENI. Passaggio da un altro ad un altro": al Teatro Out Off, dal 12 al 16 ottobre



MODA & GOSSIP

Amber Heard, ex di Johnny Depp, avvistata permanentemente a Palma de Mallorca



salute_mentale

Oggi, lunedì **10 ottobre**, in occasione della **Giornata mondiale della Salute mentale**, il **Comune di Milano** organizza una serie di iniziative nell'ambito del palinsesto **#Milano4mentalhealth**.



giornata-mondiale-salute-mentale

LE INIZIATIVE

Attività teatrali e laboratoriali aperte

Dalle 14 alle 18, presso la **Fondazione Catella**, in via De Castillia 28, all'interno della BAM, si terranno attività teatrali e laboratoriali aperte alla cittadinanza. A seguire, dalle 18 alle 20, l'Amministrazione promuove un momento di riflessione, con talk e approfondimenti che vedranno protagonisti le associazioni, gli enti e le istituzioni che ogni giorno si occupano di cura e salute mentale sul territorio milanese.

Mi vedete? – L'adolescenza e la salute mentale: come riconoscere i campanelli d'allarme e costruire strategie condivise

L'assessore al Welfare e Salute **Lamberto Bertolé** interverrà alle 18 al talk dal titolo **"Mi vedete? – L'adolescenza e la salute mentale: come riconoscere i campanelli d'allarme e costruire strategie condivise"**, in cui si approfondiranno i temi dell'isolamento, dell'aggressività, delle variazioni di peso o di abitudini alimentari, l'hikikomori, il ruolo della scuola e della famiglia. Ne discuterà insieme alla presidente della cooperativa Minotauro Anna Arcari, alla preside dell'IIS Luxemburg Annamaria Borando, alla direttrice dell'Uonpia della Fondazione Policlinico Antonella Costantino, al docente di psichiatria delle dipendenze presso l'università Sapienza Sergio De Filippis, allo psicologo e docente universitario Matteo Lancini, al docente di Sociologia della salute presso l'Università di Bologna Antonio Maturo e alla presidente dell'Ordine degli psicologi della Lombardia Laura Parolin.

Fatti vedere da uno bravo! – Superare lo stigma e orientarsi tra i percorsi d'aiuto



EVENTI

Giornata Mondiale della Salute Mentale: le iniziative a Milano



MUSICA

Gabriel Grillotti - "C'est l'amour", è il nuovo singolo del cantautore toscano



EVENTI

L'11 ottobre alla Reggia di Caserta «Lilt cento anni di prevenzione»

Carica di più ▾

Tra gli appuntamenti si segnala, inoltre, alle 19.15, il dibattito dal titolo **"Fatti vedere da uno bravo! – Superare lo stigma e orientarsi tra i percorsi d'aiuto"**, per discutere di come il linguaggio spesso sia una rappresentazione plastica del pregiudizio nei confronti di chi convive con un disturbo mentale o con una temporanea situazione di disagio.

Interverranno Alessandro Albizzati, direttore dell'Uonpia dell'Asst Santi Paolo e Carlo, Marina Brambilla, prorettrice per i Servizi agli Studenti dell'Università degli Studi di Milano, Elisabetta Camussi, associata di Psicologia Sociale presso l'Università di Milano Bicocca, Annalisa Cerri del Coordinamento tavolo salute mentale del Comune di Milano, Bernardo Dell'Osso, direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Dipendenze dell'Asst FatebeneFratelli Sacco, la psicanalista Paola Ferri, Margherita Fioruzzi, Ceo e co-fondatrice di Mama Chat e Daiana Taddeo, medico di Medicina Generale dell'Ats Milano. Modera la giornalista Rossella Scribano.

Arte in testa

Contemporaneamente, durante tutto il pomeriggio, sarà possibile visitare alla Stecca degli artigiani, all'interno del parco Biblioteca degli alberi, la mostra **"Arte in testa"**, un'esposizione di lavori realizzati da persone con problemi di fragilità psicologica seguite dalle associazioni membri del tavolo sulla salute mentale coordinato dal Comune di Milano.

Il Tram della Salute Mentale

Durante la giornata del 10 si concentreranno altre iniziative: il **Tram della Salute Mentale** percorrerà Milano per incontrare la cittadinanza e portare, alle fermate, il suo messaggio contro lo stigma. La partenza è prevista alle 14,45 in piazza Fontana, con tappe in piazza VI Febbraio (15,45) e piazza Castello (16,45). L'iniziativa fa parte del progetto "Città visibile" a cura del Comune di Milano e dell'Asst Fatebenefratelli Sacco.

IL PROGRAMMA COMPLETO

Il programma completo delle iniziative è consultabile al link <https://www.comune.milano.it/aree-tematiche/servizi-sociali/progetti-e-pubblicazioni/milano-4-mental-health-2022-non-c-e-salute-senza-salute-mentale>.

Altri articoli di [Eventi](#) e Salute su Dietro la Notizia

TAGS [#Milano4mentalhealth](#) [Comune di Milano](#) [Fondazione Catella](#)
[Giornata Mondiale della Salute Mentale](#) [milano](#) [Milano City](#) [Tram della Salute mentale](#)

ARTICOLO PRECEDENTE

Gabriel Grillotti - "C'est l'amour", è il nuovo singolo del cantautore toscano

ARTICOLO SUCCESSIVO

Amber Heard, ex di Johnny Depp, avvistata permanentemente a Palma de Mallorca



Giorgia Rossi

ARTICOLI



La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

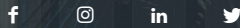
DietroLaNotizia.eu
QUOTIDIANO ONLINE

DIETROLANOTIZIA.IT

Registrazione del Tribunale di Milano N.286 del 15-04-2005 Direttore Responsabile-Editore: Davide Falco

Autorizzazione SIAE n. 350\1\05-475

Contattaci: redazione@dietrolanotizia.it



LINK: <http://www.doctor33.it/politica-e-sanita/giornata-salute-mentale-con-pandemia-disturbi-psichici/>

Lunedì, 10 Ottobre 2022, 13:23

AAA

Doctor33

CERCA

DALLE AZIENDE
FORUM
ARCHIVIO 2002-2007
DIVENTA ESPERTO DI DICA33
BIBLIOTECA DIGITALE
BACHECA ANNUNCI
OSSERVATORIO

SERVIZI

CARDIOLOGIA
DIABETOLOGIA
ENDOCRINOLOGIA
GINECOLOGIA
MEDICINA INTERNA
NUTRIZIONE
PEDIATRIA

CANALI TEMATICI

HOME NEWS CANALI TEMATICI BACHECA ANNUNCI BIBLIOTECA DIGITALE CODIFA APPROFONDIMENTI FORUM

POLITICA E SANITÀ

Home / [Politica e Sanità](#) / [Giornata salute mentale, con pandemia +30% disturbi psichici](#)

ott 10 2022 | Giornata salute mentale, con pandemia +30% disturbi psichici

TAGS: SALUTE MENTALE, GIORNATA MONDIALE SALUTE MENTALE, FONDAZIONE ONDA, PANDEMIA

Vuoi ricevere in anteprima nella tua casella di posta le notizie di politica sanitaria, clinica e scienza?

[Iscriviti a Medikey](#)



Un aumento di quasi il 30% dei disturbi psichici, con almeno 150mila nuovi casi di depressione calcolando solo quelli legati alla perdita di lavoro per la crisi economica causata da Covid-19. I dati arrivano dalla Società italiana di neuropsicofarmacologia (Sinpf) e si aggiungono ai numeri del Rapporto salute mentale 2021 raccolti dal Sistema informativo per la salute mentale-Sism del ministero della salute, secondo cui le persone con malattie psichiatriche assistite dai servizi specialistici nel 2020 sono state 728.338, per il 53,6% donne. E nel 2021 si stima che in Italia 2 persone su 10 convivano con disturbo mentale grave o lieve/moderato. In occasione della Giornata mondiale della salute mentale che si celebra il 10 ottobre, Fondazione Onda-Osservatorio nazionale sulla salute della donna organizza il nono (H)-Open Day Salute mentale, aprendo le porte di oltre 140 ospedali della sua rete 'Bollini rosa' e presidi dedicati ai disturbi della psiche.

L'Open Day è promosso con il patrocinio di Sinpf, Sip (Società italiana di psichiatria), Sipa (Società italiana di psichiatria geriatrica), Cittadinanzattiva e Progetto Itaca Onlus, con il contributo incondizionato di Janssen e Otsuka/Lundbeck.

"La pandemia di Covid-19 ha portato a un aumento dei disturbi, in particolare ansia, depressione, problemi del sonno, panico ed effetti post-traumatici da stress - afferma **Francesca Merzagora**, presidente Fondazione Onda - Questi disturbi impattano negativamente sulla qualità e sulla quantità di vita, investendone tutti gli ambiti, personale, affettivo-familiare, socio-relazionale e lavorativo. Per questo è importante intervenire il prima possibile e chiedere aiuto rappresenta il primo fondamentale passo per affrontare il problema".

Per **Claudio Mencacci**, presidente della Sinpf e del Comitato scientifico di Fondazione Onda, "dobbiamo impegnarci in un'azione di screening preventivo. La difficile realtà degli ultimi 2 anni, aggravata dagli evidenti effetti del cambiamento climatico e della guerra, ha portato a un aumento dell'incidenza di disturbi psichici del 27,6% rispetto all'epoca pre-pandemica, colpendo soprattutto donne e adolescenti. Dagli ultimi dati risulta

MEDIKEY
IL SOCIAL di Doctor33
ACCEDI

Non sei ancora iscritto? [REGISTRATI! >>](#)

Iscriviti a **DoctorNews33**
Il quotidiano online del medico italiano

IN LIBRERIA

Informatore farmaceutico 2022
[Scheda Libro >](#)
CONSULTA IL CATALOGO EDIZIONI EDRA >

DALLE AZIENDE

cCurare l'insufficienza mitralica grave
[Scheda prodotto >](#)
CONSULTA IL CATALOGO DALLE AZIENDE >

I FOCUS DI DOCTOR33

18-01-2022
Smettere di fumare migliora la sopravvivenza, anche dopo la diagnosi di tumore ai polmoni

Dire addio alla sigaretta, anche dopo aver ricevuto una diagnosi di cancro ai polmoni, permette di migliorare la sopravvivenza del 29% rispetto a continuare con tale abitudine, secondo quanto riferisce una revisione della letteratura portata avanti...

[>> ELENCO FOCUS](#)

I PIÙ LETTI DI POLITICA E SANITÀ

30-09-2022 | Medicina territoriale, vaccini e personale sanitario. Come sarà la sanità del CentroDestra

04-10-2022 | Covid-19, Omicron è in calo e circolano nuove varianti. Ecco quali sono e cosa si deve aspettare

29-09-2022 | Università, in arrivo i nuovi test. Ecco come cambieranno i quiz per l'accesso a medicina

03-10-2022 | Malattia professionale, non tutti i medici sono indennizzati. Ecco chi è escluso dalle tutele

infatti che un adolescente su 4 soffre di depressione e uno su 5 di ansia".

28-09-2022 | Mmg, la diagnostica in studio passa per la casa di comunità. Firmato il decreto. Ecco cosa prevede

© RIPRODUZIONE RISERVATA

▶ Registrati a **Medikey** e scopri i nostri servizi dedicati

- ESPERTO RISPONDE
- DOCTOR ALERT
- SONDAGGI
- PREFERITI
- EVENTI
- ANNUNCI
- CASI CLINICI
- RICERCA UN COLLEGA



ULTIMI ARTICOLI DELLA SEZIONE

10-10-2022 | Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione: arriva #OUTOFTHEBLACK

10-10-2022 | Medici famiglia, Silvestro Scotti riconfermato segretario generale Fimmg

10-10-2022 | Medici di famiglia, Testa (Snam): libera professione non è l'unica via per fare al meglio Mmg

RUBRICHE

POLITICA E SANITÀ
CLINICA
PIANETA FARMACO
DIRITTO SANITARIO

CANALI TEMATICI

CARDIOLOGIA
DIABETOLOGIA
ENDOCRINOLOGIA
GINECOLOGIA
MEDICINA INTERNA
PEDIATRIA

SERVIZI

DOCTOR ALERT
ARTICOLI PREFERITI
ESPERTO RISPONDE DICA33
BACHECA ANNUNCI

COMMUNITY

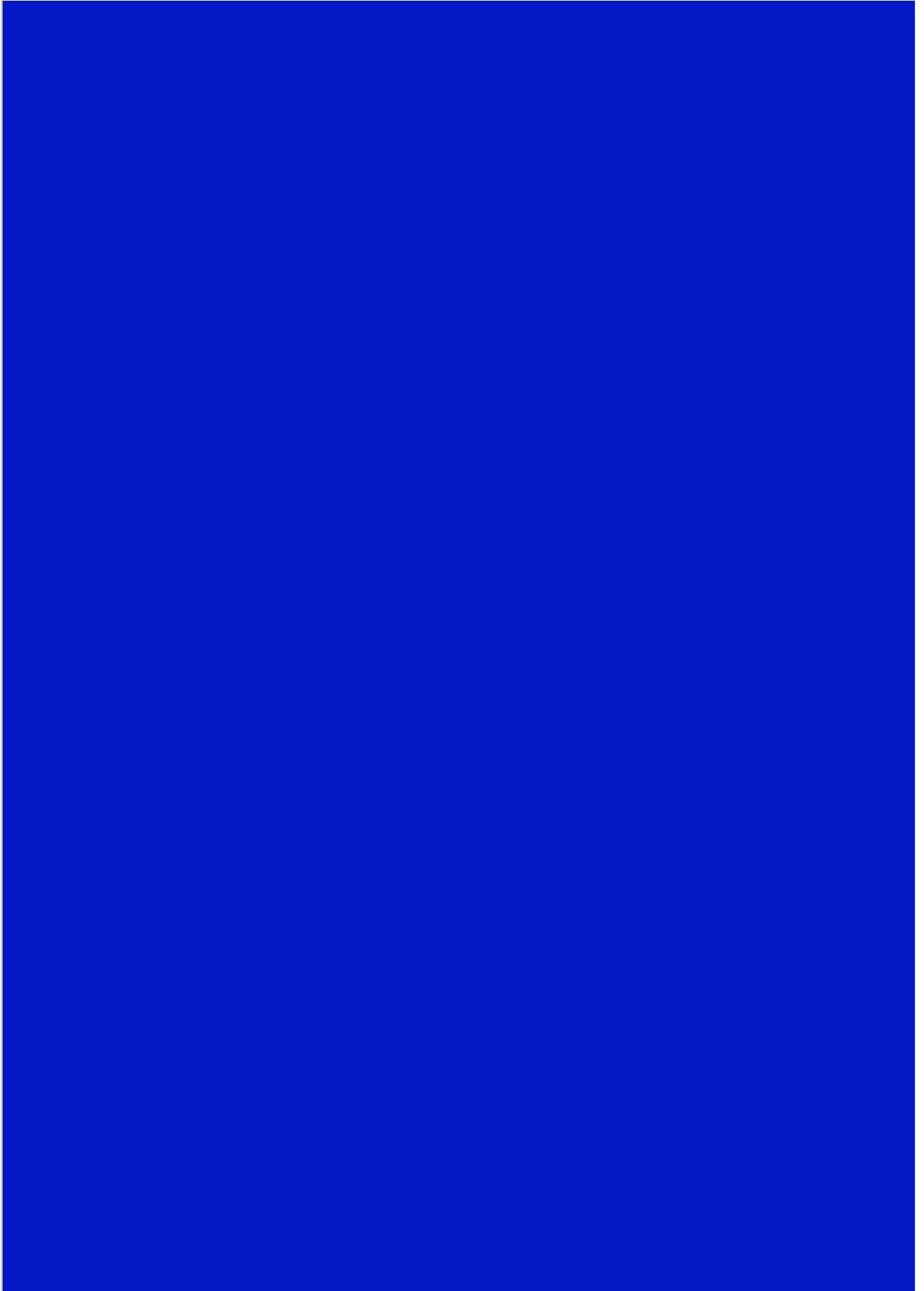
MY PAGE
FORUM

PAGINE DI SERVIZIO

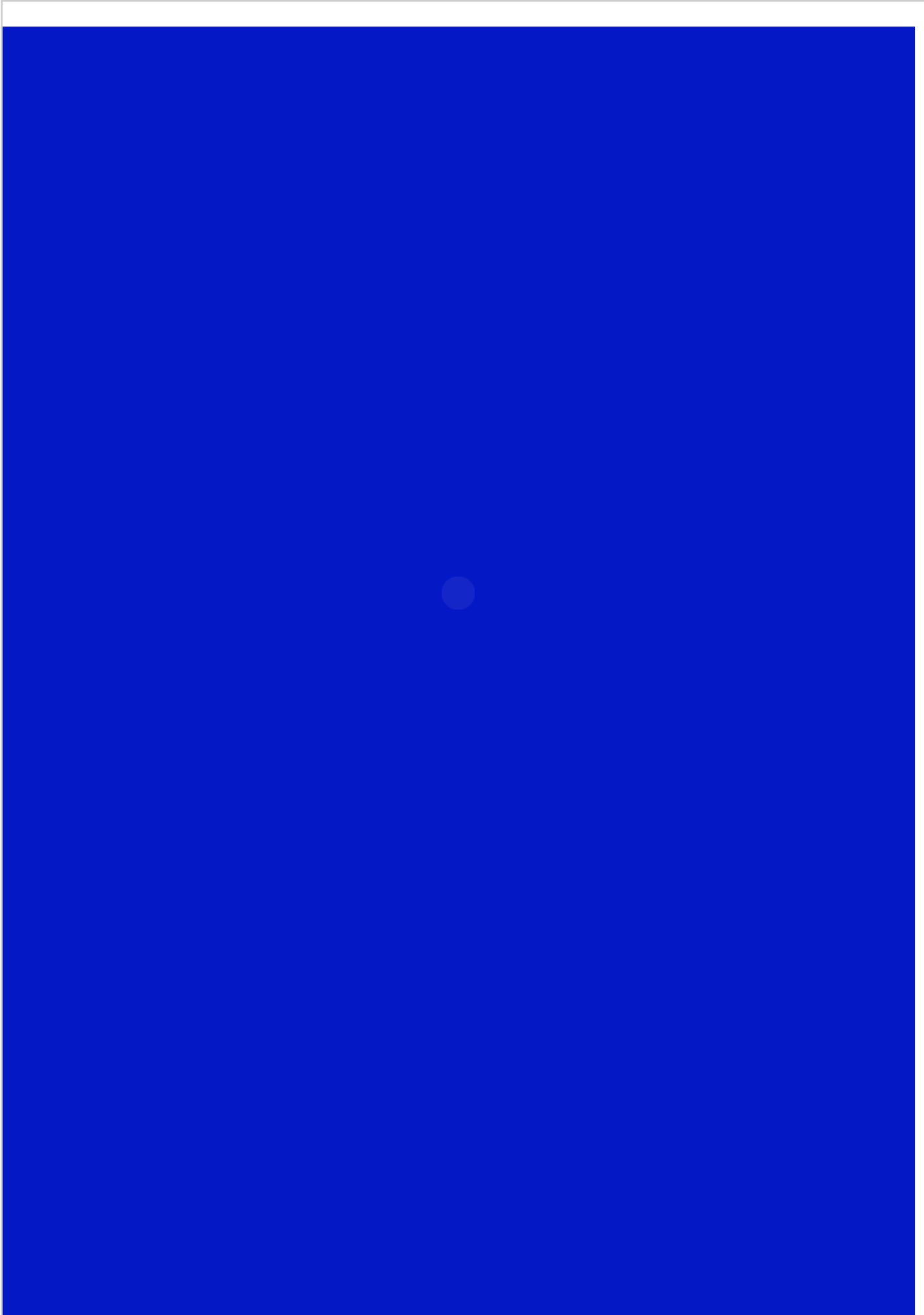
ASSISTENZA DOCTORNEWS33
CAMBIA INDIRIZZO
CHI SIAMO
CONTATTI
DOCTORNEWS33 ISCRIZIONE
NOTE LEGALI
PRIVACY
REGALA A UN COLLEGA



LINK: <https://www.zerosette.it/2022/10/non-basta-la-forza-di-volonta-su-depressione-troppe-fakenews/>



La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato



LINK: <https://lamilano.it/eventi/milano-un-pomeriggio-di-riflessione-per-la-giornata-mondiale-della-salute-mentale/>

- LOMBARDIA
- LAZIO
- ABRUZZO
- EMILIA-ROMAGNA
- PUGLIA
- TRENTINO ALTO ADIGE
- BASILICATA
- FRIULI VENEZIA GIULIA
- MARCHE
- SARDEGNA
- UMBRIA
- CALABRIA
- MOLISE
- SICILIA
- VALLE D'AOSTA
- CAMPANIA
- LIGURIA
- PIEMONTE
- TOSCANA
- VENETO

LUNEDÌ, OTTOBRE 10, 2022

HOME LA MILANO E! REDAZIONE CONTATTACI INSERISCI NOTIZIA



Di Più ▾



- HOME ▾
- EVENTI ▾
- CULTURA ▾
- CRONACA ▾
- POLITICA ▾
- ARTE ▾
- LIFESTYLE ▾
- FASHION ▾
- SPORT ▾
- DI PIÙ ▾
- Q

Home > CULTURA > Milano, un pomeriggio di riflessione per la Giornata mondiale della Salute mentale



CULTURA Cultura Lombardia EVENTI

Milano, un pomeriggio di riflessione per la Giornata mondiale della Salute mentale

Lunedì 10 Ottobre, in occasione della Giornata mondiale della Salute mentale, il Comune di Milano organizza una serie di iniziative nell'ambito del palinsesto #Milano4mentalhealth

Di Devis Bonini — On Ott 10, 2022



Milano, un pomeriggio di riflessione per la Giornata mondiale della Salute mentale

Oggi, **lunedì 10 Ottobre**, dalle ore 14 alle ore 18, presso la **Fondazione Catella**, in via De Castillia 28, si terranno una serie di laboratori ed attività teatrali aperte a tutti i cittadini. A seguire, dalle ore 18 alle ore 20, l'**Amministrazione** promuoverà un momento di riflessione, con dialoghi e approfondimenti che vedranno come protagonisti gli enti, le associazioni e le istituzioni che ogni giorno si occupano di cura e salute mentale sul territorio milanese.

L'assessore al Welfare e Salute **Lamberto Bertolé** interverrà con un dialogo dal titolo "Mi vedete? - L'adolescenza e la salute mentale: come riconoscere i campanelli d'allarme e costruire strategie condivise". Si approfondiranno i temi dell'isolamento, dell'aggressività, delle variazioni di peso, del fenomeno "hikikomori" e del ruolo della scuola e della famiglia in queste particolari situazioni. Ne discuterà insieme alla presidente della

TV LA MILANO | LIVE

NEWS



CRONACA
Furti ad Olbia, banda di ladri arrestata in flagranza
Ott 9, 2022

VISIBILITÀ ONLINE

CRONACA
Vicenza, clandestino pregiudicato espulso e rimpatriato
Ott 9, 2022

DIVULGHIAMO LA TUA PUBBLICITA' OVUNQUE

LA TUA PUBBLICITA' SU TUTTI I MEZZI DI ULTIMA GENERAZIONE. SUI SOCIAL NETWORK, SUI MASS MEDIA, SU GOOGLE E GOOGLE NEWS, E OLTRE...

CRONACA
Lecce, arrestato perché maltrattava l'ex convivente
Ott 9, 2022

MOOD

CAMPANIA
Aversa (CE), cocaina acquistabile con bancomat
Ott 9, 2022

AGENCY

CRONACA
Roma, furto di gioielli con la tecnica del "rip deal"
Ott 9, 2022

SEGUI LA MILANO

f | Facebook La Milano

EVENTI
Umberto Porcaro, il nuovo album 'TAKE ME HOME' con Lurrie Bell e Anson Funderburgh
Ott 9, 2022

@ | Instagram SEGUICI
Followers | SEGUICI

🐦 | 319 La Milano | SEGUICI

📺 | Youtube SEGUICI

📡 | RSS ISCRIVITI | SEGUICI

in | LinkedIn | ISCRIVITI

📌 | Pinterest SEGUICI | SEGUICI

AREZZO
Arezzo, bocconi avvelenati individuati in città
Ott 9, 2022

t | Tumblr | SEGUICI

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

cooperativa Minotauro **Anna Arcari**, alla preside dell'IIS Luxemburg **Annamaria Borando**, alla direttrice dell'Uonpia della Fondazione Policlinico **Antonella Costantino**, al docente di psichiatria delle dipendenze presso l'università Sapienza **Sergio De Filippis**, allo psicologo e docente universitario **Matteo Lancini**, al docente di Sociologia della salute presso l'Università di Bologna **Antonio Maturo** e alla presidente dell'Ordine degli psicologi della Lombardia **Laura Parolin**.

Alle ore 19.15 sarà la volta del dibattito intitolato "Fatti vedere da uno bravo! – Superare lo stigma e orientarsi tra i percorsi d'aiuto", in cui si andrà a discutere di come a volte vi sia pregiudizio nei confronti di chi convive difficoltosamente con un disturbo mentale o con una temporanea situazione di disagio interiore, senza realmente cercar di comprendere i reali motivi alla base di tale condizione.

Interverranno **Alessandro Albizzati**, direttore dell'Uonpia dell'Asst Santi Paolo e Carlo, **Marina Brambilla**, prorettrice per i Servizi agli Studenti dell'Università degli Studi di Milano, **Elisabetta Camussi**, associata di Psicologia Sociale presso l'Università di Milano Bicocca, **Annalisa Cerri** del Coordinamento tavolo salute mentale del Comune di Milano, **Bernardo Dell'Osso**, direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Dipendenze dell'Asst FatebeneFratelli Sacco, la psicanalista **Paola Ferri**, **Margherita Fioruzzi**, Ceo e co-fondatrice di Mama Chat e **Daiana Taddeo**, medico di Medicina Generale dell'Ats Milano. Conduce la giornalista **Rossella Scribano**.

Durante tutto il pomeriggio sarà inoltre possibile visitare, alla Stecca degli artigiani, la mostra "Arte in testa", un'esposizione di lavori realizzati da persone con problemi di fragilità psicologica (seguite dalle associazioni sulla salute mentale coordinate dal Comune di Milano).

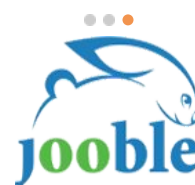
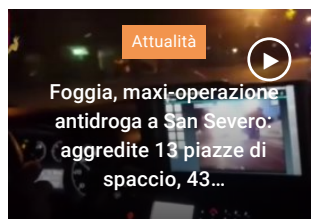
Durante la giornata del 10 prenderanno vita altre iniziative, come il **Tram della Salute mentale**, che percorrerà tutta Milano per incontrare i cittadini e portare loro il suo messaggio contro lo stigma. La partenza è prevista per le ore 14.45 in piazza Fontana. L'iniziativa fa parte del progetto "Città visibile" a cura del Comune di Milano e dell'Asst FatebeneFratelli Sacco.



LEGGI ANCHE



PRIMO PIANO



Milano, rissa con arma da fuoco: coinvolti due trapper

Ott 9, 2022



Carabinieri e Fao insieme a tutela dell'ambiente

Ott 7, 2022



Bolzano, aveva ucciso il marito servendogli vino col metanolo: Jana...

Ott 7, 2022



Milano, investe il poliziotto che gli chiede i documenti: indagato...

Ott 7, 2022



Luino, scoperta una piantagione di marijuana a gestione familiare: ...

Ott 7, 2022



Striscia la Notizia, Staffelli mette in fuga borseggiatrici che...

Ott 7, 2022



Taranto, blitz antimafia contro i Lucchese

Ott 6, 2022



Striscia la Notizia, inchiesta sul voto all'estero: "Ho..."

Ott 6, 2022



L'Inps, invalidità civile: abilitati patronati e medici certificatori

Ott 5, 2022

< PREV NEXT > 1 di 451

SHOP | LA MILANO

- Lavazza Cremoso compatibile Dolce Gusto 8 scatole da 16 capsule – SCONTO 16%
- Mixsana A Modo Mio 8 scatole

LINK: <http://www.doctor33.it/politica-e-sanita/salute-mentale-lancet-sofferenza-per-un-miliardo-di-persone-lo-stigma-e-peggio-della-malattia/>

Lunedì, 10 Ottobre 2022, 17:27

AAA

Doctor33

CERCA

DALLE AZIENDE
FORUM
ARCHIVIO 2002-2007
DIVENTA ESPERTO DI DICA33
BIBLIOTECA DIGITALE
BACHECA ANNUNCI
OSSERVATORIO

SERVIZI

CARDIOLOGIA
DIABETOLOGIA
ENDOCRINOLOGIA
GINECOLOGIA
MEDICINA INTERNA
NUTRIZIONE
PEDIATRIA

CANALI TEMATICI

HOME NEWS CANALI TEMATICI BACHECA ANNUNCI BIBLIOTECA DIGITALE CODIFA APPROFONDIMENTI FORUM

POLITICA E SANITÀ

Home / [Politica e Sanità](#) / Salute mentale, Lancet: sofferenza per un miliardo di persone. Lo stigma è peggio della malattia

ott
10
2022

Salute mentale, Lancet: sofferenza per un miliardo di persone. Lo stigma è peggio della malattia

TAGS: SALUTE MENTALE, LANCET, GIORNATA MONDIALE SALUTE MENTALE

Vuoi ricevere in anteprima nella tua casella di posta le notizie di politica sanitaria, clinica e scienza?

[Iscriviti a Medikey](#)



ARTICOLI CORRELATI

10-10-2022 | Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione: arriva #OUTOFTHEBLACK

10-10-2022 | Giornata salute mentale, con pandemia +30% disturbi psichici

09-08-2022 | Covid-19 e salute mentale, le restrizioni peggiorano la situazione

"Stigma e discriminazione vanno contro i diritti umani fondamentali e hanno effetti gravi e deleteri sulle persone con disturbi mentali esacerbando l'emarginazione e l'esclusione sociale, ad esempio riducendo l'accesso all'assistenza sanitaria e diminuendo le opportunità di istruzione e di lavoro". Sono queste alcune delle conclusioni a cui giunge una commissione di 50 esperti che, sulle pagine di the Lancet, ha pubblicato un rapporto sull'impatto dello stigma sulla salute mentale e una serie di raccomandazioni per contrastarlo.

Nel mondo quasi un miliardo di persone, 1 su 8, convive con qualche forma di sofferenza psichica; la quota sale a 1 su 7 nella fascia di età tra i 10 e i 19 anni. La situazione è ulteriormente peggiorata durante la pandemia con un aumento della prevalenza di ansia e depressione del 25% nel corso del 2020. Secondo la 'Lancet Commission on ending stigma and discrimination in mental health' queste persone subiscono una doppia minaccia: l'impatto della condizione e le conseguenze sociali dello stigma e della discriminazione. "Molte persone con esperienza vissuta

di condizioni di salute mentale descrivono lo stigma come peggiore della condizione stessa", ha affermato in una nota il copresidente della Commissione, **Graham Thornicroft**, del King's College di Londra. La Commissione ha formulato una serie di raccomandazioni indirizzate a governi, sanitari, datori di lavoro, scuole e mezzi di comunicazione per contrastare lo stigma: si va dalla depenalizzazione del suicidio, all'adozione di programmi per il reinserimento lavorativo delle persone con sofferenza mentale, dall'istituzione di corsi di formazione sulle malattie mentali e sui diritti delle persone che ne soffrono destinati ai sanitari agli interventi di sensibilizzazione nelle scuole. Ora ci sono prove evidenti su come ridurre efficacemente e, in definitiva, eliminare lo stigma e la discriminazione", ha aggiunto Thornicroft.

Si tratta di una piaga mondiale, molto evidente anche in Italia, dove secondo uno studio la mortalità per tumore e infarto è 2,6 volte più alta tra i pazienti con problemi di salute mentale. Un dato, quest'ultimo, reso noto di recente da

MEDIKEY

IL SOCIAL di Doctor33

ACCEDI

Non sei ancora iscritto? [REGISTRATI! >>](#)

Iscriviti a **DoctorNews33**
Il quotidiano online del medico italiano

IN LIBRERIA

Informatore farmaceutico 2022

[Scheda Libro >](#)

CONSULTA IL CATALOGO EDIZIONI EDRA >

DALLE AZIENDE

cCurare l'insufficienza mitralica grave

[Scheda prodotto >](#)

CONSULTA IL CATALOGO DALLE AZIENDE >

I FOCUS DI DOCTOR33

18-01-2022
Smettere di fumare migliora la sopravvivenza, anche dopo la diagnosi di tumore ai polmoni

Dire addio alla sigaretta, anche dopo aver ricevuto una diagnosi di cancro ai polmoni, permette di migliorare la sopravvivenza del 29% rispetto a continuare con tale abitudine, secondo quanto riferisce una revisione della letteratura portata avanti...

[>> ELENCO FOCUS](#)

I PIÙ LETTI DI POLITICA E SANITÀ

30-09-2022 | Medicina territoriale, vaccini e personale sanitario. Come sarà la sanità del CentroDestra

04-10-2022 | Covid-19, Omicron è in calo e circolano nuove varianti. Ecco quali sono e cosa ci si deve aspettare

29-09-2022 | Università, in arrivo i nuovi test. Ecco come cambieranno i quiz per l'accesso a medicina

03-10-2022 | Malattia professionale, non tutti i medici sono indennizzati. Ecco chi è escluso dalle tutele

una ricerca sulla mortalità dei pazienti psichiatrici, condotta in collaborazione con la Regione Emilia-Romagna, e pubblicata sulla rivista *Psychiatry Research*. Lo studio ha esaminato 137.351 pazienti presi in carico dai Servizi di Salute Mentale della regione tra il 2001 e il 2018. I dati sulla mortalità sono stati confrontati con quelli di un campione di popolazione generale, con caratteristiche simili di età, sesso e condizione sociale. "Nel periodo osservato, sono stati registrati 11.236 decessi per comuni patologie cardiovascolari e oncologiche-commentano **Massimo Di Giannantonio** ed **Enrico Zanalda**, co-presidenti Società Italiana di Psichiatria (SIP)-Il numero di decessi dei pazienti psichiatrici è risultato due volte più alto rispetto a quello della popolazione generale, registrando ben 5.594 morti in eccesso. Questo significa-precisano gli esperti -che avere un disturbo psichiatrico comporta un rischio di morte superiore a più del doppio di quello atteso nella popolazione generale. Ma il dato più allarmante riguarda la depressione, in quanto quasi la metà delle morti in eccesso (46,2%) impatta questa patologia. I dati emersi- **sottolineano gli esperti** -indicano che lo stigma pesa anche sui ritardi negli accessi alle cure e sulle difficoltà di adesione a programmi di prevenzione e screening. Gli stessi operatori sanitari, infatti, non sempre sanno diagnosticare e curare al meglio le persone con problemi di salute mentale. È dunque fondamentale per ridurre la mortalità, eliminare lo stigma con azioni radicali e urgenti, a livello globale a partire da corsi di formazione obbligatori per tutto il personale sanitario e socio assistenziale, sui diritti e i bisogni delle persone con disturbi psichici-avvisano Di Giannantonio e Zanalda, unendosi all'appello lanciato da The Lancet.

Occorre fare di più anche sul fronte degli investimenti nei servizi di salute mentale. La Commissione di The Lancet ha rilevato che nel mondo, in media, la spesa per la salute mentale è di solo il 2 per cento della spesa sanitaria totale; e le condizioni di salute mentale sono spesso escluse del tutto dai regimi di assicurazione sanitaria, a differenza della maggior parte delle condizioni di salute fisica. "In Italia si investe nei servizi di salute mentale il 2,9% del Fondo Sanitario Nazionale. Troppo poco-sottolineano **Di Giannantonio** e **Zanalda**-per rispondere adeguatamente ai bisogni di oltre 4 milioni di italiani con un disturbo della salute mentale, un numero costantemente in crescita".

© RIPRODUZIONE RISERVATA

▶ Registrati a Medikey e scopri i nostri servizi dedicati

 ESPERTO RISPONDE	 DOCTOR ALERT	 SONDAGGI	 PREFERITI	 EVENTI	 ANNUNCI	 CASI CLINICI	 RICERCA UN COLLEGA
--	--	---	--	---	--	--	--



ULTIMI ARTICOLI DELLA SEZIONE

10-10-2022 | Covid-19, un algoritmo per prevedere il decorso. Lo studio italiano

10-10-2022 | Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione: arriva #OUTOFTHEBLACK

10-10-2022 | Medici famiglia, Silvestro Scotti riconfermato segretario generale Fimmg

LINK: https://www.lastampa.it/speciale/scienza/galassiamente/2022/10/08/news/outoftheblack_una_campagna_di_sensibilizzazione_sulla_depressione-108...

MENU CERCA

LA STAMPA

IL QUOTIDIANO

ABB

OUTOFTHEBLACK, una campagna di sensibilizzazione sulla depressione

ROSALBA MICELI

08 Ottobre 2022 alle 13:22 | 3 minuti di lettura



La depressione è come un buco nero della psiche che può arrivare, piano piano, ad ingoiare porzioni di vita, ad annullare speranze, desideri, aspirazioni, al punto di compromettere il funzionamento sociale e lavorativo delle persone e causare isolamento e ritiro sociale, rendendo pesanti anche i piccoli gesti della quotidianità, come alzarsi la mattina, la cura del proprio corpo o della casa, e la cura delle relazioni affettive.

Le cause della depressione includono complesse interazioni fra fattori biologici, sociali e psicologici. Generalmente alla base c'è un fattore temperamentale, per cui una persona può essere predisposta a questo genere di disturbi; esperienze negative o traumatiche durante l'infanzia o eventi di vita stressanti possono agire da fattori scatenanti anche a distanza di tempo. Di certo l'assetto genetico influenza il rischio, che è da 2 a 4 volte maggiore nel caso in cui si abbiano dei familiari affetti da depressione.

In occasione della "Giornata Mondiale della Salute" che si celebra il 10 ottobre, la Fondazione The Bridge (soggetto indipendente e senza scopo di lucro che si occupa di politiche sanitarie) lancia #OUTOFTHEBLACK, una campagna di sensibilizzazione sulla depressione che prevede la realizzazione di una iniziativa sui social Facebook e Instagram e sul sito internet di Fondazione The Bridge, con informazioni concrete sulla depressione e consigli su come affrontarla, dedicata a coloro che soffrono di depressione e ai loro familiari.

Si parte dal presupposto che conoscere quanto più possibile riguardo alla patologia può favorire lo sviluppo dell'empowerment del paziente, ovvero la conquista della consapevolezza di sé e il controllo sulle proprie scelte, e l'emersione di risorse personali, sociali e comunitarie utili ad affrontare il problema.

Prima di tutto bisogna imparare a chiedere aiuto. Cosa non facile, perché

©
Ripro
riserv

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

si teme di non essere compresi, o peggio, di essere derisi, ulteriormente isolati e stigmatizzati. E allora ci si autocura, in ogni modo possibile, ricorrendo a tentativi e a rimedi di vario tipo, che talora, in un circolo vizioso, rinforzano i meccanismi psicologici che sottendono la depressione.

«La depressione è una malattia vera e propria che va curata, esattamente come avviene per le altre patologie - dichiara Antonio Vita, Vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia - soprattutto perché dalla depressione si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare significativamente la qualità della vita del paziente. I sintomi possono includere una tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, auto-svalutazione, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito; in questi casi, la prima cosa da fare è quella di rivolgersi al medico, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare la persona a un corretto percorso terapeutico. Lo specialista di riferimento per la cura della depressione è lo psichiatra e solitamente il trattamento include la terapia farmacologica, elemento cardine della cura, e la psicoterapia».

In Italia la depressione è il più diffuso disturbo della salute mentale (in particolare tra gli adolescenti e gli anziani) e riguarda 3,5 milioni di persone, tuttavia, secondo un'indagine ISTAT, si stima che meno del 50% riceva una diagnosi corretta e solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate. «Sono troppo poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto al trattamento della depressione - afferma Rosaria Iardino, Presidente di Fondazione The Bridge -. Vigge ancora un forte stigma verso la malattia; i pregiudizi rispetto alle possibilità di cura, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli principali che impediscono l'accesso a percorsi terapeutici adeguati. Per questo è così importante far luce su questa malattia ed è fondamentale rafforzare la rete sul territorio tra tutti gli operatori che ogni giorno entrano in contatto con persone che soffrono di questo genere di disturbi».

Il logo della campagna riporta l'immagine di un bouquet fiorito per rappresentare la rinascita dal male oscuro, realizzata dallo street artist Lucamaleonte. L'immagine ha una sua storia che vale la pena di essere raccontata: una notte, in una piazza periferica di Milano (Metro Bonola), Lucamaleonte ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, lo street artist ha trasformato il buco nero realizzando un soggetto floreale che rappresenta il rinnovo e la rinascita. Da allora l'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione.

La campagna, realizzata con il contributo non condizionato di Angelini Pharma, ha ottenuto il patrocinio della Società Italiana di Medicina Generale, della Società Italiana di Psichiatria, della Sezione Regionale Lombardia della SIP e del Municipio 8 di Milano.

consigli.it *La guida allo shopping del Gruppo*

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

[Scrivi alla redazione](#)

[Pubblicità](#)

[Dati Societari](#)

[Contatti](#)

[Cookie Policy](#)

[Privacy](#)

[Sede](#)

[Codice Etico](#)

GNN - GEDI gruppo editoriale S.p.A.

Codice Fiscale 06598550587

P.iva 01578251009

LINK: <https://gds.it/speciali/salute-e-benessere/2022/10/07/non-basta-la-forza-di-volonta-su-depressione-troppe-fakenews-35fc1315-96df-4b21-b064-9...>

Questo sito contribuisce all'audience di

QUOTIDIANONAZIONALE

MENU

GIORNALE DI SICILIA 



OGGI IN EDICOLA

CERCA SU GDS



SALUTE E BENESSERE



Covid: Iss, calo reinfezioni, dal 15,8% dei casi al 15,3%



Dieta mediterranea e sport proteggono dalla caduta dei denti



Covid: aumentano i contagi nei bambini in età scolare



COMMENTI



STAMPA

DIMENSIONE TESTO



SALUTE E BENESSERE

HOME > SALUTE E BENESSERE > NON BASTA LA FORZA DI VOLONTÀ, SU DEPRESSIONE TROPPE FAKENEWS

Non basta la forza di volontà, su depressione troppe fakenews

07 Ottobre 2022



© ANSA

1 / 2

Non basta la forza di volontà. Non basta uscire con gli amici. Ma non è vero che non si può guarire e neppure che gli altri non possono capire il problema. A sfatare le fake news sulla depressione, parlando ai giovani grazie all'aiuto della street art è la campagna #OutoftheBlack, realizzata dalla Fondazione The Bridge, in vista della Giornata Mondiale della Salute che si celebra il 10 di ottobre.

Tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane,



IL GIORNALE DI SICILIA

agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito. Sono i sintomi della depressione, di cui pre pandemia, soffrivano oltre 800.000 giovani in Italia. Non bisogna però aver paura di chiedere aiuto. Questo il messaggio della campagna, condensato nell'opera di Lucamaleonte, noto street artist, che in una piazza periferica di Milano ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, ha trasformato il buco nero un soggetto floreale.

"La depressione è una malattia vera e propria che va curata, come avviene per le altre patologie - dichiara Antonio Vita, vicepresidente Società Italiana di Psichiatria (Sip) - soprattutto perché si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare la qualità della vita". Ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni. Per questo la campagna diffonde online informazioni concrete su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari. Ad esempio: mai sminuire le emozioni di chi soffre di depressione, così come non forzarlo a uscire o a praticare attività. Molto importante è fargli sentire che non è solo, ma supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia.

© Riproduzione riservata



SCARICA GRATUITAMENTE
LA PRIMA PAGINA

COMMENTA PER PRIMO LA NOTIZIA

COMMENTA CON **facebook**

NOME *

E-MAIL *

COMMENTO *

Ho letto l'[informativa sulla la tutela della privacy](#) e presto il consenso al trattamento dei miei dati personali inseriti.

protetto da reCAPTCHA
Privacy - Termini

INVIÀ

* CAMPI OBBLIGATORI

GDS Show

I PIÙ LETTI

OGGI



Chiude Sacchitello Nord: da Catania a Palermo solo due aree di servizio in 200 chilometri



Palermo, un ricercatore il 29enne arrestato per droga: pronto il procedimento



Partinico, uccise la giovane amante incinta: In appello ergastolo revocato

GUARDA ANCHE



CRONACA

Palermo, Loreface inaugura la nuova casa Ail: «Qui chi soffre trova serenità»



CULTURA



sabato, 08 ottobre 2022

Comuni: Trento Rovereto Riva Arco Altre località



Altre

Salute e Benessere Viaggiare Scienza e Tecnica Ambiente ed Energia Terra e Gusto Qui Europa Speciali

Le ultime ●



Home page > Salute e Benessere > Non basta la forza di volontà, su...

Non basta la forza di volontà, su depressione troppe fakenews

07 ottobre 2022

FALSI MITI	REALTÀ
Basta avere forza di volontà	Rivolgersi sempre ad uno specialista (psichiatra o psicologo)
Esci...vedi amici...vedrai che ti passa	Il ritiro sociale pervade completamente la persona depressa, che si chiude in un auto isolamento non solo fisico ma anche soprattutto psichico
Dalla depressione non si guarisce	Dalla depressione si può uscire! La depressione deve essere curata con tempestività e serietà al fine di raggiungere il massimo dei risultati e migliorare la qualità di vita dei pazienti
E' colpa mia se vedo tutto nero	Non c'è colpa! La depressione è una malattia e, per questo, è necessario rivolgersi ad un professionista per la cura
I miei genitori e i miei amici non mi capiscono	E' importante supportare la persona depressa senza sminuire i suoi sentimenti e i suoi pensieri

Non basta la forza di volontà. Non basta uscire con gli amici. Ma non è vero che non si può guarire e neppure che gli altri non possono capire il problema. A sfatare le fake news sulla depressione, parlando ai giovani grazie all'aiuto della street art è la campagna #OutoftheBlack, realizzata dalla Fondazione The Bridge, in vista della Giornata Mondiale della Salute che si celebra

Lista degli articoli più letti

- «Mi è arrivato un sms delle Poste: fate attenzione, è una truffa»
- Il paesino di montagna dove regna il silenzio, anche quello dei telefoni (e tutti sono furenti)
- «Nel nostro condominio di Rovereto risse, schiamazzi e droga: ora basta»
- «Trasformiamo le barriere antirumore in barriere fotovoltaiche in tutto il Trentino»
- «Trento invasa dalle zanzare, servono disinfezioni»
- Parcheggio della stazione di Mezzocorona, problema risolto: i pendolari altoatesini avranno una...

il 10 di ottobre.

Video



SALUTE-E-BENESSERE

Una 'cuffia' riduce le infezioni da pacemaker



SALUTE-E-BENESSERE

Giornata del malato, Bambino Gesù'



SALUTE-E-BENESSERE

Alimentazione: l'intestino "Sesto senso per la felicità"



SALUTE-E-BENESSERE

Medici e infermieri ballano per i piccoli pazienti dell'Ospedale Meyer di Firenze (2)

Cronaca

L'EVENTO

Trento, è il giorno dei campionati di skiroll: gli atleti “invadono” le Albere

PANDEMIA

Covid più influenza: rischio di una doppia ondata. È la “twindemia”

ELEZIONI PRESIDENZIALI

Austriaci domani al voto per sancire il bis di Van der Bellen

Dillo al Trentino

DILLO AL...

«Trento inv
dalle zanza
servono
disinfestaz:



DILLO AL...

Il paesino
di
montagna
dove regna
il silenzi...



S.I.E. S.p.A.

Società Iniziative Editoriali
Via Missioni Africane n. 17
38121 Trento
P.I. 01568000226

Redazione
Scriveteci
Rss/xml
Pubblicità
Privacy Policy
Cookie Policy
Comunicati stampa

Social media



LINK: https://www.adnkronos.com/uscire-dalla-depressione-e-possibile_2s00oFujjBSL7q7r1C0wZV

MENU

NEWSLETTER

AK BLOG

GRUPPO ADNKRONOS



CERCA

Giovedì 06 Ottobre 2022
Aggiornato: 19:00



SEGUI IL TUO
OROSCOPO

METEO
ROMA 25°

ULTIM'ORA
BREAKING NEWS



18:58 **Russia, ambasciatore Razov: "Possiamo usare armi nucleari se c'è minaccia diretta"**

18:53 **Crisi energia, l'appello di Draghi a un'Europa che non sa più decidere**

18:12 **Milano, da oggi si può visitare anche in monopattino e bici elettrica**

18:11 **Mattarella vede Steinmeier, Europa risponda unita a crisi energia**

POLITICA ECONOMIA CRONACA SPETTACOLI SALUTE LAVORO SOSTENIBILITA' INTERNAZIONALE UNIONE EUROPEA PNRR REGIONI **SPORT**

FINANZA CULTURA IMMEDIAPRESS MOTORI FACILITALIA WINE MODA MEDIA & COMUNICAZIONE TECH&GAMES MULTIMEDIA

Temi caldi

Speciali

Home Immediapress Salute E Benessere

COMUNICATO STAMPA

Uscire dalla depressione è possibile

06 ottobre 2022 | 18.28

LETTURA: 9 minuti



ORA IN

Prima pagina

Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione

Crisi energia, Draghi: "Lavorare insieme, a rischio unità Ue"

Ucraina, "Ue prepari risposta in caso attacco nucleare Russia"

Covid oggi Italia, 44.853 contagi e 56 morti: bollettino 6 ottobre

Ostia, Spada libero dopo aver scontato pena per testata giornalista

Pd, Letta: "Congresso non sia un X Factor per segretari"

#OUTOFTHEBLACK

- Lo **street artist Lucamaleonte** trasforma il buco nero della depressione in un bouquet fiorito per rappresentare la rinascita dal male oscuro
- **Uscire dal buco nero della depressione è possibile**, ma serve chiedere aiuto
- Secondo l'ISTAT, nel nostro Paese, 3.5 milioni ne soffrono ma solo il 50% riceve diagnosi corretta e 1 paziente su 3 cure adeguate
- Secondo studi recenti 1 adolescente su 4 soffre di depressione

Milano, 6 ottobre 2022. In occasione della **Giornata Mondiale della Salute** che si celebra il **10 di ottobre**, **Fondazione The Bridge** lancia **#OUTOFTHEBLACK**, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione realizzata con il **contributo non condizionato di Angelini Pharma**. L'iniziativa, che ha ottenuto il **patrocinio** della Società Italiana di Medicina Generale (**SIMG**), della Società Italiana di Psichiatria (**SIP**), della Sezione Regionale Lombardia della SIP (**SIP-LO**) e del **Municipio 8 di Milano**, **prevede** la realizzazione di un'articolata campagna sui **social Facebook e Instagram** e sul **sito internet** di Fondazione The Bridge con informazioni concrete sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari.

L'opera di street art

Non bisogna aver paura di chiedere aiuto: dalla depressione è possibile guarire. #OUTOFTHEBLACK nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora oggi circonda questa patologia. La depressione è come un **buco nero in cui si precipita** senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto. Tutto è iniziato in una **piazza periferica di Milano** (Metro Bonola) dove **Lucamaleonte, noto street artist**, ha riprodotto il **buco nero della depressione**. Dopo una settimana, sempre di notte, lo **street artist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte** ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia. **L'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione e alla tendenza a sminuire questa patologia**. "Siamo lieti che il nostro territorio sia stato scelto per portare avanti un messaggio così forte e importante – dichiara **Giulia Pelucchi, Presidente del Municipio 8**. Il nostro impegno per la salute mentale è stato un crescendo e auspichiamo che un'iniziativa di tale impatto possa dare la giusta attenzione ad un tema

ARTICOLI

in Evidenza



in Evidenza

A Milano il Delta Cure Meeting



in Evidenza

Forum transizione digitale, appuntamento dedicato alla digitalizzazione nella PA e nelle imprese



in Evidenza

Torna Blue Balloon Challenge per accendere riflettori sul diabete



in Evidenza

3° Congresso nazionale Uiltec



in Evidenza

Trasporto aereo: decolla taxi volante, inaugurato vertiporto di Fiumicino



in Evidenza

Coltivazione di caffè sostenibile, Nestlé lancia Nescafé Plan 2030



in Evidenza

Porto, Interporti e aeroporti Veneto insieme per sviluppo logistica e connessioni



in Evidenza

Gianluca Poggi, la mente dietro Taxi AdvisorTM di G-Network Italia

oggi ancor più urgente”.

I numeri

L'OMS stima che la depressione sia una delle principali cause di disabilità a livello globale, colpendo **circa 280 milioni di persone**, ossia il **5% della popolazione adulta** 1, e in misura superiore di 2/3 volte le donne rispetto agli uomini 2. Durante **l'emergenza Covid** la prevalenza di **ansia e depressione** ha fatto registrare **aumenti record, pari al 25%** 3.

In Italia

In **Italia** la depressione è il **più diffuso disturbo della salute mentale** e riguarda **3,5 milioni di persone**, ma, secondo un'indagine ISTAT, si stima che meno del **50% riceva una diagnosi corretta** e solo **1 paziente su 3** ottenga cure adeguate 4. In Italia

Lo stigma

“Sono troppo poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto al trattamento della depressione - afferma **Rosaria Iardino, Presidente di Fondazione The Bridge** - Vigge ancora un forte stigma verso la malattia; i pregiudizi rispetto alle possibilità di cura, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli principali che impediscono l'accesso a percorsi terapeutici adeguati. Per questo è così importante far luce su questa malattia ed è fondamentale rafforzare la rete sul territorio tra tutti gli operatori che ogni giorno entrano in contatto con persone che soffrono di questo genere di disturbi”.

Assessore Bertolé

L'endorsement alla campagna #OUTOFTHEBLACK è arrivato anche dal Comune di Milano.

“Noi - dichiara **l'assessore al Welfare e Salute del Comune di Milano Lamberto Bertolé** - pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell'ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica. Perché questo accada è necessario però che il benessere psicologico diventi una priorità per tutti. Ben vengano quindi iniziative di sensibilizzazione come quella della Fondazione The Bridge, che prova a superare lo stigma che ancora colpisce chi vive una condizione di fragilità o di patologia mentale, normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico”.

Cos'è la depressione

È bene distinguere tra le cosiddette **emozioni fisiologiche**- ovvero momenti di apatia e tristezza che si intervallano a periodi di buon umore e di allegria -che fanno parte della vita di tutti i giorni e possono riguardare chiunque, da **quella condizione di costante tristezza, angoscia, insoddisfazione e**



in Evidenza

Bergamo e Brescia capitali della cultura, oltre 100 progetti e 500 iniziative



in Evidenza

Note di vita, quello che le donne con tumore al seno avanzato non dicono



in Evidenza

Connexia aderisce a United Nations Global Compact



in Evidenza

Energia, anche fonti green penalizzate da crisi del gas russo



in Evidenza

Connessioni sostenibili, al via il Salone della Csr



in Evidenza

DMO Lazio Golf District ospita delegazione tedesca in vista della Ryder Cup



in Evidenza

'Pescagri che vogliamo!' per sviluppare l'acquacoltura su tutto il territorio



in Evidenza

Al Quirinale consegnati gli Eni Awards 2022



in Evidenza

Civitavecchia, 10 silos per la raccolta degli oli vegetali



in Evidenza

Alzheimer e Sla, nuovi centri residenziali con progetto 'Villaggio insieme'



in Evidenza

55° Congresso nazionale della Società italiana di igiene, medicina preventiva e sanità pubblica



in Evidenza

"Dopo Covid, atteso incremento notevole di influenza e Rsv"



in Evidenza

"Vaccini non sono tutti uguali"

senso di vuoto, di pessimismo verso se stessi, gli altri e il proprio futuro che permane indipendentemente da fattori esterni. In questi casi la sofferenza diventa insopportabile al punto da comprometterne il funzionamento sociale e lavorativo delle persone e causare isolamento e ritiro sociale 1.

Le persone depresse guardano il mondo attraverso occhiali con lenti scure: la quotidianità diventa opaca e le giornate sembrano montagne insormontabili da scalare 1. Vivono la loro condizione con un senso di colpa, convinti che sia frutto del loro carattere o della loro mancanza di forza di volontà, lontani dalla realtà in quanto tale.

Come si cura

“La depressione è una malattia vera e propria che va curata, esattamente come avviene per le altre patologie - dichiara il **Prof. Antonio Vita, Vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia**- soprattutto perché **dalla depressione si può guarire** o, nei casi più gravi, si può **migliorare significativamente la qualità della vita del paziente**. I sintomi possono includere una tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, auto-svalutazione, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito; in questi casi, **la prima cosa da fare è quella di rivolgersi al medico**, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare la persona a un corretto percorso terapeutico. Lo specialista di riferimento per la cura della depressione è lo psichiatra e solitamente il trattamento include la terapia farmacologica, elemento cardine della cura, e la psicoterapia”.

I giovani e la pandemia

Sono ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni sulla depressione, il male oscuro che sta facendo registrare dati preoccupanti tra i giovani italiani, **circa 8 milioni e 200 mila ragazzi tra i 12 e i 25 anni**, nei quali si assiste a un forte aumento di casi: al 10% già stimato prima della pandemia [ISTAT, 2018], vanno aggiunti i nuovi casi da Covid. Secondo studi recenti 6 il problema riguarda oggi una popolazione molto ampia: **un adolescente su quattro ha sintomi clinici di depressione e uno su cinque segni di un disturbo d'ansia**.

“Questo fenomeno - commenta il **Dr. Mauro Emilio Percudani, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano** - è probabilmente associato al diffondersi di stili di vita scorretti - come abuso di alcol e stupefacenti, regimi alimentari sbilanciati - alle trasformazioni sociali delle strutture familiari e amicali e alle trasformazioni tecnologiche che hanno contribuito a far aumentare sentimenti di inadeguatezza e sofferenza psichica. Un insieme di fattori che è stato amplificato da una “sospensione” delle abitudini di vita degli ultimi anni provocata dalla pandemia”



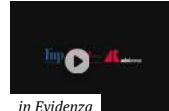
in Evidenza

Alzheimer e Sla, nuovi centri residenziali con progetto 'Villaggio insieme'



in Evidenza

"Il Gusto della Salute": Il miele



in Evidenza

Syngenta riflette su scenari nuova Politica agricola comune



in Evidenza

Webuild, in consorzio maxi contratto da 1,5 mld per nuova strada A303 vicino Stonehenge



in Evidenza

Scienza & Salute: 'La pera, dolce frutto per tutti'



in Evidenza

Welfare Day 2022



in Evidenza

Stoccafisso e baccalà, dalla Norvegia protagonisti della tavola tricolore



in Evidenza

Calcio, presentata in Vaticano la terza edizione della Partita per la Pace



in Evidenza

Torna domenica 2 ottobre Pollo Arrosto Day



in Evidenza

42a edizione del Mese della prevenzione dentale



in Evidenza

Ricerca oncologica femminile, QVC al fianco di Fondazione Veronesi



in Evidenza

Ferrarelle diventa socio di Sanidrink e investe in ricerca



in Evidenza

'Nordic Tales', l'attività fisica contro la sclerosi multipla



in Evidenza

Le cause

Le cause della depressione includono complesse interazioni fra **fattori biologici, sociali e psicologici**. Generalmente alla base c'è un fattore **temperamentale**, per cui una persona può essere predisposta a questo genere di disturbi; **esperienze negative durante l'infanzia** ed eventi di **vita stressanti** possono agire da detonatore. Sicuramente la **genetica** influenza il rischio, che è da 2 a 4 volte maggiore nel caso in cui si abbiano dei familiari affetti da depressione 5.

Come comportarsi con chi ne soffre

Nei casi di depressione molto importante il ruolo della famiglia, che deve spronare il familiare che presenta sintomi a rivolgersi al medico di fiducia per essere indirizzato agli specialisti competenti. Inoltre, è molto importante che la famiglia faccia sentire al proprio caro che non è solo, ma anzi che è compreso e supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. Mai sminuire o ridicolizzare le sue emozioni così come non forzarlo a uscire o a praticare attività che non si sente di fare.

“La medicina generale – ribadisce la **Dottorssa Daiana Taddeo, Referente Area Nazionale Ricerca SIMG** - è da sempre impegnata a cogliere gli aspetti più profondi della persona. Le alterazioni del tono dell'umore oggi rappresentano un problema che colpisce la popolazione di qualsiasi età, ma sono disponibili risposte terapeutiche e strumenti a sostegno del paziente che devono assolutamente essere implementati. È importante uscire dallo stigma e parlare delle nostre emozioni. Il medico di famiglia ascolta, riconosce e prende in carico. Le associazioni, le strutture del territorio, le famiglie, i medici di medicina generale e psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, volontari dei centri di accoglienza: tutto fa rete e ognuno può avere il proprio ruolo nel risolvere la Depressione”.

#OUTOFTHEBLACK è stata l'occasione per rinnovare la collaborazione della Fondazione The Bridge con Angelini Pharma, già sperimentata in altre iniziative di carattere sociale.

“Siamo orgogliosi di affiancare la Fondazione The Bridge in questo progetto di sensibilizzazione – conclude **Domenico Lucatelli, Italy Market Access Manager di Angelini Pharma**- La nostra Azienda è impegnata da sempre nel campo della salute mentale, attraverso investimenti nella ricerca e in iniziative in grado di migliorare la qualità di vita dei pazienti e di combattere pregiudizi e tabù che ancora oggi purtroppo gravano su chi soffre di queste patologie”.

Bibliografia:

1 _ Institute of Health Metrics and Evaluation. Global Health Data Exchange (GHDx) con accesso il 14/07/2022.

2_ Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder - American



VI Consensus internazionale sulla vitamina D



Scienza & Salute: 'La meloncella, ortaggio ma anche frutto'



'Giro d'Italia per il 10° Anniversario del Salone della CSR'



FarmingTour 2022, un viaggio che dà voce alle aziende del biogas e biometano agricolo socie CIB



"Agenda 2030" la strategia di Eni



News in collaborazione con Fortune Italia



Preoccupiamoci della meningite

Psychiatric Association – 2013

3_Lancet: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(21\)02143-7/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(21)02143-7/fulltext)

4_ISTAT, Mental health at various stages of life, 2018

5_Bassi, Marta, et al. "The relationship between post-traumatic stress and positive mental health symptoms among health workers during COVID-19 pandemic in Lombardy, Italy." Journal of affective disorders 280 (2021): 1-6.

6_Racine, Nicole, et al. "Global prevalence of depressive and anxiety symptoms in children and adolescents during COVID-19: a meta-analysis." JAMA pediatrics 175.11 (2021): 1142-1150.

Fondazione The Bridge

È un soggetto indipendente e senza scopo di lucro che si occupa di politiche sanitarie ed ha come obiettivo la tutela del diritto alla salute. Si pone come tramite tra istituzioni e associazioni di pazienti, società di ricerca scientifica e sociale, accademia, mondo clinico e industria per agevolarne il corretto confronto. I suoi valori fondanti e irrinunciabili sono universalismo, equità, innovazione responsabile, sostenibilità, sensibilizzazione alla diversità, inclusione e pluralismo. Contribuisce al dibattito e al confronto con istituzioni e diversi attori del sistema sociosanitario, elaborando ricerche, indagini, campagne divulgative, organizzando iniziative volte a diffondere temi di interesse sociosanitario di grande attualità, promuovendo il dibattito pubblico grazie agli attori del settore.

In pochi anni si è imposta come punto di riferimento nel dibattito, regionale e nazionale, sui principali temi e problematiche del servizio sanitario nazionale, grazie agli esperti e membri del suo comitato scientifico e l'approfondito lavoro di ricerca e analisi. Punti di forza del suo lavoro sono i dossier e le ricerche in cui raccoglie i propri lavori, preziosi strumenti per comprendere la realtà, orientare le politiche e informare i cittadini, nonché l'organizzazione di consensus conference, convegni scientifici, momenti di confronto e corsi di formazione condotti da personalità altamente qualificate.

Ufficio stampa

GAS Communication

Mara Cochetti – Rita Cicchetti

Tel 347 8524261 – 349 4246236

m.cochetti@aimcommunication.eu

r.cicchetti@aimcommunication.eu

LINK: <https://www.liberoquotidiano.it/news/adnkronos/33357435/uscire-dalla-depressione-e-possibile.html>

Cerca



Libero

#CheGovernoSarà

#PsicodrammaPd

#Podcast

Condividi:



HOME / ADNKRONOS

Uscire dalla depressione è possibile



06 ottobre 2022

a a a

(Adnkronos) - Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione

#OUTOFTHEBLACK

- Lo street artist Lucamaleonte trasforma il buco nero della depressione in un bouquet fiorito per rappresentare la rinascita dal male oscuro
- Uscire dal buco nero della depressione è possibile, ma serve chiedere aiuto
- Secondo l'ISTAT, nel nostro Paese, 3.5 milioni ne soffrono ma solo il 50% riceve diagnosi corretta e 1 paziente su 3 cure adeguate
- Secondo studi recenti 1 adolescente su 4 soffre di depressione

Milano, 6 ottobre 2022. In occasione della Giornata Mondiale della Salute che si celebra il 10 di ottobre, Fondazione The Bridge lancia #OUTOFTHEBLACK, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione realizzata con il contributo non condizionato di Angelini Pharma. L'iniziativa, che ha ottenuto il patrocinio della Società Italiana di Medicina Generale (SIMG), della Società Italiana di Psichiatria (SIP), della Sezione Regionale Lombardia della SIP (SIP-LO) e del Municipio 8 di Milano, prevede la realizzazione di un'articolata campagna sui social Facebook e Instagram e sul sito internet di Fondazione The Bridge con informazioni concrete sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari.

L'opera di street art

Non bisogna aver paura di chiedere aiuto: dalla depressione è possibile guarire. #OUTOFTHEBLACK nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora oggi circonda questa patologia. La depressione è come un buco nero in cui si precipita senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto. Tutto è iniziato in una piazza periferica di Milano (Metro Bonola) dove Lucamaleonte, noto streetartist, ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, lo streetartist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia. L'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione e alla tendenza a sminuire questa patologia. “Siamo lieti che il nostro territorio sia stato scelto per portare avanti un messaggio così forte e importante – dichiara Giulia Pelucchi, Presidente del Municipio 8. Il nostro impegno per la salute mentale è stato un crescendo e auspichiamo che un'iniziativa di tale impatto possa dare la giusta attenzione ad un tema oggi ancor più urgente”.

I numeri

L'OMS stima che la depressione sia una delle principali cause di disabilità a livello globale, colpendo circa 280 milioni di persone, ossia il 5% della popolazione adulta 1, e in misura superiore di 2/3 volte le donne rispetto agli uomini 2. Durante l'emergenza Covid la prevalenza di ansia e depressione ha fatto registrare aumenti record, pari al 25% 3.

In Italia

In Italia la depressione è il più diffuso disturbo della salute mentale e riguarda 3,5 milioni di persone, ma, secondo un'indagine ISTAT, si stima che meno del 50% riceva una diagnosi corretta e solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate 4. In Italia

Lo stigma

“Sono troppo poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto al trattamento della depressione - afferma Rosaria Iardino, Presidente di Fondazione The Bridge - Vige ancora un forte stigma verso la malattia; i pregiudizi rispetto alle possibilità di cura, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli principali che impediscono l'accesso a percorsi terapeutici adeguati. Per questo è così importante far luce su questa malattia ed è fondamentale rafforzare la rete sul territorio tra tutti gli operatori che ogni giorno entrano in contatto con persone che soffrono di questo genere di disturbi”.

Assessore Bertolé

L'endorsement alla campagna #OUTOFTHEBLACK è arrivato anche dal Comune di Milano.

“Noi - dichiara l'assessore al Welfare e Salute del Comune di Milano Lamberto Bertolé - pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell'ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica. Perché questo accada è necessario però che il benessere psicologico diventi una priorità per tutti. Ben vengano quindi iniziative di sensibilizzazione come quella della Fondazione The Bridge, che prova a superare lo stigma che ancora colpisce chi vive una condizione di fragilità o di patologia mentale, normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico”.

Cos'è la depressione

È bene distinguere tra le cosiddette emozioni fisiologiche- ovvero momenti di apatia e tristezza che si intervallano a periodi di buon umore e di allegria -che fanno parte della vita di tutti i giorni e possono riguardare chiunque, da quella condizione di costante tristezza, angoscia, insoddisfazione e senso di vuoto, di pessimismo verso se stessi, gli altri e il proprio futuro⁵che permane indipendentemente da fattori esterni. In questi casi la sofferenza diventa insopportabile al punto da comprometterne il funzionamento sociale e lavorativo delle persone e causare isolamento e ritiro sociale ¹.

Le persone depresse guardano il mondo attraverso occhiali con lenti scure: la quotidianità diventa opaca e le giornate sembrano montagne insormontabili da scalare¹. Vivono la loro condizione con un senso di colpa, convinti che sia frutto del loro carattere o della loro mancanza di forza di volontà, lontani dalla realtà in quanto tale.

Come si cura

“La depressione è una malattia vera e propria che va curata, esattamente come avviene per le altre patologie - dichiara il Prof. Antonio Vita, Vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia- soprattutto perché dalla depressione si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare significativamente la qualità della vita del paziente. I sintomi possono includere una tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, auto-svalutazione, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito; in questi casi, la prima cosa da fare è quella dirivolgere al medico, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare la persona a un corretto percorso terapeutico. Lo specialista di riferimento per la cura della depressione è lo psichiatra e solitamente il trattamento include la terapia farmacologica, elemento cardine della cura, e la psicoterapia”.

I giovani e la pandemia

Sono ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni sulla depressione, il male oscuro che sta facendo registrare dati preoccupanti tra i giovani italiani, circa 8 milioni e 200 mila ragazzi tra i 12 e i 25 anni, nei quali si assiste a un forte aumento di casi: al 10% già stimato prima della pandemia [ISTAT, 20181], vanno aggiunti i nuovi casi da Covid. Secondo studi recenti⁶ il problema riguarda oggi una popolazione molto ampia: un adolescente su quattro ha sintomi clinici di depressione e uno su cinque segni di un disturbo d'ansia.

“Questo fenomeno - commenta il Dr. Mauro Emilio Percudani, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano - è probabilmente associato al diffondersi di stili di vita scorretti - come abuso di alcol e stupefacenti, regimi alimentari sbilanciati - alle trasformazioni sociali delle strutture familiari e amicali e alle trasformazioni tecnologiche che hanno contribuito a far aumentare sentimenti di inadeguatezza e sofferenza psichica. Un insieme di fattori che è stato amplificato da una “sospensione” delle abitudini di vita degli ultimi anni provocata dalla pandemia”

Le cause

Le cause della depressione includono complesse interazioni fra fattori biologici, sociali e psicologici. Generalmente alla base c'è un fattore temperamentale, per cui una persona può essere predisposta a questo genere di disturbi; esperienze negative durante l'infanzia ed eventi di vitastressanti possono agire da detonatore. Sicuramente la genetica influenza il rischio, che è da 2 a 4 volte maggiore nel caso in cui si abbiano dei familiari affetti da depressione 5.

Come comportarsi con chi ne soffre

Nei casi di depressione molto importante il ruolo della famiglia, che deve spronare il familiare che presenta sintomi a rivolgersi al medico di fiducia per essere indirizzato agli specialisti competenti. Inoltre, è molto importante che la famiglia faccia sentire al proprio caro che non è solo, ma anzi che è compreso e supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. Mai sminuire o ridicolizzare le sue emozioni così come non forzarlo a uscire o a praticare attività che non si sente di fare.

“La medicina generale – ribadisce la Dottoressa Daiana Taddeo, Referente Area Nazionale RicercaSIMG - è da sempre impegnata a cogliere gli aspetti più profondi della persona. Le alterazioni del tono dell'umore oggi rappresentano un problema che colpisce la popolazione di qualsiasi età, ma sono disponibili risposte terapeutiche e strumenti a sostegno del paziente che devono assolutamente essere implementati. È importante uscire dallo stigma e parlare delle nostre emozioni. Il medico di famiglia ascolta, riconosce e prende in carico. Le associazioni, le strutture del territorio, le famiglie, i medici di medicina generale e psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, volontari dei centri di accoglienza: tutto fa rete e ognuno può avere il proprio ruolo nel risolvere la Depressione”.

#OUTOFTHEBLACK è stata l'occasione per rinnovare la collaborazione della Fondazione The Bridge con Angelini Pharma, già sperimentata in altre iniziative di carattere sociale.

“Siamo orgogliosi di affiancare la Fondazione The Bridge in questo progetto di sensibilizzazione – conclude Domenico Lucatelli, Italy Market Access Manager di Angelini Pharma- La nostra Azienda è impegnata da sempre nel campo della salute mentale, attraverso investimenti nella ricerca e in iniziative in grado di migliorare la qualità di vita dei pazienti e di combattere pregiudizi e tabù che ancora oggi purtroppo gravano su chi soffre di queste patologie”.

Bibliografia:

1_ Institute of Health Metrics and Evaluation. Global Health Data Exchange (GHDx) con accesso il 14/07/2022.

2_ Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder - American Psychiatric Association – 2013

3_ Lancet:
[https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(21\)02143-7/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(21)02143-7/fulltext)

4_ ISTAT, Mental health at various stages of life, 2018



LiberoQuotidiano.it

La tua privacy è la nostra priorità

Questo sito web utilizza cookie: a) necessari (tecnici) per l'uso del sito e dei servizi annessi; b) facoltativi (analitici e di profilazione, anche di terze parti, per mostrarti annunci personalizzati in base alle tue abitudini di navigazione) previo consenso.

Il loro utilizzo è regolato dalla relativa cookie policy, [leggi cliccando qui](#).

Per il consenso ai cookies facoltativi puoi accettarli tutti cliccando sul bottone Accetta tutti qui di seguito. Cliccando su Gestisci opzioni è possibile accedere al pannello di controllo e rifiutare tutti i

cookie (anche di profilazione); Se rifiuti tutto, userai solo i cookie tecnici di default. Qui la lista dei **fornitori**.

Powered by <pubtech>

[Gestisci Opzioni](#)

[Accetta Tutti](#)

diversità, equità, innovazione responsabile, sostenibilità, sensibilizzazione alla diversità, inclusione e pluralismo. Contribuisce al dibattito e al confronto con istituzioni e diversi attori del sistema sociosanitario, elaborando ricerche, indagini, campagne divulgative, organizzando iniziative volte a diffondere temi di interesse sociosanitario di grande attualità, promuovendo il dibattito pubblico grazie agli attori del settore.

In pochi anni si è imposta come punto di riferimento nel dibattito, regionale e nazionale, sui principali temi e problematiche del servizio sanitario nazionale, grazie agli esperti e membri del suo comitato scientifico e l'approfondito lavoro di ricerca e analisi. Punti di forza del suo lavoro sono i dossier e le ricerche in cui raccoglie i propri lavori, preziosi strumenti per comprendere la realtà, orientare le politiche e informare i cittadini, nonché l'organizzazione di consensus conference, convegni scientifici, momenti di confronto e corsi di formazione condotti da personalità altamente qualificate.

Ufficio stampa

GAS Communication

Mara Cochetti – Rita Cicchetti

Tel 347 8524261 – 349 4246236

m.cochetti@aimcommunication.eu

r.cicchetti@aimcommunication.eu

■ IL SOSPETTO



LQ

"Prima i magistrati, ora...". Allarme-Sallusti: cosa rischia il nuovo governo

■ CORSA ALLA SUCCESSIONE 

EQ

"Chi gli farà le scarpe": Putin finito, ecco il nome del successore

Q

■ INTERVENTO IMMEDIATO 

Terrore in autostrada, sull'A26 rischio strage: cosa state vedendo

Q

■ RAGIONAMENTI 

"Perché dite questo?". Sfogo (misterioso) della fidanzata di Di Maio

In evidenza

Video

EQ

**"Mi candido". De Micheli spiazza
tutti: quale poltrona vuole**

EQ

**"Minacce senza precedenti".
Gasparri: cosa attende la Meloni**

EQ

**Ucraina, razzi contro la città di
Zaporizhzhia: ci sono vittime tra
i civili**

EQ

**Iran, a Nurabad monumento in
fiamme durante una protesta**

EQ

**"Il Pd? Un grande successo".
L'addio di Letta: "Cosa faremo
domani"**

EQ

**"Ci siamo indeboliti, poi...":
Enrico Letta spiega il tracollo del
Pd**

EQ

**Salvini al Viminale? "Auspico
senso di responsabilità": il
pizzino del meloniano**

EQ

**Orrore ucraino: dentro le camere
di tortura dei russi**



EQ

**Al via il corso di formazione di
Cifa Italia**

EQ

il sondaggio

**Milan, Inter e Juve: chi rischia di
più l'eliminazione in Champions?**

VOTA

Dai blog





SOSTIENICI!

Scopri come



Alimentazione Ambiente Casa Consumi Diritti Europa Privacy Salute Soldi Tech Tendenze Viaggi



#OUTOFTHEBLACK, al via la campagna di Fondazione The Bridge per la lotta alla depressione

Salute

#OUTOFTHEBLACK, al via la campagna di Fondazione The Bridge per la lotta alla depressione

Fondazione The Bridge lancia #OUTOFTHEBLACK, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione, in occasione della Giornata Mondiale della Salute Mentale che ricorre il 10 ottobre

7 Ottobre 2022 di [Redazione](#)



Non bisogna aver paura di chiedere aiuto, **dalla depressione è possibile guarire**: Fondazione The Bridge lancia **#OUTOFTHEBLACK**, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione, in occasione della **Giornata Mondiale della Salute Mentale** che ricorre il **10 ottobre**.

La campagna prevede, in particolare, la realizzazione di **un' articolata campagna sui social** Facebook e Instagram e sul **sito internet** di Fondazione The Bridge, con informazioni concrete sulla depressione e **utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari**.

#OUTOFTHEBLACK, gli obiettivi della campagna

L'OMS - secondo i dati riportati dalla *Fondazione The Bridge* - stima che la **depressione** sia una delle principali cause di disabilità a livello globale, colpendo **circa 280 milioni di persone**, ossia il 5% della popolazione adulta, e in misura

Rubriche



L'editoriale
di Antonio Longo



Le parole del consumatore
di Redazione

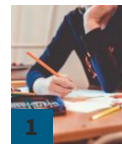


Come fare per...
di Redazione



Consumatori nel mondo
di Redazione

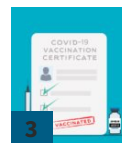
Speciale Coronavirus



1
Coronavirus Scuola
Rientro a scuola, cosa prevede il vademecum del Ministero



2
Coronavirus Salute
Mascherine ancora obbligatorie sui trasporti e per gli spettacoli al chiuso



3
Coronavirus Salute
Green pass e mascherine, cosa cambia dal primo aprile



4
Coronavirus Salute
Covid, verso la fine delle restrizioni. Il Cdm approva il decreto



5
Coronavirus Assicurazioni
Soldi Viaggi: Polizze viaggio e copertura dei rischi legati al Covid, l'analisi del CRTCU

Iscriviti alla newsletter!

Inserisci la tua email

Dopo aver inviato il modulo, controlla la

superiore di 2/3 volte le donne rispetto agli uomini. Durante l'emergenza Covid la prevalenza di ansia e depressione ha fatto registrare aumenti record, pari al **25%3**. In **Italia** la depressione riguarda **3,5 milioni di persone**, ma, secondo un'indagine ISTAT (Mental health at various stages of life, 2018), si stima che **meno del 50% riceva una diagnosi corretta** e solo **1 paziente su 3 ottenga cure adeguate**.

#OUTOFTHEBLACK nasce per **rompere il silenzio e lo stigma** che ancora oggi circonda questa patologia. "La depressione – scrive la *Fondazione The Bridge* in una nota – è come un buco nero in cui si precipita senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto".

Tutto è iniziato in una piazza periferica di Milano (Metro Bonola) dove Lucamaleonte, noto street artist, ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, lo street artist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia. **L'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione** e alla tendenza a sminuire questa patologia.

“

“Sono **troppo poche** le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto al trattamento della depressione – afferma **Rosaria Iardino**, *Presidente di Fondazione The Bridge* – Vige ancora **un forte stigma verso la malattia**; i pregiudizi rispetto alle possibilità di cura, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli principali che impediscono l'accesso a percorsi terapeutici adeguati. Per questo è così importante far luce su questa malattia ed è fondamentale **rafforzare la rete sul territorio** tra tutti gli operatori che ogni giorno entrano in contatto con persone che soffrono di questo genere di disturbi”.



tua casella per confermare l'iscrizione.

Campo richiesto* Accetto la [Privacy Policy](#)

[Invia e iscriviti!](#)



Ultime notizie



Turismo Diritti Viaggi
Voucher pacchetti turistici, da Confconsumatori la lettera per la richiesta di rimborso



Salute
#OUTOFTHEBLACK, al via la campagna di Fondazione The Bridge per la lotta alla depressione



Consumi Acquisti
Vendite al dettaglio in discesa. Associazioni: i consumatori spendono di più per comprare meno



Energia
Basilicata, incontro Edison Energia e associazioni dei consumatori



Come fare per... Energia
Come fare per... risparmiare sui consumi di energia

Parliamone

Gianpiero Arba su [Leroy Merlin](#), consegne in ritardo. Codici invia diffida all'azienda

Archivi

Seleziona il mese



#OUTOFTHEBLACK, al via la campagna di Fondazione The Bridge

Cos'è la depressione?

Fondazione The Bridge sottolinea che “È bene **distinguere** tra le cosiddette emozioni fisiologiche – ovvero momenti di apatia e tristezza che si intervallano a periodi di buon umore e di allegria – che fanno parte della vita di tutti i giorni e possono riguardare chiunque, da quella **condizione di costante tristezza, angoscia, insoddisfazione e senso di vuoto, di pessimismo** verso se stessi, gli altri e il proprio futuro che permane indipendentemente da fattori esterni. In questi casi **la sofferenza diventa insopportabile**, al punto da comprometterne il funzionamento sociale e lavorativo delle persone e causare isolamento e ritiro sociale”.

“Le persone depresse guardano il mondo attraverso occhiali con lenti scure: la quotidianità diventa opaca e le giornate sembrano montagne insormontabili da scalare. Vivono la loro condizione con un **senso di colpa**, convinti che sia frutto del loro carattere o della loro mancanza di forza di volontà, lontani dalla realtà in quanto tale”.

“La depressione è una malattia vera e propria che va curata, esattamente come avviene per le altre patologie – dichiara il **Prof. Antonio Vita, Vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia** – soprattutto perché **dalla depressione si può guarire** o, nei casi più gravi, **si può migliorare significativamente la qualità della vita del paziente**”.



Depressione, falsi miti e realtà (Fonte: Fondazione The Bridge)

“I **sintomi** – spiega il Prof. Vita – possono includere una **tristezza persistente**, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, **auto-svalutazione**, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito; in questi casi, la prima cosa da fare è quella di **rivolgersi al medico**, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare la persona a un corretto percorso terapeutico. Lo specialista di riferimento per la cura della depressione è lo **psichiatra** e solitamente il trattamento include la terapia farmacologica, elemento cardine della cura, e la psicoterapia”.

La depressione sta facendo registrare dati preoccupanti anche tra i giovani italiani, **circa 8 milioni e 200 mila ragazzi tra i 12 e i 25 anni**, – secondo i dati riportati da *Fondazione The Bridge* – nei quali si assiste a un **forte aumento di casi**: al 10% già stimato prima della pandemia [ISTAT, 2018], vanno aggiunti i **nuovi casi da Covid**.

“La medicina generale – ribadisce la **Dottoressa Daiana Taddeo**, *Referente Area Nazionale Ricerca SIMG* – è da sempre impegnata a cogliere gli aspetti più profondi della persona. **Le alterazioni del tono dell’umore** oggi rappresentano un problema che colpisce la popolazione di qualsiasi età, ma sono disponibili **risposte terapeutiche e strumenti a sostegno del paziente**, che devono assolutamente essere implementati. È importante uscire dallo stigma e parlare delle nostre emozioni. Il **medico di famiglia** ascolta, riconosce e prende in carico. Le associazioni, le strutture del territorio, le famiglie, i medici di medicina generale e psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, volontari dei centri di accoglienza: tutto fa rete e ognuno può avere il proprio ruolo nel risolvere la Depressione”.

La campagna **#OUTOFTHEBLACK**, realizzata con il contributo non condizionato di Angelini Pharma, ha ottenuto il patrocinio della Società Italiana di Medicina Generale (SIMG), della Società Italiana di Psichiatria (SIP), della Sezione Regionale Lombardia della SIP (SIP-LO) e del Municipio 8 di Milano.



Vuoi ricevere altri aggiornamenti su questi temi?
Iscriviti alla newsletter!

Inserisci la tua email

Dopo aver inviato il modulo, controlla la tua casella per confermare l'iscrizione

Campo richiesto* Accetto la [Privacy Policy](#)

Invia e iscriviti!

SOSTIENICI!

Scopri come



Scrivi per noi



Redazione

Helpconsumatori è la prima e unica agenzia quotidiana d'informazione sui diritti dei cittadini-consumatori e sull'associazionismo organizzato che li tutela.



2022.10.07

Voucher pacchetti turistici,



2022.10.07

#OUTOFTHEBLACK, al via



2022.10.07

Vendite al dettaglio in



2022.10.07

Basilicata, incontro Edison

LINK: https://www.borsaitaliana.it/borsa/notizie/radiocor/finanza/dettaglio/sanita--gli-avvenimenti-di-giovedi--6-ottobre-nRC_05102022_0728_166492...



Cerca Titolo, ISIN, altro ...



Sei in: [Home page](#) > [Notizie](#) > [Radiocor](#) > Finanza

SANITA': GLI AVVENIMENTI DI GIOVEDI' 6 OTTOBRE

SA
Radiocor:

EVENTI E CONFERENZE STAMPA - Milano: conferenza stampa '#OUTOFTHEBLACK. Dalla depressione si puo' uscire', promossa da Fondazione The Bridge. Ore 10,30. Via G. Quarenghi, 21.

<http://www.sanita24.ilsole24ore.com/>.

Red-

[RADIOCOR] 05-10-22 07:28:06 (0016)SAN 5 NNNN

TAG

SAN ITA

Servizi
Pubblicità
Listino ufficiale

Altri link
Comitato Corporate Governance

 EN



Borsa Italiana Spa - [Dati sociali](#) | [Disclaimer](#) | [Copyright](#) | [Privacy](#) | [Cookie policy](#) | [Credits](#) | [Codice di Comportamento](#)

LINK: <http://www.chiamamilano.it/notizie/milano4mentalhealth2022>

CHIAMAMILANO



Ricerca

[inizio](#) [notizie](#) [eventi](#) [negozi](#) [qualità dell'aria](#) [voci per la città](#) [progetti](#) [chi siamo](#)

MILANO4MENTALHEALTH2022

6/10/2022

Il comune organizza un palinsesto di circa 70 iniziative sulla salute mentale in occasione del 10 ottobre



Aprirsi alla città e coinvolgere cittadini e stakeholders in una riflessione collettiva su un tema spesso trascurato, ma che è diventato sempre più importante soprattutto negli ultimi due anni. Con questo obiettivo il Comune di Milano promuove "Milano4mentalhealth - Non c'è salute senza salute mentale", un palinsesto di circa 70 iniziative sulla salute mentale, tema cui è dedicata la Giornata mondiale che si celebra il 10 ottobre.

L'iniziativa si inserisce anche nell'impegno di Milano come città che detiene la vice presidenza nazionale della Rete Città sane, il progetto promosso dall'Organizzazione mondiale della sanità che favorisce il ruolo e l'impegno dei comuni italiani nelle politiche di promozione della salute a livello locale.

"Noi – dichiara l'assessore al Welfare e Salute Lamberto Bertolè – pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell'ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica. Perché il benessere psicologico diventi un diritto e una priorità per tutti e tutte è però necessario renderlo di interesse per tutti e tutte. Per questo motivo, a partire da quest'anno, abbiamo voluto coinvolgere ogni attore in campo. Partecipano in maniera attiva a Milano4mentalhealth2022 il mondo del Terzo settore, le università milanesi, i municipi, e anche i privati, per la costruzione di un programma molto vasto di iniziative che favoriscano una discussione aperta sul tema e un coinvolgimento attivo della cittadinanza, seguendo il messaggio trasversale secondo cui 'non c'è salute senza salute mentale', con l'obiettivo di superare lo stigma che ancora colpisce chi vive una condizione di fragilità o di patologia mentale e normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico. Questo palinsesto vuole essere un punto di partenza per intraprendere un discorso che vogliamo portare avanti per tutto il resto del mandato".

"In questi anni – aggiunge Bernardo Dell'Osso, professore ordinario di Psichiatria, direttore del dipartimento di Salute Mentale e Dipendenze presso l'ASST Fatebenefratelli-Sacco di Milano e membro del Tavolo sulla Salute mentale coordinato dal Comune di Milano – abbiamo assistito a un aumento importante del disagio psichico e delle sue manifestazioni per una serie di ragioni differenti tra cui vale la pena certamente ricordare non solo gli effetti della pandemia, ma anche l'aumentato utilizzo di alcool e sostanze stupefacenti, soprattutto tra i giovani, e, non ultima, la ridotta disponibilità di diverse figure professionali che lavorano nei servizi pubblici, idealmente deputate al pronto riconoscimento e trattamento dei diversi disturbi che afferiscono all'area della salute mentale: psichiatri, psicologi, assistenti sociali, educatori e tecnici della riabilitazione psichiatrica. Secondo l'Agenzia Ats di Milano, nel 2021, circa il 10% della popolazione milanese - di cui la maggioranza donne (58%) - avrebbe ricevuto una diagnosi di condizione psichiatrica e avuto accesso al consumo di farmaci o a prestazioni riconducibili al disagio psichico. Per affrontare una situazione così complessa, è importante poter contare sulla collaborazione di istituzioni come il Comune che sono a fianco dei servizi sanitari per garantire che l'attenzione su questi temi resti alta a tutti i livelli di governo".

"È importante – conclude Annalisa Cerri, psicologa, espressione del Terzo settore e rappresentante del coordinamento del Tavolo Salute mentale comunale – lavorare per rovesciare la prospettiva affinché l'espressione salute mentale non sia considerata solo in relazione a una condizione patologica, ma venga intesa nella sua accezione più ampia come una condizione di benessere a cui tutti possiamo e dobbiamo concorrere. Per questo motivo sosteniamo il valore di questa iniziativa perché sempre di più attragga e coinvolga la cittadinanza e, da molti anni, partecipiamo attivamente, accanto al Comune, alla realizzazione degli eventi in occasione della Giornata mondiale. Per affrontare un tema così importante come quello della salute mentale è fondamentale creare una sinergia virtuosa tra tutti gli attori che se ne occupano sul territorio. Questo gioco di squadra trova il suo atterraggio nel Tavolo istituito dal Comune".

Diversi gli appuntamenti che inizieranno già questa settimana. Domani, martedì 4 ottobre, alle 18,30, presso la Casa dei Diritti di via De Amicis ci sarà un primo momento di restituzione che riguarderà AccogliMI, il progetto dedicato alle ragazze e ai ragazzi tra i 14 e i 18 anni e alle loro famiglie con lo scopo di offrire orientamento psicologico. Si farà un punto sui primi risultati della sperimentazione alla presenza dei partner del Terzo settore che hanno portato avanti il progetto per conto dell'Amministrazione comunale.

Giovedì 6 ottobre alle 18 il Comune propone un webinar per promuovere una riflessione sull'impatto che il disagio

Archivio notizie

tempo

Settembre 2022
Luglio 2022
Giugno 2022
Maggio 2022
Aprile 2022
Marzo 2022
Febbraio 2022

argomento

Tutto
Abitare Difficile
Acqua Pubblica
Ambiente
Amianto
Appuntamenti
Area C
Aria-di-crisi
Aria Pulita

psichico ha sulla vita delle persone e sulla costruzione del loro progetto di vita. Un confronto che vedrà protagonisti persone che hanno affrontato o stanno affrontando un momento di fragilità psichica, familiari, professionisti del settore sanitario, operatori del Terzo settore che si occupano di questo tema e membri del Tavolo comunale sulla salute mentale. Sarà possibile seguire la diretta streaming sintonizzandosi su InComune la Web Tv Radio del Comune di Milano al [link](#).

Sempre il 6 ottobre, alle 10.30, nella sala consiliare del Municipio 8, si terrà la presentazione di #OUTOFTHEBLACK, campagna di sensibilizzazione sulla depressione di Fondazione The Bridge, che vede protagonista lo street artist Lucamaleonte con un'opera d'arte ispirata al concetto di rinascita, simbolo della possibilità di uscire dal tunnel della depressione e dell'importanza di contrastare lo stigma. L'opera è visibile davanti all'entrata della fermata Bonola della M1.

Venerdì 7 ottobre l'appuntamento è alle 14.30 all'Università degli studi di Milano, in via Festa del Perdono, per un incontro dal titolo "Uscire dal disagio. L'ateneo e le istituzioni del territorio a supporto della salute e del benessere psicologico della popolazione studentesca", un momento a cui parteciperanno, tra gli altri, l'assessore al Welfare e salute Lamberto Bertolé, l'assessore all'Istruzione di Regione Lombardia Fabrizio Sala e il prorettore dell'Università degli Studi Gian Vincenzo Zuccotti. Durante l'incontro verranno presentati i risultati dell'indagine portata avanti dalla Statale sul benessere psicologico delle studentesse e degli studenti universitari.

Per partecipare è necessario iscriversi al [link](#).

Partecipano agli eventi della settimana anche i municipi: numerosissime nel fine settimana dell'8 e 9 ottobre le iniziative del Municipio 1 attraverso i suoi CAM.

Domenica 9 ottobre alle 17.30, presso la Casa delle associazioni e del volontariato di via Saponaro 20 il Municipio 5 presenterà, insieme all'associazione Fare insieme, "Parole e musica in quartiere Gratosoglio per più salute mentale", attività e laboratori realizzati per i cittadini e le cittadine del Municipio; alle ore 18 si svolgerà l'iniziativa online a cura di Jonas Onlus dal titolo "Cosa intende la psicoanalisi per salute mentale? La parola ai terapeuti di Jonas, Telemaco e Gianburrasca" che sarà possibile seguire attraverso le pagine social delle associazioni partecipanti.

Lunedì 10 ottobre, in occasione della Giornata mondiale della Salute mentale, l'evento centrale del palinsesto: dalle 14, presso la Fondazione Catella in via De Castilia 28, all'interno di BAM, l'Amministrazione promuove un insieme di momenti di riflessione che vedranno protagoniste le associazioni, gli enti e le istituzioni che ogni giorno si occupano di cura e salute mentale sul territorio milanese. Una giornata di discussione e confronto con mostre, iniziative teatrali, musica e approfondimenti con esperti provenienti da diversi campi professionali, rivolti agli operatori e alle operatrici e, soprattutto, alla cittadinanza.

Tra le iniziative, si segnalano i seguenti talk:

alle 18 "Mi vedete? - L'adolescenza e la salute mentale: come riconoscere i campanelli d'allarme e costruire strategie condivise", in cui si approfondiranno i temi dell'isolamento, dell'aggressività, delle variazioni di peso o di abitudini alimentari, l'hikikomori, il ruolo della scuola e della famiglia;

alle 18,45, l'incontro "Come stai? – Come il nostro linguaggio impatta il nostro modo di sentirci" durante il quale il vicedirettore del Post Francesco Costa, la Psicoterapeuta Serena Barbieri e Isabel Gangitano, content manager e autrice del podcast Le Basi, discuteranno di come le parole fanno la differenza, soprattutto quando si parla di emozioni;

alle 19.15 sarà il momento del dibattito "Fatti vedere da uno bravo! - Superare lo stigma e orientarsi tra i percorsi d'aiuto".

Contemporaneamente, durante tutto il pomeriggio, sarà possibile visitare alla Stecca degli artigiani, all'interno del parco Biblioteca degli alberi, la mostra "Arte in testa", un'esposizione di lavori realizzati da persone con problemi di fragilità psicologica seguite dalle associazioni membri del tavolo sulla salute mentale coordinato dal Comune di Milano.

Durante la giornata del 10 si concentreranno altre iniziative: il Tram della Salute mentale percorrerà Milano per incontrare la cittadinanza e portare, alle fermate, il suo messaggio contro lo stigma. La partenza è prevista alle 14.45 in piazza Fontana, con tappe in piazza VI Febbraio (15.45) e piazza Castello (16.45). L'iniziativa fa parte del progetto "Città visibile" a cura del Comune di Milano e dell'Asst Fatebenefratello Sacco.

Gli eventi proseguiranno anche dopo la Giornata mondiale della Salute mentale. Sabato 15 ottobre, alle 16.30, presso Casa Jannacci, si terrà l'incontro dal titolo "Enzo Jannacci e Fabrizio De Andrè: le stesse periferie esistenziali", un ricordo musicale e delle testimonianze su due artisti che hanno fornito elementi fondamentali di riflessione sul disagio esistenziale e psicologico.

Il 16 ottobre, alle 16, l'associazione Amici della mente e la compagnia Monkey Monkeys porteranno in scena, al teatro Guanella, "Folia", uno spettacolo teatrale sul mondo affascinante e complesso della follia, espresso attraverso i suoi volti femminili.

In occasione del 10 ottobre giornata mondiale per la salute mentale, infine, Mama Chat, associazione per il

benessere psicologico e i diritti delle donne, lancerà una nuova campagna a scopo sociale per sostenere l'importanza di superare lo stigma - che spesso impedisce la richiesta d'aiuto da parte di chi sta vivendo una condizione di malessere psicologico - e affrontare il tema della salute mentale come di quella fisica, senza nascondersi o aver paura di essere giudicati.

Il programma completo delle iniziative è disponibile sul sito del Comune di Milano al link.

 Tweet

I commenti sono chiusi.

Associazione Chiamamilano Onlus - via Laghetto 2, MM3 Missori - MM1 San Babila
+39 02 76394142- chiamamilano@chiamamilano.it

CF 97782460154 - P.I. 11608610967



[Fai una segnalazione](#)



[Iscriviti alla newsletter](#)



Quest' opera è distribuita con licenza [Creative Commons Attribuzione - CC BY-NC-SA 3.0 IT](#)
[Leggi l'informativa sulla privacy](#)

LINK: <https://www.tecnomedicina.it/depressione-parte-la-campagna-di-sensibilizzazione-outoftheblack/>

InFormaTv Radio Salus Luoghi della Salute Villaggio Tecnologico Zampe Libere Switch On
InnovArte



Tecnomedicina

Home Chi siamo News

Depressione: parte la campagna di sensibilizzazione #OUTOFTHEBLACK

Redazione 6 Ottobre 2022 Comunicazione e prevenzione

In occasione della **Giornata Mondiale della Salute** che si celebra il 10 di ottobre, **Fondazione The Bridge** lancia **#OUTOFTHEBLACK**, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione realizzata con il contributo non condizionato di **Angelini Pharma**. L'iniziativa, che ha ottenuto il patrocinio della Società Italiana di Medicina Generale, della Società Italiana di Psichiatria, della Sezione Regionale Lombardia della SIP e del Municipio 8 di Milano, prevede la realizzazione di un'articolata campagna sui social Facebook e Instagram e sul sito internet di Fondazione The Bridge con informazioni concrete sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari.



#OUTOFTHEBLACK nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora oggi circonda questa patologia. La depressione è come un buco nero in cui si precipita senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto. Tutto è iniziato in una piazza periferica di Milano dove **Lucamaleonte**, noto street artist, ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, lo street artist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia. L'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione e alla tendenza a sminuire questa patologia. "Siamo lieti che il nostro territorio sia stato scelto per portare avanti un messaggio così forte e importante – dichiara **Giulia Pelucchi**, Presidente del Municipio 8. Il nostro impegno per la salute mentale è stato un crescendo e auspichiamo che un'iniziativa di tale impatto possa dare la giusta attenzione ad un tema oggi ancor più urgente".

L'OMS stima che la depressione sia una delle principali cause di disabilità a livello globale, colpendo circa 280 milioni di persone, ossia il 5% della popolazione adulta, e in misura superiore di 2/3 volte le **donne** rispetto agli uomini. Durante l'emergenza Covid la prevalenza di ansia e depressione ha fatto registrare aumenti record, pari al 25%.

In Italia la depressione è il più diffuso disturbo della salute mentale e riguarda 3,5 milioni di persone, ma, secondo un'indagine ISTAT, si stima che meno del 50% riceva una diagnosi corretta e solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate.

"Sono troppo poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto al trattamento della depressione – afferma **Rosaria Iardino**, Presidente di Fondazione The Bridge – Vige ancora un forte stigma verso la malattia; i pregiudizi rispetto alle possibilità di cura, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli principali che impediscono l'accesso a percorsi terapeutici adeguati. Per questo è così importante far luce su questa malattia ed è fondamentale rafforzare la rete sul territorio tra tutti gli operatori che ogni giorno entrano in contatto con persone che soffrono di questo genere di disturbi".

L'endorsement alla campagna #OUTOFTHEBLACK è arrivato anche dal Comune di Milano. "Noi – dichiara l'assessore al Welfare e Salute del Comune di Milano **Lamberto Bertolé** – pensiamo che la

Search ... Search

Archivio articoli

Seleziona il mese



Gli articoli dei nostri esperti



Un progetto per la cura dell'Alzheimer in Basilicata

Attualità

Cerba HealthCare è Official Lab Partner dell'Inter per la stagione...
5 Ottobre 2022

Nasce la Fondazione OneSightEssilorLuxottica Italia
5 Ottobre 2022

Fiere ed eventi

Primo Congresso Internazionale sull'Epatite Delta
6 Ottobre 2022

G-Gravity presenta One Health
5 Ottobre 2022

Comunicazione e prevenzione

DEPRESSIONE: PARTE LA CAMPAGNA DI SENSIBILIZZAZ... #OUTOFTHEBLACK
6 Ottobre 2022

salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell'ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica. Perché questo accada è necessario però che il benessere psicologico diventi una priorità per tutti. Ben vengano quindi iniziative di sensibilizzazione come quella della Fondazione The Bridge, che prova a superare lo stigma che ancora colpisce chi vive una condizione di fragilità o di patologia mentale, normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico”.

È bene distinguere tra le cosiddette emozioni fisiologiche che fanno parte della vita di tutti i giorni e possono riguardare chiunque, da quella condizione di costante tristezza, angoscia, insoddisfazione e senso di vuoto, di pessimismo verso se stessi, gli altri e il proprio futuro che permane indipendentemente da fattori esterni. In questi casi la sofferenza diventa insopportabile al punto da comprometterne il funzionamento sociale e lavorativo delle persone e causare isolamento e ritiro sociale.

Le persone depresse guardano il mondo attraverso occhiali con lenti scure: la quotidianità diventa opaca e le giornate sembrano montagne insormontabili da scalare. Vivono la loro condizione con un senso di colpa, convinti che sia frutto del loro carattere o della loro mancanza di forza di volontà, lontani dalla realtà in quanto tale.

“La depressione è una malattia vera e propria che va curata, esattamente come avviene per le altre patologie – dichiara il Prof. **Antonio Vita**, Vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia – soprattutto perché dalla depressione si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare significativamente la qualità della vita del paziente. I sintomi possono includere una tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, auto-svalutazione, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito; in questi casi, la prima cosa da fare è quella di rivolgersi al medico, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare la persona a un corretto percorso terapeutico. Lo specialista di riferimento per la cura della depressione è lo psichiatra e solitamente il trattamento include la terapia farmacologica, elemento cardine della cura, e la psicoterapia”.

Sono ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni sulla depressione, il male oscuro che sta facendo registrare dati preoccupanti tra i giovani italiani, circa 8 milioni e 200mila ragazzi tra i 12 e i 25 anni, nei quali assiste a un forte aumento di casi: al 10% già stimato prima della pandemia [ISTAT, 2018¹], vanno aggiunti i nuovi casi da Covid. Secondo studi recenti il problema riguarda oggi una popolazione molto ampia: un adolescente su quattro ha sintomi clinici di depressione e uno su cinque segni di un disturbo d'ansia. “Questo fenomeno – commenta il Dr. **Mauro Emilio Percudani**, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano – è probabilmente associato al diffondersi di stili di vita scorretti – come abuso di alcol e stupefacenti, regimi alimentari sbilanciati – alle trasformazioni sociali delle strutture familiari e amicali e alle trasformazioni tecnologiche che hanno contribuito a far aumentare sentimenti di inadeguatezza e sofferenza psichica. Un insieme di fattori che è stato amplificato da una “sospensione” delle abitudini di vita degli ultimi anni provocata dalla pandemia”.

Le cause della depressione includono complesse interazioni fra fattori biologici, sociali e psicologici. Generalmente alla base c'è un fattore temperamentale, per cui una persona può essere predisposta a questo genere di disturbi; esperienze negative durante l'infanzia ed eventi di **vita stressanti** possono agire da detonatore. Sicuramente la genetica influenza il rischio, che è da 2 a 4 volte maggiore nel caso in cui si abbiano dei familiari affetti da depressione.

Nei casi di depressione molto importante il ruolo della famiglia, che deve spronare il familiare che presenta sintomi a rivolgersi al medico di fiducia per essere indirizzato agli specialisti competenti. Inoltre, è molto importante che la famiglia faccia sentire al proprio caro che non è solo, ma anzi che è compreso e supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. Mai sminuire o ridicolizzare le sue emozioni così come non forzarlo a uscire o a praticare attività che non si sente di fare. “La medicina generale – ribadisce la Dottoressa **Daiana Taddeo**, Referente Area Nazionale Ricerca SIMG – è da sempre impegnata a cogliere gli aspetti più profondi della persona. Le alterazioni del tono

Riparte da Roma il tour del Women Health Truck di G... salute della donna
5 Ottobre 2022

Terza Età

Da Senior Italia FederAnziani arriva e-MemoryCare
30 Settembre 2022

ABCDigital: all'istruzione digitale degli anziani ospiti delle RSA Korian ci...
30 Settembre 2022

In libreria

“Fotografia Intensiva” racconta come il Covid-19 ha cambiato gli ospedali
8 Settembre 2022

“I principi scientifici della dieta perfetta”
7 Luglio 2022

News dal mondo della tecnologia

La pandemia influisce ancora sullo shopping non alimentare degli italiani

Nel secondo trimestre Pil in aumento dell'1,1%

Nasce la nuova MiR

 **Guarda i video di Tecnomedicina**

Tecnomedicina 2.0



dell'umore oggi rappresentano un problema che colpisce la popolazione di qualsiasi età, ma sono disponibili risposte terapeutiche e strumenti a sostegno del paziente che devono assolutamente essere implementati. È importante uscire dallo stigma e parlare delle nostre emozioni. Il medico di famiglia ascolta, riconosce e prende in carico. Le associazioni, le strutture del territorio, le famiglie, i medici di medicina generale e psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, volontari dei centri di accoglienza: tutto fa rete e ognuno può avere il proprio ruolo nel risolvere la Depressione”.

OUTOFTHEBLACK è stata l'occasione per rinnovare la collaborazione della Fondazione The Bridge con Angelini Pharma, già sperimentata in altre iniziative di carattere sociale.

Articoli correlati:

1. [Disponibile in Italia il primo farmaco spray nasale per il trattamento della depressione maggiore](#)
2. [Al via la nuova campagna sociale per la salute mentale di Mama Chat](#)
3. [Long Covid: in Italia 1 su 5 soffre di depressione](#)
4. [Abbott riceve dalla FDA la designazione di un dispositivo rivoluzionario per esplorare l'uso della stimolazione cerebrale profonda per gestire la depressione grave](#)
5. [Roche lancia la campagna "Dal primo momento, vicini ai pazienti con Linfomi non Hodgkin"](#)

Condividi       

Post Views: 12

campagna, depressione

Related Posts



[Al via la nuova campagna sociale per la salute mentale di Mama Chat](#)



[Al via la Campagna #CreateforSleep](#)



[Al via la campagna "DoMore4Me - be part of the MIGRANE voice"](#)

« [Primo Congresso Internazionale sull'Epatite Delta](#)

[Al via il primo studio clinico per prevenire obesità e diabete attraverso un microsensore sottopelle con sistema CGMS »](#)

Tecnomedicina è una testata giornalistica specializzata nei temi della ricerca biomedica, della medicina e della sanità, registrata presso il Registro della Stampa del Tribunale di Milano con n. 286 del 28.11.2018

Tecnomedicina è un prodotto edito da [RBM Group Srls](#)
Via Domodossola, 7 – 20145 Milano
P.IVA: 10479500968
Iscrizione R.O.C. n. 32544

Per inviare comunicazioni, richieste di informazioni, comunicati e segnalazioni o per entrare direttamente in contatto con la **redazione** di Tecnomedicina, scrivere a redazione@tecnomedicina.it

Iscrizione alla **Newsletter**:

email address

Subscribe

Utilizziamo i cookie per essere sicuri che tu possa avere la migliore esperienza sul nostro sito. Se continui ad utilizzare questo sito noi assumiamo che tu ne sia felice.

Copyright ©2022. Tecnomedicina

Ok

LINK: <https://www.imgpress.it/attualita/depressione-uscirne-e-possibile-parte-la-campagna-di-sensibilizzazione-outoftheblack/>



HOME ATTUALITÀ POLITICA INCHIESTA CULTURE L'INTERVISTA L'EROE SPORT GALLERY

CAFFETERIA QUESTA È LA STAMPA TECNOLOGIA STRACULT LIBRI PERSONAGGIO DEL GIORNO

ULTIMA NOTIZIA >

[Ottobre 6, 2022] Depressione: uscirne è possibile: Parte la campagna di

CERCA ...

HOME > ATTUALITÀ > Depressione: uscirne è possibile: Parte la campagna di sensibilizzazione #OUTOFTHEBLACK

Depressione: uscirne è possibile: Parte la campagna di sensibilizzazione #OUTOFTHEBLACK

🕒 Ottobre 6, 2022 📁 Attualità



In occasione della Giornata Mondiale della Salute che si celebra il 10 di ottobre, Fondazione The Bridge lancia #OUTOFTHEBLACK, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione realizzata con il contributo non condizionato di Angelini Pharma.

L'iniziativa, che ha ottenuto il patrocinio della Società Italiana di Medicina Generale (SIMG), della Società Italiana di Psichiatria (SIP), della Sezione Regionale Lombardia della SIP (SIP-LO) e del Municipio 8 di Milano, prevede la realizzazione di un'articolata campagna sui social Facebook e Instagram e sul sito internet di Fondazione The Bridge con informazioni concrete sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari.

Non bisogna aver paura di chiedere aiuto: dalla depressione è possibile guarire. #OUTOFTHEBLACK nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora oggi circonda questa patologia. La depressione è come **un buco nero in cui si precipita** senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto. Tutto è iniziato in **una piazza periferica di Milano**

CERCA ...



La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

(Metro Bonola) dove **Lucamaleonte, noto street artist**, ha riprodotto il **buco nero della depressione**. Dopo una settimana, sempre di notte, lo **street artist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte** ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia.

L'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione e alla tendenza a sminuire questa patologia. "Siamo lieti che il nostro territorio sia stato scelto per portare avanti un messaggio così forte e importante – dichiara **Giulia Pelucchi, Presidente del Municipio 8**. Il nostro impegno per la salute mentale è stato un crescendo e auspichiamo che un'iniziativa di tale impatto possa dare la giusta attenzione ad un tema oggi ancor più urgente".

L'OMS stima che la depressione sia una delle principali cause di disabilità a livello globale, colpendo **circa 280 milioni di persone**, ossia **il 5% della popolazione adulta**¹, e in misura superiore di 2/3 volte le **donne** rispetto agli uomini². Durante **l'emergenza Covid** la prevalenza di **ansia e depressione** ha fatto registrare **aumenti record, pari al 25%**³.

In Italia la depressione è il **più diffuso disturbo della salute mentale** e riguarda **3,5 milioni di persone**, ma, secondo un'indagine ISTAT, si stima che meno del **50% riceva una diagnosi corretta** e solo **1 paziente su 3** ottenga cure adeguate⁴.

"Sono troppo poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto al trattamento della depressione – afferma **Rosaria Iardino, Presidente di Fondazione The Bridge** – Vige ancora un forte stigma verso la malattia; i pregiudizi rispetto alle possibilità di cura, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli principali che impediscono l'accesso a percorsi terapeutici adeguati. Per questo è così importante far luce su questa malattia ed è fondamentale rafforzare la rete sul territorio tra tutti gli operatori che ogni giorno entrano in contatto con persone che soffrono di questo genere di disturbi".

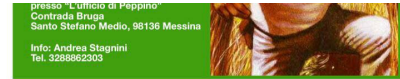
L'endorsement alla campagna #OUTOFTHEBLACK è arrivato anche dal Comune di Milano.

"Noi – dichiara **l'assessore al Welfare e Salute del Comune di Milano Lamberto Bertolé** – pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell'ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica. Perché questo accada è necessario però che il benessere psicologico diventi una priorità per tutti. Ben vengano quindi iniziative di sensibilizzazione come quella della Fondazione The Bridge, che prova a superare lo stigma che ancora colpisce chi vive una condizione di fragilità o di patologia mentale, normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico".

È bene distinguere tra le cosiddette **emozioni fisiologiche** – ovvero momenti di apatia e tristezza che si intervallano a periodi di buon umore e di allegria – che fanno parte della vita di tutti i giorni e possono riguardare chiunque, da **quella condizione di costante tristezza, angoscia, insoddisfazione e senso di vuoto, di pessimismo** verso se stessi, gli altri e il proprio futuro⁵ che permane indipendentemente da fattori esterni. In questi casi la sofferenza diventa insopportabile al punto da comprometterne il funzionamento sociale e lavorativo delle persone e causare isolamento e ritiro sociale¹.

Le persone depresse guardano il mondo attraverso occhiali con lenti scure: la quotidianità diventa opaca e le giornate sembrano montagne insormontabili da scalare¹. Vivono la loro condizione con un senso di colpa, convinti che sia frutto del loro carattere o della loro mancanza di forza di volontà, lontani dalla realtà in quanto tale.

"La depressione è una malattia vera e propria che va curata, esattamente come avviene per le altre patologie – dichiara il **Prof. Antonio Vita, Vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia** – soprattutto perché **dalla depressione si può guarire** o, nei casi più gravi, si può **migliorare significativamente la qualità della vita del paziente**. I sintomi possono includere **una tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, auto-svalutazione, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito; in questi casi, la prima cosa da fare è quella di rivolgersi al medico, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare la persona a un corretto percorso terapeutico. Lo specialista di riferimento per la cura della depressione è lo psichiatra e solitamente il trattamento include la terapia farmacologica, elemento cardine della cura, e la psicoterapia**".



Intervista a Giovanna Vizzaccaro e Roberto Gugliotta sul loro...

Sono ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni sulla depressione, il *male oscuro* che sta facendo registrare dati preoccupanti tra i giovani italiani, **circa 8 milioni e 200 mila ragazzi tra i 12 e i 25 anni**, nei quali si assiste a un forte aumento di casi: al 10% già stimato prima della pandemia [ISTAT, 2018¹], vanno aggiunti i nuovi casi da Covid. Secondo studi recenti⁶ il problema riguarda oggi una popolazione molto ampia: **un adolescente su quattro ha sintomi clinici di depressione e uno su cinque segni di un disturbo d'ansia.**

“Questo fenomeno – commenta il **Dr. Mauro Emilio Percudani, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano** – è probabilmente associato al diffondersi di stili di vita scorretti – come abuso di alcol e stupefacenti, regimi alimentari sbilanciati – alle trasformazioni sociali delle strutture familiari e amicali e alle trasformazioni tecnologiche che hanno contribuito a far aumentare sentimenti di inadeguatezza e sofferenza psichica. Un insieme di fattori che è stato amplificato da una “sospensione” delle abitudini di vita degli ultimi anni provocata dalla pandemia”.

Le cause della depressione includono complesse interazioni fra **fattori biologici, sociali e psicologici**. Generalmente alla base c'è un fattore **temperamentale**, per cui una persona può essere predisposta a questo genere di disturbi; **esperienze negative durante l'infanzia** ed eventi di **vita stressanti** possono agire da detonatore. Sicuramente la **genetica** influenza il rischio, che è da 2 a 4 volte maggiore nel caso in cui si abbiano dei familiari affetti da depressione⁵.

Nei casi di depressione molto importante il ruolo della famiglia, che deve spronare il familiare che presenta sintomi a rivolgersi al medico di fiducia per essere indirizzato agli specialisti competenti. Inoltre, è molto importante che la famiglia faccia sentire al proprio caro che non è solo, ma anzi che è compreso e supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. Mai sminuire o ridicolizzare le sue emozioni così come non forzarlo a uscire o a praticare attività che non si sente di fare.

“La medicina generale – ribadisce la **Dottorssa Daiana Taddeo, Referente Area Nazionale Ricerca SIMG** – è da sempre impegnata a cogliere gli aspetti più profondi della persona. Le alterazioni del tono dell'umore oggi rappresentano un problema che colpisce la popolazione di qualsiasi età, ma sono disponibili risposte terapeutiche e strumenti a sostegno del paziente che devono assolutamente essere implementati. È importante uscire dallo stigma e parlare delle nostre emozioni. Il medico di famiglia ascolta, riconosce e prende in carico. Le associazioni, le strutture del territorio, le famiglie, i medici di medicina generale e psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, volontari dei centri di accoglienza: tutto fa rete e ognuno può avere il proprio ruolo nel risolvere la Depressione”.

#OUTOFTHEBLACK è stata l'occasione per rinnovare la collaborazione della Fondazione The Bridge con Angelini Pharma, già sperimentata in altre iniziative di carattere sociale.

 **Stampa**



 **ATTUALITÀ** **CONSIGLI** **DEPRESSIONE** **FAMIGLIA** **MEDICINA**

PARTE LA CAMPAGNA DI SENSIBILIZZAZIONE #OUTOFTHEBLACK **PAZIENTI** **SALUTE**



« **PRECEDENTE**

TERRE DES HOMMES: RECORD DI REATI SU MINORI IN ITALIA, OLTRE 6.200 NEL 2021

SUCCESSIVO »

Save the Children, quattro ragazzi su cinque in 15 Paesi dicono di vedere nella loro quotidianità gli effetti dei cambiamenti climatici o delle disuguaglianze economiche



ARTICOLI CORRELATI

LINK: <https://www.viveremilano.info/dal-comune/welfare-milano4mentalhealth2022.html>

Informativa cookie: Vivere Milano si avvale di cookie per le finalità illustrate nella nostra informativa sulla privacy. Scorrendo questa pagina, cliccando su un link o proseguendo la navigazione, acconsenti all'uso dei cookie. [Clicca qui per maggiori informazioni.](#) [Chiudi](#)



VIVEREMILANO

Fondato e diretto da Enzo De Bernardis



Mercoledì 5 Ottobre 2022

Inviateci le vostre segnalazioni

Iscriviti alla newsletter

MUNICIPIO 1	MUNICIPIO 2	MUNICIPIO 3	MUNICIPIO 4	MUNICIPIO 5	MUNICIPIO 6	MUNICIPIO 7	MUNICIPIO 8	MUNICIPIO 9	MILANO CITTÀ	CITTÀ METROPOLITANA
-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	--------------	---------------------

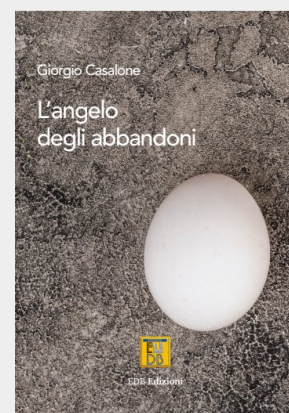
Welfare: Milano4mentalhealth2022

05 ottobre 2022 [DAL COMUNE](#)

Il Comune organizza un palinsesto di eventi sulla salute mentale

Aprirsi alla città e coinvolgere cittadini e stakeholders in una riflessione collettiva su un tema spesso trascurato, ma che è diventato sempre più importante soprattutto negli ultimi due anni. Con questo obiettivo il Comune di Milano promuove "Milano4mentalhealth - Non c'è salute senza salute mentale", un palinsesto di circa 70 iniziative sulla salute mentale, tema cui è dedicata la Giornata mondiale che si celebra il 10 ottobre.

L'iniziativa si inserisce anche nell'impegno di Milano come città che detiene la vice presidenza nazionale della Rete Città sane, il progetto promosso dall'Organizzazione mondiale della sanità che favorisce il ruolo e l'impegno dei



L'angelo degli abbandoni
di Giorgio Casalone
EDB Edizioni



L'angelo degli abbandoni
di Giorgio Casalone
EDB Edizioni



Stirpe di donne
Albertina Fancetti

comuni italiani nelle politiche di promozione della salute a livello locale.

"Noi – dichiara l'assessore al Welfare e Salute Lamberto Bertolé – pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell'ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica. Perché il benessere psicologico diventi un diritto e una priorità per tutti e tutte è però necessario renderlo di interesse per tutti e tutte. Per questo motivo, a partire da quest'anno, abbiamo voluto coinvolgere ogni attore in campo. Partecipano in maniera attiva a Milano4mentalhealth2022 il mondo del Terzo settore, le università milanesi, i municipi, e anche i privati, per la costruzione di un programma molto vasto di iniziative che favoriscano una discussione aperta sul tema e un coinvolgimento attivo della cittadinanza, seguendo il messaggio trasversale secondo cui 'non c'è salute senza salute mentale', con l'obiettivo di superare lo stigma che ancora colpisce chi vive una condizione di fragilità o di patologia mentale e normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico. Questo palinsesto vuole essere un punto di partenza per intraprendere un discorso che vogliamo portare avanti per tutto il resto del mandato".

"In questi anni – aggiunge Bernardo Dell'Osso, professore ordinario di Psichiatria, direttore del dipartimento di Salute mentale e dipendenze presso l'ASST Fatebenefratelli-Sacco di Milano e membro del Tavolo sulla Salute mentale coordinato dal Comune di Milano – abbiamo assistito a un aumento importante del disagio psichico e delle sue manifestazioni per una serie di ragioni differenti tra cui vale la pena certamente ricordare non solo gli effetti della pandemia, ma anche l'aumentato utilizzo di alcool e sostanze stupefacenti, soprattutto tra i giovani, e, non ultima, la ridotta disponibilità di diverse figure professionali che lavorano nei servizi pubblici, idealmente deputate al pronto riconoscimento e trattamento dei diversi disturbi che afferiscono all'area della salute mentale: psichiatri, psicologi, assistenti sociali, educatori e tecnici della riabilitazione psichiatrica. Secondo l'Agenzia ATS di Milano, nel 2021, circa il 10% della popolazione milanese - di cui la maggioranza donne (58%) - avrebbe ricevuto una diagnosi di condizione psichiatrica e avuto accesso al consumo di farmaci o a prestazioni riconducibili al disagio psichico. Per affrontare una situazione così complessa, è importante poter contare sulla collaborazione di istituzioni come il Comune che sono a fianco dei servizi sanitari per garantire che l'attenzione su questi temi resti alta a tutti i livelli di governo".

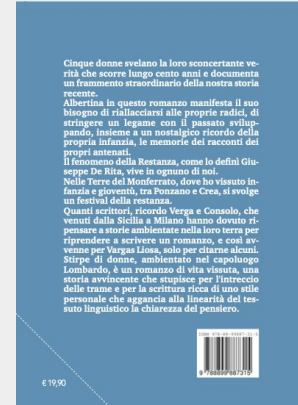
"È importante – conclude Annalisa Cerri, psicologa, espressione del Terzo settore e rappresentante del coordinamento del Tavolo Salute mentale comunale – lavorare per rovesciare la prospettiva affinché l'espressione salute mentale non sia considerata solo in relazione a una condizione patologica, ma venga



STIRPE DI DONNE

di Albertina Fancetti

EDB Edizioni



STIRPE DI DONNE

di Albertina Fancetti

EDB Edizioni

intesa nella sua accezione più ampia come una condizione di benessere a cui tutti possiamo e dobbiamo concorrere. Per questo motivo sosteniamo il valore di questa iniziativa perché sempre di più attragga e coinvolga la cittadinanza e, da molti anni, partecipiamo attivamente, accanto al Comune, alla realizzazione degli eventi in occasione della Giornata mondiale. Per affrontare un tema così importante come quello della salute mentale è fondamentale creare una sinergia virtuosa tra tutti gli attori che se ne occupano sul territorio. Questo gioco di squadra trova il suo atterraggio nel Tavolo istituito dal Comune".

Diversi gli appuntamenti che inizieranno già questa settimana. Martedì 4 ottobre, alle 18:30, presso la Casa dei diritti di via De Amicis ci sarà un primo momento di restituzione che riguarderà AccogliMI, il progetto dedicato alle ragazze e ai ragazzi tra i 14 e i 18 anni e alle loro famiglie con lo scopo di offrire orientamento psicologico. Si farà un punto sui primi risultati della sperimentazione alla presenza dei partner del Terzo settore che hanno portato avanti il progetto per conto dell'Amministrazione comunale.

Giovedì 6 ottobre alle 18 il Comune propone un webinar per promuovere una riflessione sull'impatto che il disagio psichico ha sulla vita delle persone e sulla costruzione del loro progetto di vita. Un confronto che vedrà protagonisti persone che hanno affrontato o stanno affrontando un momento di fragilità psichica, familiari, professionisti del settore sanitario, operatori del Terzo settore che si occupano di questo tema e membri del Tavolo comunale sulla salute mentale. Sarà possibile seguire la diretta streaming sintonizzandosi su [InComune](#) la WebTvRadio del Comune di Milano.

Sempre il 6 ottobre, alle 10:30, nella sala consiliare del Municipio 8, si terrà la presentazione di #outoftheblack, campagna di sensibilizzazione sulla depressione di Fondazione The Bridge, che vede protagonista lo street artist Lucamaleonte con un'opera d'arte ispirata al concetto di rinascita, simbolo della possibilità di uscire dal tunnel della depressione e dell'importanza di contrastare lo stigma. L'opera è visibile davanti all'entrata della fermata Bonola della M1.

Venerdì 7 ottobre l'appuntamento è alle 14:30 all'Università degli studi di Milano, in via Festa del Perdono, per un incontro dal titolo *"Uscire dal disagio. L'ateneo e le istituzioni del territorio a supporto della salute e del benessere psicologico della popolazione studentesca"*, un momento a cui parteciperanno, tra gli altri, l'assessore al Welfare e salute Lamberto Bertolé, l'assessore all'Istruzione di Regione Lombardia Fabrizio Sala e il prorettore dell'Università degli Studi Gian Vincenzo Zuccotti. Durante l'incontro verranno presentati i risultati dell'indagine portata avanti dalla Statale sul benessere psicologico delle studentesse e degli studenti universitari.

Per partecipare è necessario iscriversi.

Partecipano agli eventi della settimana anche i municipi: numerosissime nel fine settimana dell'8 e 9 ottobre le iniziative del Municipio 1 attraverso i suoi CAM.

Domenica 9 ottobre alle 17:30, presso la Casa delle associazioni e del volontariato di via Saponaro 20 il Municipio 5 presenterà, insieme all'associazione Fare insieme, *"Parole e musica in quartiere Gratosoglio per più salute mentale"*, attività e laboratori realizzati per i cittadini e le cittadine del Municipio; alle ore 18 si svolgerà l'iniziativa online a cura di Jonas Onlus dal titolo *"Cosa intende la psicoanalisi per salute mentale? La parola ai terapeuti di Jonas, Telemaco e Gianburrasca"* che sarà possibile seguire attraverso le pagine social delle associazioni partecipanti.

Lunedì 10 ottobre, in occasione della Giornata mondiale della Salute mentale, l'evento centrale del palinsesto: dalle 14, presso la Fondazione Catella in via De Castillia 28, all'interno di BAM, l'Amministrazione promuove un insieme di momenti di riflessione che vedranno protagoniste le associazioni, gli enti e le istituzioni che ogni giorno si occupano di cura e salute mentale sul territorio milanese. Una giornata di discussione e confronto con mostre, iniziative teatrali, musica e approfondimenti con esperti provenienti da diversi campi professionali, rivolti agli operatori e alle operatrici e, soprattutto, alla cittadinanza.

Tra le iniziative, si segnalano i seguenti talk:

- *alle 18 "Mi vedete? - L'adolescenza e la salute mentale: come riconoscere i campanelli d'allarme e costruire strategie condivise"*, in cui si approfondiranno i temi dell'isolamento, dell'aggressività, delle variazioni di peso o di abitudini alimentari, l'hikikomori, il ruolo della scuola e della famiglia;
- *alle 18:45, l'incontro "Come stai? – Come il nostro linguaggio impatta il nostro modo di sentirci"* durante il quale il vicedirettore del Post Francesco Costa, la Psicoterapeuta Serena Barbieri e Isabel Gangitano, content manager e autrice del podcast Le Basi, discuteranno di come le parole fanno la differenza, soprattutto quando si parla di emozioni;
- *alle 19:15 sarà il momento del dibattito "Fatti vedere da uno bravo! - Superare lo stigma e orientarsi tra i percorsi d'aiuto"*.

Contemporaneamente, durante tutto il pomeriggio, sarà possibile visitare alla Stecca degli artigiani, all'interno del parco Biblioteca degli alberi, la mostra "Arte in testa", un'esposizione di lavori realizzati da persone con problemi di fragilità psicologica seguite dalle associazioni membri del tavolo sulla salute mentale coordinato dal Comune di Milano.

Durante la giornata del 10 si concentreranno altre iniziative: il Tram della Salute mentale percorrerà Milano per incontrare la cittadinanza e portare, alle fermate, il suo messaggio contro lo stigma. La partenza è prevista alle 14:45 in piazza Fontana, con tappe in piazza VI Febbraio (15:45) e piazza Castello (16:45). L'iniziativa fa parte del progetto "Città visibile" a cura del Comune di Milano e dell'ASST Fatebenefratello Sacco.

Gli eventi proseguiranno anche dopo la Giornata mondiale della Salute mentale.

Sabato 15 ottobre, alle 16:30, presso Casa Jannacci, si terrà l'incontro dal titolo "Enzo Jannacci e Fabrizio De Andrè: le stesse periferie esistenziali", un ricordo musicale e delle testimonianze su due artisti che hanno fornito elementi fondamentali di riflessione sul disagio esistenziale e psicologico.

Il 16 ottobre, alle 16, l'associazione Amici della mente e la compagnia Monkey Monkeis porteranno in scena, al teatro Guanella, "Folia", uno spettacolo teatrale sul mondo affascinante e complesso della follia, espresso attraverso i suoi volti femminili.

In occasione del 10 ottobre giornata mondiale per la salute mentale, infine, Mama chat, associazione per il benessere psicologico e i diritti delle donne, lancerà una nuova campagna a scopo sociale per sostenere l'importanza di superare lo stigma – che spesso impedisce la richiesta d'aiuto da parte di chi sta vivendo una condizione di malessere psicologico – e affrontare il tema della salute mentale come di quella fisica, senza nascondersi o aver paura di essere giudicati.

Il [programma completo](#) delle iniziative è disponibile sul sito del Comune di Milano.

Pietro Coletti



Articolo successivo

Diventa finalmente realtà



ULTIME NOTIZIE



NATUROPATIA IN BREVE
05/10



Ambiente: A Palazzo Reale il confronto tra città italiane e internazionali su strategie e azioni per la decarbonizzazione urbana



Lombardia/Australia, Fontana ha incontrato presidente stato Victoria

CREDITS

Vivere Milano
Fondato e diretto da Enzo De Bernardis

SEZIONI

> Home
> Editoriali

#SEGUICI:



LINK: <https://www.mi-lorenteggio.com/2022/10/03/welfare-milano4mentalhealth2022-il-comune-organizza-un-palinese-to-di-eventi-sulla-salute-mentale/>

Error establishing a database connection

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

LINK: https://www.borsaitaliana.it/borsa/notizie/radiocor/finanza/dettaglio/sanita--gli-avvenimenti-di-giovedi--6-ottobre-nRC_04102022_0729_164644...



Cerca Titolo, ISIN, altro ...



Sei in: [Home page](#) > [Notizie](#) > [Radiocor](#) > Finanza

Quotarsi in Borsa Italiana ora è più semplice [Scopri di più →](#)

SANITA': GLI AVVENIMENTI DI GIOVEDI' 6 OTTOBRE



EVENTI E CONFERENZE STAMPA - Milano: conferenza stampa
#OUTOFTHEBLACK. Dalla depressione si puo' uscire. Ore 10,30. Via G. Quarenghi, 21.

<http://www.sanita24.ilsole24ore.com/>.

Red-

(RADIOCOR) 04-10-22 07:29:00 (0016)SAN 5 NNNN

TAG

SAN ITA

[Servizi](#)
[Pubblicità](#)
[Listino ufficiale](#)

[Altri link](#)
[Comitato Corporate Governance](#)

EN



[Borsa Italiana Spa](#) - [Dati sociali](#) | [Disclaimer](#) | [Copyright](#) | [Privacy](#) | [Cookie policy](#) | [Credits](#) | [Codice di Comportamento](#)

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

LINK: https://www.borsaitaliana.it/borsa/notizie/radiocor/finanza/dettaglio/sanita--gli-avvenimenti-di-giovedi--6-ottobre-nRC_03102022_1915_608101...



Cerca Titolo, ISIN, altro ...



Sei in: [Home page](#) > [Notizie](#) > [Radiocor](#) > Finanza

SANITA': GLI AVVENIMENTI DI GIOVEDI' 6 OTTOBRE



EVENTI E CONFERENZE STAMPA - Milano: conferenza stampa
#OUTOFTHEBLACK. Dalla depressione si puo' uscire. Ore 10,30. Via G. Quarenghi,
21.

<http://www.sanita24.ilsole24ore.com/>.

Red-

[RADIOCOR] 03-10-22 19:15:50 [0608]SAN 5 NNNN

TAG

SAN ITA

Servizi
Pubblicità
Listino ufficiale

Altri link
Comitato Corporate Governance

 EN



Borsa Italiana Spa - [Dati sociali](#) | [Disclaimer](#) | [Copyright](#) | [Privacy](#) | [Cookie policy](#) | [Credits](#) | [Codice di Comportamento](#)

LINK: https://milano.repubblica.it/cronaca/2022/10/04/news/salute_mentale_giornata_mondiale_caso_bellavia_gfvip-368554878/

MENU | CERCA

ABBONATI

GEDI SMILE |

Seguici su:

Milano

CERCA

HOME

CRONACA

SPORT

FOTO

VIDEO

ANNUNCI LOCALI ▾

CAMBIA EDIZIONE ▾

adv



• **Ultim'ora** 16.17

Covid, oggi in Italia 58.885 nuovi casi e 60 morti

Salute mentale a Milano, dal caso Bellavia ai 70 appuntamenti aperti a tutti per cancellare "lo stigma sociale"

"Non c'è salute senza salute mentale": è lo slogan di Milano4mentalhealth 2022, il palinsesto del Comune. L'assessore Bertolé: "Il benessere mentale deve essere considerato normalità perché episodi come quello del Grande Fratello non si ripetano più"

di Lucia Landoni

04 OTTOBRE 2022 ALLE 15:50 3 MINUTI DI LETTURA

"Non c'è salute senza salute mentale": è lo slogan di Milano4mentalhealth 2022, il palinsesto di 70 eventi sul benessere psicologico promosso dal Comune in occasione della Giornata mondiale della salute mentale del 10 ottobre. "Pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che nell'ambito del nostro sistema sanitario debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica - sottolinea l'assessore al Welfare e salute di Palazzo Marino, **Lamberto Bertolé** - Perché il benessere psicologico diventi un diritto e una priorità per tutti e tutte è però necessario renderlo di interesse per tutti e tutte".

Da qui la decisione di coinvolgere quanti più attori possibile nell'iniziativa: all'edizione 2022 di Milano4mentalhealth partecipano infatti il mondo del terzo settore, le università cittadine, i Municipi e anche i privati, tutti uniti per la costruzione di un programma molto vario di appuntamenti che favoriscano una discussione aperta sul tema e un coinvolgimento attivo della cittadinanza.

Uno degli obiettivi principali della manifestazione è quello di "superare lo stigma che ancora colpisce chi vive una condizione di fragilità o di patologia mentale - prosegue Bertolé - normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico". Perché, anche oggi, la salute mentale sembra essere un tabù. Proprio in questi giorni il tema della depressione è sotto i riflettori per quanto avvenuto [durante la trasmissione televisiva Grande Fratello Vip, con Marco Bellavia che si è autoescluso dalla Casa](#) per gli episodi di bullismo subiti dagli altri concorrenti dopo aver apertamente parlato del suo "dolore mentale", come lui stesso l'ha definito.

Ed è dal caso di Bellavia che Bertolé parte per ribadire: "Quello che è successo nella casa del Grande Fratello dimostra ancora una volta quanto lo stigma che colpisce le persone che vivono un momento di fragilità psicologica o una condizione patologica possa condizionare la loro vita e limitarli nella realizzazione dei loro progetti. I responsabili di programmi tv

VIDEO DEL GIORNO



Metropolis/183 - "Pian(t)o d'emergenza". Energia e aiuti: che farà il governo? E Meloni? Ospiti: Appendino e Camusso. Con Augias, Olivero e Pagni (integrale)

Leggi anche

Caro energia, nella parrocchia di Legnano messe trasferite nella cappellina e luci spente: "A settembre bolletta da 5mila euro"

I Måneskin e il video 'segreto' del nuovo singolo: ecco perché il parco comunale in Brianza ha chiuso per tre giorni

Una ciocca di capelli per Mahsa Amini e Hadith Najafi: alla Triennale di Milano l'iniziativa solidale per le donne iraniane

© Riproduzione riservata

Raccomandati per

Ecco perché gli u vincendo su tutti

Presa diretta e il europei

Miss Crimea multi cantata una canz ucraina

Giornate Fai d'au ottobre oltre 70 città

BLOG

20 RIGHE
di Fabrizio Ra
La manutenzione

consigli.it La g

con un così vasto pubblico dovrebbero trattare questi temi con grandissima responsabilità. Parlarne davanti a milioni di spettatori e condividere la propria condizione è una scelta coraggiosa che deve essere sostenuta e non ridicolizzata. Il nostro impegno è quello di lavorare sempre di più per ricondurre a una dimensione di piena normalità la necessità di prendersi cura del proprio benessere mentale, perché l'episodio andato in scena nella Casa e tanti altri che accadono fuori dalle luci della ribalta non si ripetano più".

Giornata della salute mentale, tutti gli appuntamenti a Milano

Il calendario prende il via oggi, **4 ottobre, alle 18.30 alla Casa dei diritti di via De Amicis**, dove si terrà un incontro su AccogliMI, il progetto dedicato alle ragazze e ai ragazzi tra i 14 e i 18 anni e alle loro famiglie con lo scopo di offrire orientamento psicologico. Si farà un punto sui primi risultati della sperimentazione alla presenza dei partner del terzo settore che hanno portato avanti il progetto per conto dell'amministrazione comunale.

Giovedì 6 ottobre alle 10.30 nella sala consiliare del Municipio 8 verrà invece presentata #outoftheblack, campagna di sensibilizzazione sulla **depressione di Fondazione The Bridge**, che vede protagonista lo **street artist Lucamaleonte** con un'opera d'arte ispirata al concetto di rinascita, simbolo della possibilità di uscire dal tunnel della depressione e dell'importanza di contrastare lo stigma. L'opera è visibile davanti all'entrata della fermata Bonola della MI.

Sempre il 6 ottobre alle 18 il Comune proporrà un webinar per promuovere una riflessione sull'impatto che il disagio psichico ha sulla vita delle persone (sarà possibile seguire la diretta streaming sintonizzandosi sulla webtvradio **InComune**, all'indirizzo www.comune.milano.it/web/incomune-webtvradio).

Salute mentale, dopo il Covid in aumento il disagio psichico

"In questi anni abbiamo assistito a un aumento importante del **disagio psichico e delle sue manifestazioni per una serie di ragioni differenti, tra cui gli effetti della pandemia**, ma anche l'aumentato utilizzo di alcol e sostanze stupefacenti, soprattutto tra i giovani - spiega **Bernardo Dell'Osso**, professore ordinario di Psichiatria, direttore del dipartimento di Salute mentale e dipendenze presso l'ASST Fatebenefratelli-Sacco e membro del Tavolo sulla salute mentale coordinato da Palazzo Marino - Non ultima, va considerata anche la ridotta disponibilità di diverse figure professionali che lavorano nei servizi pubblici, idealmente deputate al pronto riconoscimento e trattamento dei diversi disturbi che afferiscono all'area della salute mentale: psichiatri, psicologi, assistenti sociali, educatori e tecnici della riabilitazione psichiatrica".

Nel 2021 il 10% dei milanesi ha assunto farmaci o ha chiesto prestazione riconducibili al disagio psichico

Secondo i dati dell'Ats di Milano, nel 2021 circa il 10% della popolazione milanese - di cui la maggioranza donne (58%) - ha ricevuto una diagnosi di condizione psichiatrica e avuto accesso al consumo di farmaci o a prestazioni riconducibili al disagio psichico. "È importante che l'espressione salute mentale non sia considerata solo in relazione a una condizione patologica, ma venga intesa nella sua accezione più ampia come una condizione di benessere a cui tutti possiamo e dobbiamo concorrere - dichiara **Annalisa Cerri**, psicologa, espressione del terzo settore e rappresentante del coordinamento del Tavolo salute mentale comunale - Per affrontare un tema così importante è fondamentale creare una sinergia virtuosa tra tutti gli attori che se ne occupano sul territorio".

Venerdì 7 ottobre l'appuntamento sarà alle 14.30 all'Università degli studi di Milano, in via Festa del Perdono, per un incontro dal titolo "Uscire dal disagio. L'ateneo e le istituzioni del territorio a supporto della salute e del benessere psicologico della popolazione studentesca" (necessaria l'iscrizione sul sito work.unimi.it/eventir/registrazione?0&code=8224).

Il momento clou di Milano4mentalhealth 2022 sarà il **10 ottobre, Giornata mondiale della salute mentale**: dalle 14, presso la Fondazione Catella (in via

IL SITO DEDICATO A CHI
**Stampare e pubblicare
ecco come fare**

SCHE RIFLE
Lucia De
AT-NAF

Diventa Talent Scout
Fai valutare il tuo libro

NECROLOGIE

Per pubblicare un necrologio
Numero Verde
800 700800

RICERCA NECRO

CASE MOTORI



Attività Commerciali
Milano Vendita General C
RISTORANTE PIZZERIA
ZONA NIGUARDA vendita
operativo di capitale per.

CERCA UNA CASA

Vendita Affitto

Provincia

Milano

Pubblica il tuo annuncio

ASTE GIUDIZIARIE



De Castilia 28), all'interno di BAM, l'amministrazione comunale promuove una serie di momenti di riflessione che vedranno protagoniste le associazioni, gli enti e le istituzioni che ogni giorno si occupano di cura e salute mentale sul territorio milanese. Una giornata di discussione e confronto con mostre, iniziative teatrali, musica e approfondimenti con esperti provenienti da diversi campi professionali, rivolti agli operatori e alle operatrici e, soprattutto, alla cittadinanza.

Gli appuntamenti, molti dei quali organizzati anche dai vari municipi, proseguiranno fino al 16 ottobre: il programma completo è consultabile sul sito del Comune (www.comune.milano.it/aree-tematiche/servizi-sociali/progetti-e-pubblicazioni/milano-4-mental-health-2022-non-c-e-salute-senza-salute-mentale).



**Appartamenti Bovisio-r
MATTEOTTI - 137000**

[Tribunale di Monza](#)
[Tribunale di Milano](#)
[Tribunale di Varese](#)
[Tribunale di Lodi](#)

[Visita gli](#)

IL NETWORK

Espandi ▾

[Fai di Repubblica la tua homepage](#) [Mappa del sito](#) [Redazione](#) [Scriveteci](#) [Per inviare foto e video](#) [Servizio Clienti](#) [Pubblicità](#) [Cookie Policy](#) [Privacy](#) [Codice Etico e Best Practices](#)

GEDI News Network S.p.A. - P.Iva 01578251009 - ISSN 2499-0817

LINK: https://www.borsaitaliana.it/borsa/notizie/radiocor/finanza/dettaglio/sanita--gli-avvenimenti-della-settimana-nRC_03102022_0724_16101765.htm...



Cerca Titolo, ISIN, altro ...



Sei in: [Home page](#) > [Notizie](#) > [Radiocor](#) > Finanza

SANITA': GLI AVVENIMENTI DELLA SETTIMANA



MARTEDI' 4 ottobre ----- - nessun appuntamento in agenda.

MERCOLEDI' 5 ottobre ----- - Nessun appuntamento in agenda.

GIOVEDI' 6 ottobre ----- EVENTI E CONFERENZE STAMPA - Milano:
conferenza stampa #OUTOFTHEBLACK. Dalla depressione si puo' uscire. Ore
10,30. Via G. Quarenghi, 21.

VENERDI' 7 ottobre ----- EVENTI E CONFERENZE STAMPA - Milano:
meeting POST ESMO ITALY promosso dall'Associazione Women for Oncology Italy.
Ore 9,30. Presso Circolo filologico milanese, Via Clerici 10.

<http://www.sanita24.ilsole24ore.com/>.

Red-

[RADIOCOR] 03-10-22 07:24:20 [0016]SAN 5 NNNN

TAG

SAN ITA

Servizi
Pubblicità
Listino ufficiale

Altri link
Comitato Corporate Governance

 EN



Borsa Italiana Spa - [Dati sociali](#) | [Disclaimer](#) | [Copyright](#) | [Privacy](#) | [Cookie policy](#) | [Credits](#) | [Codice di Comportamento](#)

LINK: <https://www.milanotoday.it/attualita/eventi-salute-mentale-giornata-10-ottobre.html>

Lunedì, 3 Ottobre 2022

 Sereno

 [Accedi](#)

LE INIZIATIVE

A Milano ci saranno 70 eventi legati al tema della salute mentale

Il Comune promuove “Milano4mentalhealth - Non c’è salute senza salute mentale”

Redazione

03 ottobre 2022 12:09

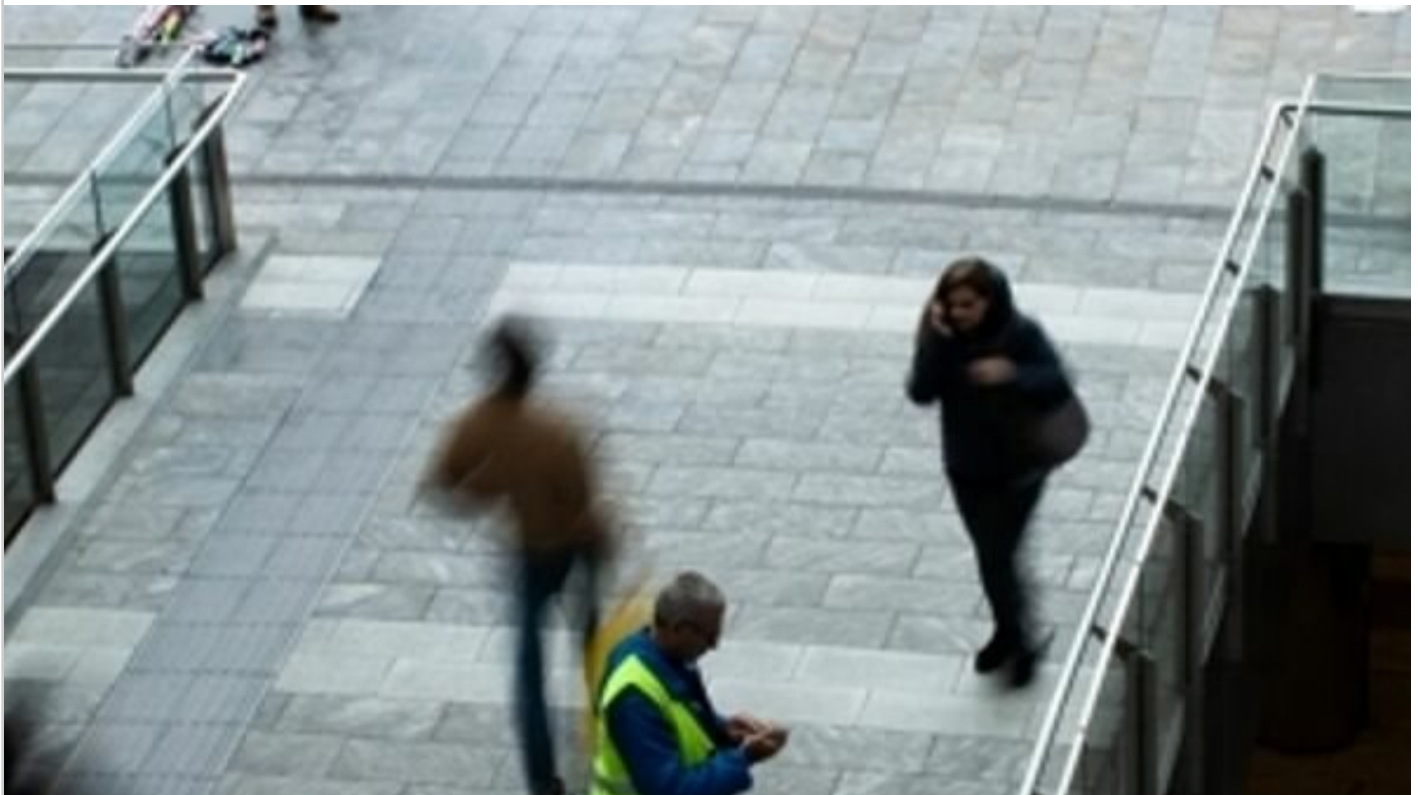


Foto di repertorio

Aprirsi alla città e coinvolgere cittadini e stakeholders in una riflessione collettiva su un tema spesso trascurato, ma che è diventato sempre più importante soprattutto negli ultimi due anni. Con questo obiettivo il Comune di Milano promuove “Milano4mentalhealth - Non c’è salute senza salute mentale”, un palinsesto di circa 70 iniziative sulla salute mentale, tema cui è dedicata la Giornata mondiale che si celebra il 10 ottobre. L’iniziativa si inserisce anche nell’impegno di Milano come città che detiene la vice presidenza nazionale della Rete Città sane, il

progetto promosso dall'Organizzazione mondiale della sanità che favorisce il ruolo e l'impegno dei comuni italiani nelle politiche di promozione della salute a livello locale.

“Noi - dichiara l'assessore al Welfare e Salute Lamberto Bertolé - pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell'ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica. Perché il benessere psicologico diventi un diritto e una priorità per tutti e tutte è però necessario renderlo di interesse per tutti e tutte. Per questo motivo, a partire da quest'anno, abbiamo voluto coinvolgere ogni attore in campo. Partecipano in maniera attiva a Milano4mentalhealth2022 il mondo del Terzo settore, le università milanesi, i municipi, e anche i privati, per la costruzione di un programma molto vasto di iniziative che favoriscano una discussione aperta sul tema e un coinvolgimento attivo della cittadinanza, seguendo il messaggio trasversale secondo cui 'non c'è salute senza salute mentale', con l'obiettivo di superare lo stigma che ancora colpisce chi vive una condizione di fragilità o di patologia mentale e normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico. Questo palinsesto vuole essere un punto di partenza per intraprendere un discorso che vogliamo portare avanti per tutto il resto del mandato”.

“In questi anni - aggiunge Bernardo Dell'Osso, professore ordinario di Psichiatria, direttore del dipartimento di Salute Mentale e Dipendenze presso l'Asst Fatebenefratelli-Sacco di Milano e membro del tavolo sulla Salute mentale coordinato dal Comune di Milano - abbiamo assistito a un aumento importante del disagio psichico e delle sue manifestazioni per una serie di ragioni differenti tra cui vale la pena certamente ricordare non solo gli effetti della pandemia, ma anche l'aumentato utilizzo di alcool e sostanze stupefacenti, soprattutto tra i giovani, e, non ultima, la ridotta disponibilità di diverse figure professionali che lavorano nei servizi pubblici, idealmente deputate al pronto riconoscimento e trattamento dei diversi disturbi che afferiscono all'area della salute mentale: psichiatri, psicologi, assistenti sociali, educatori e tecnici della riabilitazione psichiatrica. Secondo l'Agenzia Ats di Milano, nel 2021, circa il 10% della popolazione milanese - di cui la maggioranza donne (58%) - avrebbe ricevuto una diagnosi di condizione psichiatrica e avuto accesso al consumo di farmaci o a prestazioni riconducibili al disagio psichico. Per affrontare una situazione così complessa, è importante poter contare sulla collaborazione di istituzioni come il Comune che sono a fianco dei servizi sanitari per garantire che l'attenzione su questi temi resti alta a tutti i livelli di governo”.

“È importante - conclude Annalisa Cerri, psicologa, espressione del Terzo settore e rappresentante del coordinamento del Tavolo Salute mentale comunale - lavorare per rovesciare la prospettiva affinché l'espressione salute mentale non sia considerata solo in relazione a una condizione patologica, ma venga intesa nella sua accezione più ampia come una condizione di benessere a cui tutti possiamo e dobbiamo concorrere. Per questo motivo sosteniamo il valore di questa iniziativa perché sempre di più attragga e coinvolga la cittadinanza e, da molti anni, partecipiamo attivamente, accanto al Comune, alla realizzazione degli eventi in occasione della Giornata mondiale. Per affrontare un tema così importante come quello della salute mentale è fondamentale creare una sinergia virtuosa tra tutti gli attori che se ne occupano sul territorio. Questo gioco di squadra trova il suo atterraggio nel tavolo istituito dal Comune”.

Gli appuntamenti per la Milano4mentalhealth

Diversi gli appuntamenti che inizieranno già questa settimana. Domani, martedì 4 ottobre, alle 18.30, presso la Casa dei Diritti di via De Amicis ci sarà un primo momento di restituzione che riguarderà AccogliMi, il progetto dedicato alle ragazze e ai ragazzi tra i 14 e i 18 anni e alle loro famiglie con lo scopo di offrire orientamento psicologico. Si farà un punto sui primi risultati della sperimentazione alla presenza dei partner del Terzo settore che hanno portato avanti il progetto per conto dell'Amministrazione comunale.

Giovedì 6 ottobre alle 18 il Comune propone un webinar per promuovere una riflessione sull'impatto che il disagio psichico ha sulla vita delle persone e sulla costruzione del loro progetto di vita. Un confronto che vedrà protagonisti persone che hanno affrontato o stanno affrontando un momento di fragilità psichica, familiari, professionisti del settore sanitario, operatori del Terzo settore che si occupano di questo tema e membri del Tavolo comunale sulla salute mentale. Sarà possibile seguire la diretta streaming sintonizzandosi su InComune la Web Tv Radio del Comune di Milano al [link](#).

Sempre il 6 ottobre, alle 10.30, nella sala consiliare del Municipio 8, si terrà la presentazione di #OUTOFTHEBLACK, campagna di sensibilizzazione sulla depressione di Fondazione The Bridge, che vede protagonista lo street artist Lucamaleonte con un'opera d'arte ispirata al concetto di rinascita, simbolo della possibilità di uscire dal tunnel della depressione e dell'importanza di contrastare lo stigma. L'opera è visibile davanti all'entrata della fermata Bonola della M1.

Venerdì 7 ottobre l'appuntamento è alle 14.30 all'Università degli studi di Milano, in via Festa del Perdono, per un incontro dal titolo “Uscire dal disagio. L'ateneo e le istituzioni del territorio a supporto della salute e del benessere psicologico della popolazione studentesca”, un momento a cui parteciperanno, tra gli altri, l'assessore al Welfare e salute Lamberto Bertolé, l'assessore all'Istruzione di Regione Lombardia Fabrizio Sala e il prorettore dell'Università degli Studi Gian Vincenzo Zuccotti. Durante l'incontro verranno presentati i risultati dell'indagine portata avanti dalla Statale sul benessere psicologico delle studentesse e degli studenti universitari. Per partecipare è necessario iscriversi al [link](#).

Tutti gli eventi organizzati dai Municipi

Partecipano agli eventi della settimana anche i municipi: numerosissime nel fine settimana dell'8 e 9 ottobre le iniziative del Municipio 1 attraverso i suoi CAM. Domenica 9 ottobre alle 17.30, presso la Casa delle associazioni e del volontariato di via Saponaro 20 il Municipio 5 presenterà, insieme all'associazione Fare insieme, "Parole e musica in quartiere Gratosoglio per più salute mentale", attività e laboratori realizzati per i cittadini e le cittadine del Municipio; alle ore 18 si svolgerà l'Iniziativa online a cura di Jonas Onlus dal titolo "Cosa intende la psicoanalisi per salute mentale? La parola ai terapeuti di Jonas, Telemaco e Gianburrasca" che sarà possibile seguire attraverso le pagine social delle associazioni partecipanti.

Lunedì 10 ottobre, in occasione della Giornata mondiale della Salute mentale, l'evento centrale del palinsesto: dalle 14, presso la Fondazione Catella in via De Castilia 28, all'interno di BAM, l'Amministrazione promuove un insieme di momenti di riflessione che vedranno protagoniste le associazioni, gli enti e le istituzioni che ogni giorno si occupano di cura e salute mentale sul territorio milanese. Una giornata di discussione e confronto con mostre, iniziative teatrali, musica e approfondimenti con esperti provenienti da diversi campi professionali, rivolti agli operatori e alle operatrici e, soprattutto, alla cittadinanza.

Tra le iniziative, si segnalano i seguenti talk:

- alle 18 "Mi vedete? - L'adolescenza e la salute mentale: come riconoscere i campanelli d'allarme e costruire strategie condivise", in cui si approfondiranno i temi dell'isolamento, dell'aggressività, delle variazioni di peso o di abitudini alimentari, l'hikikomori, il ruolo della scuola e della famiglia;
- alle 18,45, l'incontro "Come stai? - Come il nostro linguaggio impatta il nostro modo di sentirci" durante il quale il vicedirettore del Post Francesco Costa, la Psicoterapeuta Serena Barbieri e Isabel Gangitano, content manager e autrice del podcast Le Basi, discuteranno di come le parole fanno la differenza, soprattutto quando si parla di emozioni;
- alle 19.15 sarà il momento del dibattito "Fatti vedere da uno bravo! - Superare lo stigma e orientarsi tra i percorsi d'aiuto".

Contemporaneamente, durante tutto il pomeriggio, sarà possibile visitare alla Stecca degli artigiani, all'interno del parco Biblioteca degli alberi, la mostra "Arte in testa", un'esposizione di lavori realizzati da persone con problemi di fragilità psicologica seguite dalle associazioni membri del tavolo sulla salute mentale coordinato dal Comune di Milano.

Durante la giornata del 10 si concentreranno altre iniziative: il Tram della Salute mentale percorrerà Milano per incontrare la cittadinanza e portare, alle fermate, il suo messaggio contro lo stigma. La partenza è prevista alle 14.45 in piazza Fontana, con tappe in piazza VI Febbraio (15.45) e piazza Castello (16.45). L'iniziativa fa parte del progetto "Città visibile" a cura del Comune di Milano e dell'Asst Fatebenefratello Sacco.

Gli eventi proseguiranno anche dopo la Giornata mondiale della Salute mentale. Sabato 15 ottobre, alle 16.30, presso Casa Jannacci, si terrà l'incontro dal titolo "Enzo Jannacci e Fabrizio De André: le stesse periferie esistenziali", un ricordo musicale e delle testimonianze su due artisti che hanno fornito elementi fondamentali di riflessione sul disagio esistenziale e psicologico.

Il 16 ottobre, alle 16, l'associazione Amici della mente e la compagnia Monkey Monkeys porteranno in scena, al teatro Guanella, "Folia", uno spettacolo teatrale sul mondo affascinante e complesso della follia, espresso attraverso i suoi volti femminili.

In occasione del 10 ottobre giornata mondiale per la salute mentale, infine, Mama Chat, associazione per il benessere psicologico e i diritti delle donne, lancerà una nuova campagna a scopo sociale per sostenere l'importanza di superare lo stigma - che spesso impedisce la richiesta d'aiuto da parte di chi sta vivendo una condizione di malessere psicologico - e affrontare il tema della salute mentale come di quella fisica, senza nascondersi o aver paura di essere giudicati.

Il programma completo delle iniziative è disponibile sul sito del Comune di Milano al [link](#).

© Riproduzione riservata



LINK: <https://mohre.it/uscire-dalla-depressione-e-possibile-fondazione-the-bridge-lancia-la-campagna-di-sensibilizzazione-sulla-depressione/>

+1 229 001 707 
info@website.com



MOHRE Mediterranean
Observatory
on Harm REDuction

Menu



Uscire dalla depressione è possibile: Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione

Ott 10, 2022 Redazione No Comment Share on [f](#) [t](#) [in](#) [p](#)

In occasione della **Giornata Mondiale della Salute** che si celebra il 10 di ottobre, Fondazione The Bridge lancia **#OUTOFTHEBLACK**, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione realizzata con il contributo non condizionato di Angelini Pharma. L'iniziativa, che ha ottenuto il patrocinio della Società Italiana di Medicina Generale (SIMG), della Società Italiana di Psichiatria (SIP), della Sezione Regionale Lombardia della SIP (SIP-LO) e del Municipio 8 di Milano, prevede la realizzazione di un'articolata campagna sui social Facebook e Instagram e sul sito internet di Fondazione The Bridge con informazioni concrete sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari.

Non bisogna aver paura di chiedere aiuto: **dalla depressione è possibile guarire**. #OUTOFTHEBLACK nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora oggi circonda questa patologia. La depressione è come un buco nero in cui si precipita senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto. Tutto è iniziato in una piazza periferica di Milano (Metro Bonola) dove **Lucamaleonte**, noto street artist, ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, lo street artist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia. L'opera è diventata il simbolo della **lotta alla depressione** e alla tendenza a sminuire questa patologia. "Siamo lieti che il nostro territorio sia stato scelto per portare avanti un messaggio così forte e importante - dichiara Giulia Pelucchi, Presidente del Municipio 8. Il nostro impegno per la salute mentale è stato un crescendo e auspichiamo che un'iniziativa di tale impatto possa dare la giusta attenzione ad un tema oggi ancor più urgente".

L'OMS stima che la depressione sia una delle principali cause di **disabilità** a livello globale, colpendo circa 280 milioni di persone, ossia il 5% della popolazione adulta, e in misura superiore di 2/3 volte le donne rispetto agli uomini. Durante l'emergenza Covid la prevalenza di ansia e depressione ha fatto registrare aumenti record, pari al 25%.

In Italia la depressione è il più diffuso disturbo della salute mentale e riguarda **3,5 milioni di persone**, ma, secondo un'indagine ISTAT, si stima che meno del 50% riceva una diagnosi corretta e solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate.

È bene distinguere tra le cosiddette **emozioni fisiologiche** – ovvero momenti di apatia e tristezza che si intervallano a periodi di buon umore e di allegria – che fanno parte della vita di tutti i giorni e possono riguardare chiunque, da quella **condizione di costante tristezza, angoscia, insoddisfazione e senso di vuoto, di pessimismo verso se stessi, gli altri e il proprio futuro che permangono indipendentemente da fattori esterni**. In questi casi la sofferenza diventa insopportabile al punto da comprometterne il funzionamento sociale e lavorativo delle persone e causare isolamento e ritiro sociale.

Le persone depresse guardano il mondo attraverso occhiali con lenti scure: la quotidianità diventa opaca e le giornate sembrano montagne insormontabili da scalare. Vivono la loro condizione con un senso di colpa, convinti che sia frutto del loro carattere o della loro mancanza di forza di volontà, lontani dalla realtà in quanto tale.

“La depressione è una malattia vera e propria che va curata, esattamente come avviene per le altre patologie – dichiara il Prof. **Antonio Vita**, Vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia – soprattutto perché dalla depressione si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare significativamente la qualità della vita del paziente. **I sintomi** possono includere una tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, auto-svalutazione, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito; in questi casi, la prima cosa da fare è quella di rivolgersi al medico, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare la persona a un corretto percorso terapeutico. Lo specialista di riferimento per la cura della depressione è lo psichiatra e solitamente il trattamento include la terapia farmacologica, elemento cardine della cura, e la psicoterapia”.

Sono ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni sulla depressione, il male oscuro che sta facendo registrare dati preoccupanti tra i giovani italiani, circa 8 milioni e 200 mila ragazzi tra i 12 e i 25 anni, nei quali si assiste a un forte aumento di casi: al 10% già stimato prima della pandemia [ISTAT, 20181], vanno aggiunti i nuovi casi da Covid. Secondo studi recenti il problema riguarda oggi una popolazione molto ampia: **un adolescente su quattro ha sintomi clinici di depressione e uno su cinque segni di un disturbo d'ansia**.

“Questo fenomeno – commenta il Dr. **Mauro Emilio Percudani**, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano – è probabilmente associato al diffondersi di **stili di vita scorretti** – come abuso di alcol e stupefacenti, regimi alimentari sbilanciati – alle trasformazioni sociali delle strutture familiari e amicali e alle trasformazioni tecnologiche che hanno contribuito a far aumentare sentimenti di inadeguatezza e sofferenza psichica. Un insieme di fattori che è stato amplificato da una “sospensione” delle abitudini di vita degli ultimi anni provocata dalla pandemia”

Le **cause** della depressione includono complesse **interazioni fra fattori biologici, sociali e psicologici**. Generalmente alla base c'è un fattore temperamentale, per cui una persona può essere predisposta a questo genere di disturbi; esperienze negative durante l'infanzia ed eventi di vita stressanti possono agire da detonatore. Sicuramente la genetica influenza il rischio, che è da 2 a 4 volte maggiore nel caso in cui si abbiano dei familiari affetti da depressione.

Nei casi di depressione molto importante il ruolo della **famiglia**, che deve spronare il familiare che presenta sintomi a rivolgersi al medico di fiducia per essere indirizzato agli specialisti competenti. Inoltre, è molto importante che la famiglia faccia sentire al proprio caro che non è solo, ma anzi che è compreso e supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. Mai sminuire o ridicolizzare le sue emozioni così come non forzarlo a uscire o a praticare attività che non si sente di fare.

“La medicina generale – ribadisce la Dottoressa **Dalana Taddeo**, Referente Area Nazionale Ricerca SIMG – è da sempre impegnata a cogliere gli aspetti più profondi della persona. Le alterazioni del tono dell’umore oggi rappresentano un problema che colpisce la popolazione di qualsiasi età, ma sono disponibili risposte terapeutiche e strumenti a sostegno del paziente che devono assolutamente essere implementati. È importante uscire dallo stigma e parlare delle nostre emozioni. Il medico di famiglia ascolta, riconosce e prende in carico. Le associazioni, le strutture del territorio, le famiglie, i medici di medicina generale e psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, volontari dei centri di accoglienza: **tutto fa rete e ognuno può avere il proprio ruolo nel risolvere la Depressione**”.



Salute mentale news

SHARE ON



Articoli correlati

Articolo precedente



Redazione
<https://mohre.it>

Lascia un commento

Il tuo indirizzo email non sarà pubblicato. I campi obbligatori sono contrassegnati *

Scrivi un commento

LINK: <https://www.starbene.it/salute/news/depressione-guarire-campagna/>



Home | Salute | News | [A Milano una campagna per aiutare a guarire dalla depressione](#)



A Milano una campagna per aiutare a guarire dalla depressione

A Milano, la Fondazione The Bridge ha lanciato una campagna di sensibilizzazione sulla depressione, per dare informazioni e consigli su come affrontarla

Foto: iStock



di **Rossella Briganti**

Out of the black. Fuori dal nero della tristezza infinita, quel nero che non dà speranza. È questo il nome della campagna di sensibilizzazione contro la [depressione](#) lanciata dalla **Fondazione The Bridge**, con il contributo non condizionato di Angelini Pharma. Una campagna doverosa, visto che **i disturbi depressivi interessano in Italia 3,5 milioni di persone**.

Secondo una recente indagine Istat, solo il 50% si rivolge a medici, psicologi e psicoterapeuti e riceve, quindi, diagnosi e terapie corrette, mentre l'altra metà dei pazienti tira a campare sprofondando sempre di più in un limbo sommerso. Non si cura e si trascura, erroneamente convinta che nessuno possa darle una mano e che sia impossibile uscire dal guado. Ed è proprio questo il messaggio da lanciare: **dalla depressione si può guarire**, esattamente come per qualsiasi altra malattia per la quale è importante ricevere terapie adeguate, dopo aver fatto un corretto inquadramento diagnostico. Ecco alcuni spunti di riflessione per aiutare se stessi o i propri cari a dire addio alla depressione.

Come uscire dalla depressione e a chi rivolgersi

Il messaggio di speranza arriva dalle parole di **Stephen Hawking**, uno dei più grandi scienziati del nostro tempo, scomparso nel 2018 per atrofia muscolare progressiva. «I buchi neri non sono dei pozzi senza fondo che risucchiano tutto. Abbiamo scoperto che non sono le prigioni eterne che si riteneva un tempo. Le cose possono fuoriuscire da un buco nero, anche attraverso un altro universo. Quindi, **se vi sentite in un buco nero, non arrendetevi**: la via d'uscita c'è sempre».

LEGGI ANCHE



A Milano una campagna per aiutare a guarire dalla depressione



Intesa Sanpaolo: la campagna per promuovere il concetto di protezione



Il test del sangue per diagnosticare precocemente i tumori



A Milano il menu del sorriso, protagonista lo zafferano



Purtroppo però sulla depressione pesa ancora lo stigma, il **timore di rivolgersi al medico di base** o allo psichiatra per paura di ammettere le proprie debolezze e di essere scambiati per matti. «Il benessere psicologico deve diventare una priorità di tutti. La salute mentale non dev'essere considerata un tema di serie B rispetto ad altre patologie ma essere oggetto di iniziative importanti, anche sul territorio», dichiara **Lamberto Bertolé**, assessore al Welfare e Salute del Comune di Milano.

«Per questo abbiamo approvato con entusiasmo l'**iniziativa del Municipio 8 di Milano di aprire uno "sportello" di sostegno psicologico**, con l'adozione di una nuova figura: lo psicologo di quartiere. Ovvero un esperto dei disturbi dell'umore a cui ognuno, anche minorenne, si può rivolgere per parlare apertamente del proprio disagio e per venire "preso in carico" dalle figure sanitarie presenti sul territorio. A volte può bastare una **psicoterapia breve e poco impegnativa**, che dura qualche settimana, per venire a capo di un mood depressivo. Altre volte è necessario chiedere l'intervento dello psichiatra o anche dell'**assistente sociale** per aiutare la persona depressa a (re)inserirsi nel mondo del lavoro o della scuola, e in tutto quel tessuto di rapporti sociali che è fondamentale per cementare la stima di sé».

Insomma i servizi ci sono, basta attivarli per non essere lasciati soli ad affrontare un gigante di malattia. E se non c'è lo psicologo di quartiere, ci si può rivolgere con fiducia al medico di base che ha tutti gli strumenti per dare i consigli giusti e per indirizzarti allo specialista. «La figura del medico di base è importantissima perché è il primo filtro verso un percorso terapeutico adeguato», afferma la dottoressa **Daiana Taddeo**, referente nazionale ricerca SIMG (Società Italiana di Medicina Generale). «Purtroppo, però, le persone non sono abituate a riferire al medico di base i propri disturbi del sonno e dell'umore. Gli parlano volentieri del mal di schiena o dei problemi di pressione alta, ma **non accennano alla difficoltà** a dormire, ai risvegli precoci costellati da ansie e da incubi, alla totale perdita di interesse verso quelle attività che fino a ieri erano fonte di piacere: zero voglia di fare l'amore, di andare in palestra o in piscina, di vedere un film o di uscire con gli amici. Persino zero voglia di mangiare. Eppure basterebbe poco per farsi aiutare.

Basterebbe trovare il coraggio di raccontare il pozzo nero in cui si annaspa, per ricevere subito dei consigli preziosi e, perché no, anche il farmaco di "pronto soccorso" che ti tira su. Perché **ormai conosciamo la "chimica del cervello" e sappiamo che certe molecole**, che non danno né dipendenza né assuefazione, possono alleviare le sensazioni di tristezza, angoscia, insoddisfazione, senso di vuoto e di inutilità, nonché di pessimismo estremo». **Anche gli adolescenti dovrebbero rivolgersi al medico di base con fiducia.** Non più bambini, non ancora adulti, molti hanno smesso di andare dal pediatra ma non si sono ancora "agganciati" al medico di famiglia. Ed è un vero peccato, perché è proprio lui il primo interlocutore a cui riferire i problemi di depressione, l'esperto formato per pianificare gli interventi necessari. Ma se si vuole bypassare il medico di base, occorre ricordare ai nostri figli che c'è sempre lo **psicologo della scuola** a disposizione: ogni istituto ne prevede uno, al quale rivolgersi gratuitamente senza paura di essere giudicati dai compagni e dagli insegnanti.

Quando servono i farmaci



**Calcola
la tua massa
grassa**



Chiedi a **Starbene.it**

Titolo della domanda



(max 100 caratteri)

LE RISPOSTE DEI NOSTRI ESPERTI



Dietologia - Carla Lertola
Dott.ssa Carla Lertola

Cara lettrice, le consiglio di rivolgersi ad un medico specialista in scienza dell'alimentazione o ad un servizio di dietetica di un ospedale della sua zona. In questo modo, dopo un'adeguata valutazi...

Tutte le domande

Tutti gli esperti

Cerca tra le domande già inviate

Cerca nelle risposte



La **depressione è una malattia multifattoriale** alla quale concorrono diverse cause. Non è la conseguenza di un "brutto carattere" o di una mancanza di forza di volontà, come credono ancora in molti. **È una malattia come le altre**, e come le altre va affrontata, anche con il supporto di farmaci. «Quando ci troviamo di fronte a quello che viene chiamato "disturbo depressivo maggiore", che comporta una deflessione costante del tono dell'umore e sintomi fisici quali mal di testa, insonnia, stanchezza cronica e perdita dell'appetito è importante cercare di alleviare lo stato di sofferenza con degli psicofarmaci prescritti su misura», esordisce il dottor **Mario Emilio Percudani**, direttore del Dipartimento di salute mentale e delle dipendenze dell'Ospedale Niguarda di Milano.

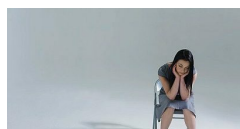
«Alla base del disturbo depressivo maggiore ci sono sicuramente anche **fattori biologici**, degli squilibri biochimici sui quali noi oggi possiamo e dobbiamo intervenire. Certo, contano le **esperienze negative** fatte durante **l'infanzia**, i **fattori stressanti** di natura psicosociale (come la perdita del lavoro) e gli eventi traumatici e luttuosi. E su quelli si lavora con la psicoterapia.»

Ma occorre lavorare anche per rimettere in equilibrio il sistema nervoso, agire su questo binario parallelo, infondendo al paziente la fiducia nella medicina: ci sono degli antidepressivi che funzionano benissimo e hanno pochissimi o nulli effetti collaterali. E se il depresso vede il mondo attraverso delle lenti scure, gli psicofarmaci sono pronti a sollevargli le lenti dagli occhi, a fargli vedere di nuovo il sole. Non sono una cura univoca perché la depressione è, appunto, una malattia complessa e multifattoriale. Ma sono un buon punto di partenza, un buon inizio per intravedere dal fondo del baratro la luce».

La campagna prevede iniziative sui social Facebook e Instagram e sul sito di Fondazione The Bridge. L'obiettivo è dare informazioni sulla depressione e consigli su come affrontarla, per aiutare chi ne soffre, ma anche i familiari. Per saperne di più, consulta la campagna Facebook e Instagram "Outoftheblack" o il sito della Fondazione The Bridge.

Fai la tua domanda ai nostri esperti

LEGGI ANCHE



Vivere meglio

Depressione: quando chiedere aiuto?



Vivere meglio

Depressione: una testimonianza per capirla



Mamme

Combatti la depressione post-partum



Vivere meglio

LINK: <https://www.clicmedicina.it/outoftheblack-uscire-depressione-possibile-chiedere-aiuto/>

sabato 8 Ottobre 2022

Home

La nostra politica

Lavora con noi

Privacy & Cookie Policy

Statistiche visitatori

Area Medici



Questo spazio pubblicitario è libero
PRENOTALO!!!



ARTICOLI ▾

VIDEO ▾

LE RISPOSTE DELLO SPECIALISTA ▾

SCRIVI ALLO SPECIALISTA

CHI SIAMO

CONTATTI



ARCHIVIO OLD-CLIC

Home > Notizie > #outoftheblack. "Uscire dalla depressione è possibile"

Epidemiologia In Evidenza Notizie Psichiatria Psicologia Tutti gli articoli

#outoftheblack. "Uscire dalla depressione è possibile"

Da **Redazione clicMedicina** - 8 Ottobre 2022

37



Non bisogna aver paura di chiedere aiuto: dalla depressione è possibile guarire. #outoftheblack nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora oggi circonda questa patologia. La depressione è come un "buco nero" in cui si precipita senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscirne sia possibile, ma soltanto se si chiede aiuto.

Tutto è iniziato in una piazza periferica di

Milano (Metro Bonola), dove lo street artist Lucamaleonte ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, lo street artist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia. L'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione e alla tendenza a sminuire questa patologia: "Siamo lieti che il nostro territorio sia stato scelto per portare avanti un messaggio così forte e importante", dichiara Giulia Pelucchi, presidente del Municipio 8. "Il nostro impegno per la salute mentale è stato un crescendo e auspichiamo che un'iniziativa di tale impatto possa dare la giusta attenzione ad un tema oggi ancor più urgente."

L'OMS stima che la depressione sia una delle principali cause di disabilità a livello globale, colpendo circa 280milioni di persone, ossia il 5% della popolazione adulta, e in misura superiore di 2/3 volte le donne rispetto agli uomini. Durante l'emergenza Covid, la prevalenza di ansia e depressione ha fatto registrare aumenti record, pari al 25%. In Italia la depressione è il più diffuso disturbo della salute mentale e riguarda 3,5milioni di persone. Secondo un'indagine ISTAT, si stima che meno del 50% riceva una diagnosi corretta, e solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate.

"Sono troppo poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto al trattamento della depressione", afferma Rosaria Iardino, presidente Fondazione The Bridge. "Vige ancora un forte stigma verso la malattia; i pregiudizi rispetto alle possibilità di cura, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli principali che impediscono l'accesso a percorsi terapeutici adeguati. Per questo è così importante far luce su questa malattia ed è fondamentale rafforzare la rete sul territorio tra tutti gli operatori che ogni giorno entrano in contatto con persone che soffrono di questo genere di disturbi."

Ultimi Articoli



Covid-19. Aumentano i contagi in Italia. In crescita la variante Cerberus

Redazione clicMedicina - 8 Ottobre 2022

In Italia, nell'ultima settimana, i casi di contagio da COVID-19 sono aumentati del 39,7%, rispetto alla crescita del 5% registrata nella settimana precedente. Secondo...



"Sorridi alla Salute". Giornata Nazionale dell'Igienista Dentale

Redazione clicMedicina - 8 Ottobre 2022

Torna Sorridi alla Salute, per ribadire l'importanza di una corretta igiene orale per la salute. "Se sei adolescente e hai un piercing nel cavo..."



#outoftheblack. "Uscire dalla depressione è possibile"

Redazione clicMedicina - 8 Ottobre 2022

Non bisogna aver paura di chiedere aiuto: dalla depressione è possibile guarire. #outoftheblack nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora...



Termosifoni a 19 °C. "Nessun effetto negativo per la salute, ma attenzione ai soggetti..."

“Pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell’ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica”, dichiara l’assessore al Welfare e Salute del Comune di Milano, Lamberto Bertolé. “Perché questo accada, è necessario però che il benessere psicologico diventi una priorità per tutti. Ben vengano quindi iniziative di sensibilizzazione come quella della Fondazione The Bridge, che prova a superare lo stigma che ancora colpisce chi vive una condizione di fragilità o di patologia mentale, normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico.”

È bene distinguere tra le cosiddette emozioni fisiologiche – ovvero momenti di apatia e tristezza che si intervallano a periodi di buon umore e di allegria – che fanno parte della vita di tutti i giorni e possono riguardare chiunque, da quella condizione di costante tristezza, angoscia, insoddisfazione e senso di vuoto, di pessimismo verso sé stessi, gli altri e il proprio futuro che permane indipendentemente da fattori esterni. In questi casi, la sofferenza diventa insopportabile, al punto da comprometterne il funzionamento sociale e lavorativo delle persone e causare isolamento e ritiro sociale. Le persone depresse guardano il mondo attraverso “occhiali con lenti scure”: la quotidianità diventa opaca e le giornate sembrano montagne insormontabili da scalare. Vivono la propria condizione con un senso di colpa, convinti che sia frutto del loro carattere o della loro mancanza di forza di volontà, lontani dalla realtà in quanto tale. “La depressione è una malattia vera e propria che va curata, esattamente come avviene per le altre patologie, soprattutto perché dalla depressione si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare significativamente la qualità della vita del paziente”, dichiara il prof. Antonio Vita, vicepresidente Società Italiana di Psichiatria, direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia. “I sintomi possono includere una tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, auto-svalutazione, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell’appetito; in questi casi, la prima cosa da fare è quella di rivolgersi al medico, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare la persona a un corretto percorso terapeutico. Lo specialista di riferimento per la cura della depressione è lo psichiatra e solitamente il trattamento include la terapia farmacologica, elemento cardine della cura, e la psicoterapia.”

Ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni sulla depressione, il male oscuro che sta facendo registrare dati preoccupanti tra i giovani italiani, circa 8,2milioni di ragazzi tra i 12 e i 25 anni, nei quali si assiste a un forte aumento di casi: al 10% già stimato prima della pandemia [ISTAT, 2018], vanno aggiunti i nuovi casi da Covid. Secondo studi recenti, il problema riguarda oggi una popolazione molto ampia: 1 adolescente su 4 ha sintomi clinici di depressione, e 1 su 5 segni di un disturbo d’ansia. “Questo fenomeno è probabilmente associato al diffondersi di stili di vita scorretti – come abuso di alcol e stupefacenti, regimi alimentari sbilanciati – alle trasformazioni sociali delle strutture familiari e amicali e alle trasformazioni tecnologiche che hanno contribuito a far aumentare sentimenti di inadeguatezza e sofferenza psichica”, afferma il dott. Mauro Emilio Percudani, direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano. “Un insieme di fattori che è stato amplificato da una “sospensione” delle abitudini di vita degli ultimi anni provocata dalla pandemia.”

Le cause della depressione includono complesse interazioni fra fattori biologici, sociali e psicologici. Generalmente alla base c’è un fattore temperamentale, per cui una persona può essere predisposta a questo genere di disturbi; esperienze negative durante l’infanzia ed eventi di vita stressanti possono agire da detonatore. Sicuramente la genetica influenza il rischio, che è da 2 a 4 volte maggiore nel caso in cui si abbiano dei familiari affetti da depressione. Nei casi di depressione, molto importante il ruolo della famiglia, che deve spronare il familiare che presenta sintomi a

Redazione clicMedicina - 7 Ottobre 2022

Come più volte osservato, sono diversi i fattori che suggeriscono come la prossima stagione influenzale possa essere più dura rispetto agli ultimi anni. La...



Pasta contaminata per “rischio allergeni” ritirata dai supermercati

Redazione clicMedicina - 7 Ottobre 2022

Dopo i würstel e tramezzini al salmone per contaminazione da listeria, questa volta il Ministero della Salute ha ritirato dei lotti di pasta dai...

Carica altro ▾

rivolgersi al medico di fiducia per essere indirizzato agli specialisti competenti. Inoltre, è molto importante che la famiglia faccia sentire al proprio caro che non è solo, ma anzi che è compreso e supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. Mai sminuire o ridicolizzare le sue emozioni, e neppure forzarlo a uscire o praticare attività che non si sente di fare.

“La Medicina Generale è da sempre impegnata a cogliere gli aspetti più profondi della persona”, dichiara la dott.ssa Daiana Taddeo, referente Area Nazionale Ricerca SIMG. “Le alterazioni del tono dell’umore oggi rappresentano un problema che colpisce la popolazione di qualsiasi età, ma sono disponibili risposte terapeutiche e strumenti a sostegno del paziente che devono assolutamente essere implementati. È importante uscire dallo stigma e parlare delle nostre emozioni. Il medico di famiglia ascolta, riconosce e prende in carico. Le associazioni, le strutture del territorio, le famiglie, i medici di medicina generale e psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, volontari dei centri di accoglienza: tutto fa rete e ognuno può avere il proprio ruolo nel risolvere la depressione.”

“Siamo orgogliosi di affiancare la Fondazione The Bridge in questo progetto di sensibilizzazione”, conclude Domenico Lucatelli, *Italy market access manager* di Angelini Pharma. “La nostra Azienda è impegnata da sempre nel campo della salute mentale, attraverso investimenti nella ricerca e in iniziative in grado di migliorare la qualità di vita dei pazienti e di combattere pregiudizi e tabù che ancora oggi purtroppo gravano su chi soffre di queste patologie.”

- TAGS** 2019-ncov alcol angoscia ansia apatia appetito assistenza
contagio coronavirus covid-19 daiana taddeo depressione dipendenza
disabilità disturbi del sonno domenico lucatelli donne droga emozioni
epidemia futuro giulia pelucchi insoddisfazione lamberto bertolè lavoro
lucamaleonte mauro emilio percodani notte pandemia riposo rosaria iardino
salute mentale sars-cov-2 sonno tristezza umore uomini

Articolo precedente

Termosifoni a 19 °C. “Nessun effetto negativo per la salute, ma attenzione ai soggetti fragili.” I consigli dell’Osservatorio Influenza

Prossimo articolo

“Sorrìdi alla Salute”. *Giornata Nazionale dell’Igienista Dentale*

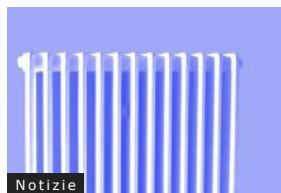


Redazione clicMedicina

<https://www.clicmedicina.it/contatti/>

Articoli correlati

Di più dello stesso autore



LINK: <https://www.altoadige.it/salute-e-benessere/non-basta-la-forza-di-volont%C3%A0-su-depressione-troppe-fakenews-1.3328574>

ALTO ADIGE



Leggi / Abbonati
Alto Adige



sabato, 08 ottobre 2022



Comuni: Bolzano Merano Laives Bressanone Altre località

Salute e Benessere Viaggiart Scienza e Tecnica Ambiente ed Energia Terra e Gusto Qui Europa Immobiliare

Le ultime

Home page > Salute e Benessere > Non basta la forza di volontà, su...

Non basta la forza di volontà, su depressione troppe fakenews

07 ottobre 2022

FALSI MITI	REALTÀ
Basta avere forza di volontà	Rivolgersi sempre ad uno specialista (psichiatra o psicologo)
Esci...vedi amici...vedrai che ti passa	Il ritiro sociale pervade completamente la persona depressa, che si chiude in un auto isolamento non solo fisico ma anche soprattutto psichico
Dalla depressione non si guarisce	Dalla depressione si può uscire! La depressione deve essere curata con tempestività e serietà al fine di raggiungere il massimo dei risultati e migliorare la qualità di vita dei pazienti
E' colpa mia se vedo tutto nero	Non c'è colpa! La depressione è una malattia e, per questo, è necessario rivolgersi ad un professionista per la cura
I miei genitori e i miei amici non mi capiscono	E' importante supportare la persona depressa senza sminuire i suoi sentimenti e i suoi pensieri

Non basta la forza di volontà. Non basta uscire con gli amici. Ma non è vero che non si può guarire e neppure che gli altri non possono capire il problema. A sfatare le fake news sulla depressione, parlando ai giovani grazie all'aiuto della street art è la campagna #OutoftheBlack, realizzata dalla Fondazione The Bridge, in vista della Giornata Mondiale della Salute che si celebra il 10 di ottobre.

I più letti

- Per una domenica Bolzano cancella le auto: le bici si prendono le strade
- Anche lo sci diventa sempre più caro: ecco il nuovo costo del "giornaliero"
- Il Twenty resta senza licenze e adesso rischia la chiusura
- Sentenza Twenty, Podini duro: «Rischiano 500 lavoratori e le loro famiglie»
- Twenty, tecnici al lavoro per valutare le conseguenze della sentenza

LINK: <https://www.affaritaliani.it/comunicati/notiziario/uscire-dalla-depressione-possibile-287007.html>

POLITICA ESTERI ECONOMIA CRONACHE CULTURE COSTUME SPETTACOLI SALUTE GREEN SOCIALE MEDIATECH MOTORI SPORT MILANO ROMA

affaritaliani.it 
Il primo quotidiano digitale, dal 1996



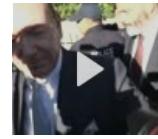
ECONOMIA
Primo volo di prova per l'aerotaxi elettrico tra Fiumicino e Roma



SPETTACOLI
"Ballando con le stelle", Milly Carlucci: cast che emozionerà



SPETTACOLI
Kim Rossi Stuart: il mio western sul rapporto padre-figlio



POLITICA
Kevin Spacey in tribunale per accuse di cattiva condotta sessuale

NOTIZIARIO

[torna alla lista](#)



6 ottobre 2022- 19:01

Uscire dalla depressione è possibile

(Adnkronos) - Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione #OUTOFTHEBLACK. Lo street artist Lucamaleonte trasforma il buco nero della depressione in un bouquet fiorito per rappresentare la rinascita dal male oscuro. Uscire dal buco nero della depressione è possibile, ma serve chiedere aiuto. Secondo l'ISTAT, nel nostro Paese, 3,5 milioni ne soffrono ma solo il 50% riceve diagnosi corretta e 1 paziente su 3 cure adeguate. Secondo studi recenti 1 adolescente su 4 soffre di depressione. Milano, 6 ottobre 2022. In occasione della Giornata Mondiale della Salute che si celebra il 10 di ottobre, Fondazione The Bridge lancia #OUTOFTHEBLACK, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione realizzata con il contributo non condizionato di Angelini Pharma. L'iniziativa, che ha ottenuto il patrocinio della Società Italiana di Medicina Generale (SIMG), della Società Italiana di Psichiatria (SIP), della Sezione Regionale Lombardia della SIP (SIP-LO) e del Municipio 8 di Milano, prevede la realizzazione di un'articolata campagna sui social Facebook e Instagram e sul sito internet di Fondazione The Bridge con informazioni concrete sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari. L'opera di street art non bisogna aver paura di chiedere aiuto: dalla depressione è possibile guarire. #OUTOFTHEBLACK nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora oggi circonda questa patologia. La depressione è come un buco nero in cui si precipita senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto. Tutto è iniziato in una piazza periferica di Milano (Metro Bonola) dove Lucamaleonte, noto streetartist, ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, lo streetartist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia. L'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione e alla tendenza a sminuire questa patologia. "Siamo lieti che il nostro territorio sia stato scelto per portare avanti un messaggio così forte e importante - dichiara Giulia Pelucchi, Presidente del Municipio 8. Il nostro impegno per la salute mentale è stato un crescendo e auspichiamo che un'iniziativa di tale impatto possa dare la giusta attenzione ad un tema oggi ancor più urgente". I numeri L'OMS stima che la depressione sia una delle principali cause di disabilità a livello globale, colpendo circa 280 milioni di persone, ossia il 5% della popolazione adulta 1, e in misura superiore di 2/3 volte le donne rispetto agli uomini 2. Durante l'emergenza Covid la prevalenza di ansia e depressione ha fatto registrare aumenti record, pari al 25% 3. In Italia la depressione è il più diffuso disturbo della salute mentale e riguarda 3,5 milioni di persone, ma, secondo un'indagine ISTAT, si stima che meno del 50% riceva una diagnosi corretta e solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate 4. In Italia Lo stigma "Sono troppo poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto al trattamento della depressione - afferma Rosaria Iardino, Presidente di Fondazione The Bridge - Vige ancora un forte stigma verso la malattia; i pregiudizi rispetto alle possibilità di cura, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli principali che impediscono l'accesso a percorsi terapeutici adeguati. Per questo è così importante far luce su questa malattia ed è fondamentale rafforzare la rete sul territorio tra tutti gli operatori che ogni giorno entrano in contatto con persone che soffrono di questo genere di disturbi". Assessore Bertolè L'endorsement alla campagna #OUTOFTHEBLACK è arrivato anche dal Comune di Milano. "Noi - dichiara l'assessore al Welfare e Salute del Comune di Milano Lamberto Bertolè - pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell'ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica. Perché questo accada è necessario però che il benessere psicologico diventi una priorità per tutti. Ben vengano quindi iniziative di sensibilizzazione come quella della Fondazione The Bridge, che prova a superare lo stigma che ancora colpisce chi vive una

condizione di fragilità o di patologia mentale, normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico".Cos'è la depressioneÈ bene distinguere tra le cosiddette emozioni fisiologiche-ovvero momenti di apatia e tristezza che si intervallano a periodi di buon umore e di allegria -che fanno parte della vita di tutti i giorni e possono riguardare chiunque, da quella condizione di costante tristezza, angoscia, insoddisfazione e senso di vuoto, di pessimismo verso se stessi, gli altri e il proprio futuro5che permane indipendentemente da fattori esterni. In questi casi la sofferenza diventa insopportabile al punto da comprometterne il funzionamento sociale e lavorativo delle persone e causare isolamento e ritiro sociale 1. Le persone depresse guardano il mondo attraverso occhiali con lenti scure: la quotidianità diventa opaca e le giornate sembrano montagne insormontabili da scalare.1. Vivono la loro condizione con un senso di colpa, convinti che sia frutto del loro carattere o della loro mancanza di forza di volontà, lontani dalla realtà in quanto tale. Come si cura"La depressione è una malattia vera e propria che va curata, esattamente come avviene per le altre patologie - dichiara il Prof. Antonio Vita, Vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia- soprattutto perché dalla depressione si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare significativamente la qualità della vita del paziente. I sintomi possono includere una tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, auto-svalutazione, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito; in questi casi, la prima cosa da fare è quella dirivolgarsi al medico, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare la persona a un corretto percorso terapeutico. Lo specialista di riferimento per la cura della depressione è lo psichiatra e solitamente il trattamento include la terapia farmacologica, elemento cardine della cura, e la psicoterapia".I giovani e la pandemiaSono ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni sulla depressione, il male oscuro che sta facendo registrare dati preoccupanti tra i giovani italiani, circa 8 milioni e 200 mila ragazzi tra i 12 e i 25 anni, nei quali si assiste a un forte aumento di casi: al 10% già stimato prima della pandemia [ISTAT, 20181], vanno aggiunti i nuovi casi da Covid. Secondo studi recenti6 il problema riguarda oggi una popolazione molto ampia: un adolescente su quattro ha sintomi clinici di depressione e uno su cinque segni di un disturbo d'ansia."Questo fenomeno - commenta il Dr. Mauro Emilio Percudani, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano - è probabilmente associato al diffondersi di stili di vita scorretti - come abuso di alcol e stupefacenti, regimi alimentari sbilanciati - alle trasformazioni sociali delle strutture familiari e amicali e alle trasformazioni tecnologiche che hanno contribuito a far aumentare sentimenti di inadeguatezza e sofferenza psichica. Un insieme di fattori che è stato amplificato da una "sospensione" delle abitudini di vita degli ultimi anni provocata dalla pandemia"Le causeLe cause della depressione includono complesse interazioni fra fattori biologici, sociali e psicologici. Generalmente alla base c'è un fattore temperamentale, per cui una persona può essere predisposta a questo genere di disturbi; esperienze negative durante l'infanzia ed eventi di vitastressanti possono agire da detonatore. Sicuramente la genetica influenza il rischio, che è da 2 a 4 volte maggiore nel caso in cui si abbiano dei familiari affetti da depressione 5. ?Come comportarsi con chi ne soffreNei casi di depressione molto importante il ruolo della famiglia, che deve spronare il familiare che presenta sintomi a rivolgersi al medico di fiducia per essere indirizzato agli specialisti competenti. Inoltre, è molto importante che la famiglia faccia sentire al proprio caro che non è solo, ma anzi che è compreso e supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. Mai sminuire o ridicolizzare le sue emozioni così come non forzarlo a uscire o a praticare attività che non si sente di fare. "La medicina generale - ribadisce la Dottoressa Daiana Taddeo, Referente Area Nazionale RicercaSIMG - è da sempre impegnata a cogliere gli aspetti più profondi della persona. Le alterazioni del tono dell'umore oggi rappresentano un problema che colpisce la popolazione di qualsiasi età, ma sono disponibili risposte terapeutiche e strumenti a sostegno del paziente che devono assolutamente essere implementati. È importante uscire dallo stigma e parlare delle nostre emozioni. Il medico di famiglia ascolta, riconosce e prende in carico. Le associazioni, le strutture del territorio, le famiglie, i medici di medicina generale e psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, volontari dei centri di accoglienza: tutto fa rete e ognuno può avere il proprio ruolo nel risolvere la Depressione". #OUTOFTHEBLACK è stata l'occasione per rinnovare la collaborazione della Fondazione The Bridge con Angelini Pharma, già sperimentata in altre iniziative di carattere sociale. "Siamo orgogliosi di affiancare la Fondazione The Bridge in questo progetto di sensibilizzazione - conclude Domenico Lucatelli, Italy Market Access Manager di Angelini Pharma- La nostra Azienda è impegnata da sempre nel campo della salute mentale, attraverso investimenti nella ricerca e in iniziative in grado di migliorare la qualità di vita dei pazienti e di combattere pregiudizi e tabù che ancora oggi purtroppo gravano su chi soffre di queste patologie". Bibliografia:1 _ Institute of Health Metrics and Evaluation. Global Health Data Exchange (GHDx) con accesso il 14/07/2022. 2_ Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder - American Psychiatric Association - 20133_Lancet:

pazienti, società di ricerca scientifica e sociale, accademia, mondo clinico e industria per agevolare il corretto confronto. I suoi valori fondanti e irrinunciabili sono universalismo, equità, innovazione responsabile, sostenibilità, sensibilizzazione alla diversità, inclusione e pluralismo. Contribuisce al dibattito e al confronto con istituzioni e diversi attori del sistema sociosanitario, elaborando ricerche, indagini, campagne divulgative, organizzando iniziative volte a diffondere temi di interesse sociosanitario di grande attualità, promuovendo il dibattito pubblico grazie agli attori del settore. In pochi anni si è imposta come punto di riferimento nel dibattito, regionale e nazionale, sui principali temi e problematiche del servizio sanitario nazionale, grazie agli esperti e membri del suo comitato scientifico e l'approfondito lavoro di ricerca e analisi. Punti di forza del suo lavoro sono i dossier e le ricerche in cui raccoglie i propri lavori, preziosi strumenti per comprendere la realtà, orientare le politiche e informare i cittadini, nonché l'organizzazione di consensus conference, convegni scientifici, momenti di confronto e corsi di formazione condotti da personalità altamente qualificate. Ufficio stampa GAS Communication Mara Cochetti – Rita Cicchetti Tel 347 8524261 – 349 4246236m.cochetti@aimcommunication.eur.cicchetti@aimcommunication.eu



raccomandato per te

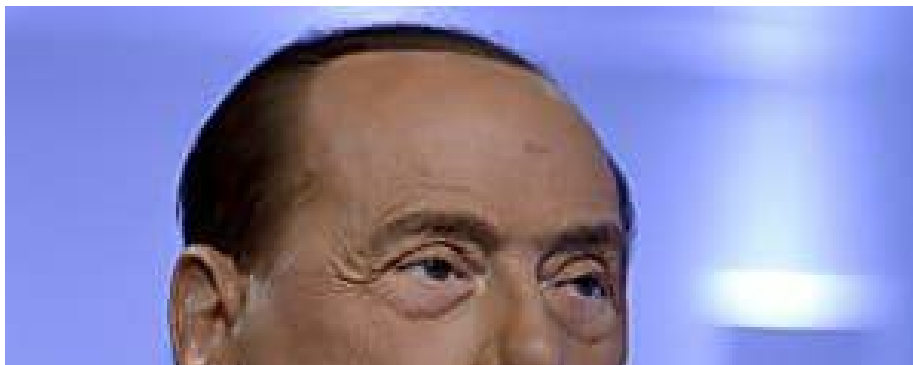
Raccomandato da Outbrain



Sponsorizzato

Un po' di pancetta? Fai questo ogni mattina (non è una tazza di caffè o acqua e limone)

Golden TREE



LINK: https://www.borsaitaliana.it/borsa/notizie/radiocor/finanza/dettaglio/sanita--gli-avvenimenti-della-settimana-nRC_03102022_0724_16101765.htm...



Cerca Titolo, ISIN, altro ...



Sei in: [Home page](#) > [Notizie](#) > [Radiocor](#) > Finanza

SANITA': GLI AVVENIMENTI DELLA SETTIMANA



MARTEDI' 4 ottobre ----- - nessun appuntamento in agenda.

MERCOLEDI' 5 ottobre ----- - Nessun appuntamento in agenda.

GIOVEDI' 6 ottobre ----- EVENTI E CONFERENZE STAMPA - Milano:
conferenza stampa #OUTOFTHEBLACK. Dalla depressione si puo' uscire. Ore
10,30. Via G. Quarenghi, 21.

VENERDI' 7 ottobre ----- EVENTI E CONFERENZE STAMPA - Milano:
meeting POST ESMO ITALY promosso dall'Associazione Women for Oncology Italy.
Ore 9,30. Presso Circolo filologico milanese, Via Clerici 10.

<http://www.sanita24.ilsole24ore.com/>.

Red-

(RADIOCOR) 03-10-22 07:24:20 (0016)SAN 5 NNNN

TAG

SAN ITA

Servizi
Pubblicità
Listino ufficiale

Altri link
Comitato Corporate Governance

 EN



Borsa Italiana Spa - Dati sociali | Disclaimer | Copyright | Privacy | Cookie policy | Credits | Codice di Comportamento

LINK: <https://www.sanita24.ilsole24ore.com/art/notizie-flash/2022-10-10/depressione-fondazione-the-bridge-lancia-campagna-sensibilizzazione-outoft...>

ABBONATI

ACCEDI

Sanità24

Il Sole 24 ORE

Home | Analisi | Sanità risponde | Scadenze fiscali | Sanità in borsa



10 ott
2022

SEGNALIBRO | ☆

FACEBOOK | f

TWITTER | t

NOTIZIE FLASH



Depressione: la Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione #outoftheblack

Non basta la forza di volontà. Non basta uscire con gli amici. Ma non è vero che non si può guarire e neppure che gli altri non possono capire il problema. A sfatare le fake news sulla depressione, parlando ai giovani grazie all'aiuto della street art è la campagna #OutoftheBlack, realizzata dalla Fondazione The Bridge, in occasione della Giornata mondiale della Salute che si celebra il 10 di ottobre. Tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito. Sono i sintomi della depressione, di cui pre pandemia, soffrivano oltre 800.000 giovani in Italia. Non bisogna però aver paura di chiedere aiuto. Questo il messaggio della campagna, condensato nell'opera di Lucamaleonte, noto street artist, che in una piazza periferica di Milano ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, ha trasformato il buco nero un soggetto floreale.



"La depressione è una malattia vera e propria che va curata, come avviene per le altre patologie - dichiara Antonio Vita, vicepresidente Società Italiana di Psichiatria (Sip) - soprattutto perché si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare la qualità della vita".

Ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni. Per questo la campagna diffonde online informazioni concrete su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari. Ad esempio: mai sminuire le emozioni di chi soffre di depressione, così come non forzarlo a uscire o a praticare attività. Molto importante è fargli sentire che non è solo, ma supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

LINK: <https://gds.it/speciali/salute-e-benessere/2022/10/07/non-basta-la-forza-di-volontasu-depressione-troppe-fakenews-35fc1315-96df-4b21-b064-94...>

Questo sito contribuisce all'audience di

QUOTIDIANONAZIONALE

MENU

GIORNALE DI SICILIA



OGGI IN EDICOLA

CERCA SU GDS



SALUTE E BENESSERE



Covid, 44.672 casi, 62 le vittime. Monoclonali doppi in 7 giorni



Con pandemia cala uso eroina e cocaina, più droghe sintetiche



Oggi è il World Smile Day, sorridere nonostante tutto



COMMENTI



STAMPA

DIMENSIONE TESTO



SALUTE E BENESSERE

HOME > SALUTE E BENESSERE > NON BASTA LA FORZA DI VOLONTÀ, SU DEPRESSIONE TROPPE FAKENEWS

Non basta la forza di volontà, su depressione troppe fakenews

07 Ottobre 2022



© ANSA

1 / 2

(ANSA) - ROMA, 07 OTT - Non basta la forza di volontà. Non basta uscire con gli amici. Ma non è vero che non si può guarire e neppure che gli altri non possono capire il problema. A sfatare le fake news sulla depressione, parlando ai giovani grazie all'aiuto della street art è la campagna #OutoftheBlack, realizzata dalla Fondazione The Bridge, in vista della Giornata Mondiale della Salute che si celebra il 10 di ottobre.

Tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito. Sono i sintomi



IL GIORNALE DI SICILIA

della depressione, di cui pre pandemia, soffrivano oltre 800.000 giovani in Italia. Non bisogna però aver paura di chiedere aiuto. Questo il messaggio della campagna, condensato nell'opera di Lucamaleonte, noto street artist, che in una piazza periferica di Milano ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, ha trasformato il buco nero un soggetto floreale.

"La depressione è una malattia vera e propria che va curata, come avviene per le altre patologie - dichiara Antonio Vita, vicepresidente Società Italiana di Psichiatria (Sip) - soprattutto perché si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare la qualità della vita". Ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni. Per questo la campagna diffonde online informazioni concrete su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari. Ad esempio: mai sminuire le emozioni di chi soffre di depressione, così come non forzarlo a uscire o a praticare attività. Molto importante è fargli sentire che non è solo, ma supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. (ANSA).

© Riproduzione riservata



SCARICA GRATUITAMENTE
LA PRIMA PAGINA

COMMENTA PER PRIMO LA NOTIZIA

COMMENTA CON **facebook**

NOME *

E-MAIL *

COMMENTO *

Ho letto l'[informativa sulla la tutela della privacy](#) e presto il consenso al trattamento dei miei dati personali inseriti.

INVIA

* CAMPI OBBLIGATORI

GUARDA ANCHE



ECONOMIA

90

Bonomi a Casteltermeni: il lavoro lo creiamo noi ma la burocrazia ci ostacola



CULTURA

87

GDSHOW

I PIÙ LETTI

OGGI



A Bagheria salasso da 78 mila euro per una gelateria storica, il titolare: così chiudiamo



Il racconto choc di una donna a Palermo: «Mi stavano uccidendo per uno scippo»



Palermo, fendente all'addome dopo il sesso con un cliente

LINK: <http://www.affaritaliani.it/comunicati/notiziario/uscire-dalla-depressione-possibile-287007.html>

POLITICA ESTERI ECONOMIA CRONACHE CULTURE COSTUME SPETTACOLI SALUTE GREEN SOCIALE MEDIATECH MOTORI SPORT MILANO ROMA

affaritaliani.it 
Il primo quotidiano digitale, dal 1996



POLITICA
A Praga la prima riunione della "Comunità politica europea" (Cpe)



SPETTACOLI
"School Experience 3", riparte il festival itinerante di Giffoni



ECONOMIA
Primo volo di prova per l'aerotaxi elettrico tra Fiumicino e Roma



SPETTACOLI
"Ballando con le stelle", Milly Carlucci: cast che emozionerà

NOTIZIARIO

[torna alla lista](#)



6 ottobre 2022- 19:01

Uscire dalla depressione è possibile

(Adnkronos) - Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione #OUTOFTHEBLACK. Lo street artist Lucamaleonte trasforma il buco nero della depressione in un bouquet fiorito per rappresentare la rinascita dal male oscuro. Uscire dal buco nero della depressione è possibile, ma serve chiedere aiuto. Secondo l'ISTAT, nel nostro Paese, 3,5 milioni ne soffrono ma solo il 50% riceve diagnosi corretta e 1 paziente su 3 cure adeguate. Secondo studi recenti 1 adolescente su 4 soffre di depressione. Milano, 6 ottobre 2022. In occasione della Giornata Mondiale della Salute che si celebra il 10 di ottobre, Fondazione The Bridge lancia #OUTOFTHEBLACK, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione realizzata con il contributo non condizionato di Angelini Pharma. L'iniziativa, che ha ottenuto il patrocinio della Società Italiana di Medicina Generale (SIMG), della Società Italiana di Psichiatria (SIP), della Sezione Regionale Lombardia della SIP (SIP-LO) e del Municipio 8 di Milano, prevede la realizzazione di un'articolata campagna sui social Facebook e Instagram e sul sito internet di Fondazione The Bridge con informazioni concrete sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari. L'opera di street art non bisogna aver paura di chiedere aiuto: dalla depressione è possibile guarire. #OUTOFTHEBLACK nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora oggi circonda questa patologia. La depressione è come un buco nero in cui si precipita senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto. Tutto è iniziato in una piazza periferica di Milano (Metro Bonola) dove Lucamaleonte, noto streetartist, ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, lo streetartist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia. L'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione e alla tendenza a sminuire questa patologia. "Siamo lieti che il nostro territorio sia stato scelto per portare avanti un messaggio così forte e importante - dichiara Giulia Pelucchi, Presidente del Municipio 8. Il nostro impegno per la salute mentale è stato un crescendo e auspichiamo che un'iniziativa di tale impatto possa dare la giusta attenzione ad un tema oggi ancor più urgente". I numeri L'OMS stima che la depressione sia una delle principali cause di disabilità a livello globale, colpendo circa 280 milioni di persone, ossia il 5% della popolazione adulta 1, e in misura superiore di 2/3 volte le donne rispetto agli uomini 2. Durante l'emergenza Covid la prevalenza di ansia e depressione ha fatto registrare aumenti record, pari al 25% 3. In Italia la depressione è il più diffuso disturbo della salute mentale e riguarda 3,5 milioni di persone, ma, secondo un'indagine ISTAT, si stima che meno del 50% riceva una diagnosi corretta e solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate 4. In Italia Lo stigma "Sono troppo poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto al trattamento della depressione - afferma Rosaria Iardino, Presidente di Fondazione The Bridge - Vige ancora un forte stigma verso la malattia; i pregiudizi rispetto alle possibilità di cura, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli principali che impediscono l'accesso a percorsi terapeutici adeguati. Per questo è così importante far luce su questa malattia ed è fondamentale rafforzare la rete sul territorio tra tutti gli operatori che ogni giorno entrano in contatto con persone che soffrono di questo genere di disturbi". Assessore Bertolè L'endorsement alla campagna #OUTOFTHEBLACK è arrivato anche dal Comune di Milano. "Noi - dichiara l'assessore al Welfare e Salute del Comune di Milano Lamberto Bertolè - pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell'ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica. Perché questo accada è necessario però che il benessere psicologico diventi una priorità per tutti. Ben vengano quindi iniziative di sensibilizzazione come quella della Fondazione The Bridge, che prova a superare lo stigma che ancora colpisce chi vive una

condizione di fragilità o di patologia mentale, normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico".Cos'è la depressioneÈ bene distinguere tra le cosiddette emozioni fisiologiche - ovvero momenti di apatia e tristezza che si intervallano a periodi di buon umore e di allegria - che fanno parte della vita di tutti i giorni e possono riguardare chiunque, da quella condizione di costante tristezza, angoscia, insoddisfazione e senso di vuoto, di pessimismo verso se stessi, gli altri e il proprio futuro che permane indipendentemente da fattori esterni. In questi casi la sofferenza diventa insopportabile al punto da comprometterne il funzionamento sociale e lavorativo delle persone e causare isolamento e ritiro sociale 1. Le persone depresse guardano il mondo attraverso occhiali con lenti scure: la quotidianità diventa opaca e le giornate sembrano montagne insormontabili da scalare.1. Vivono la loro condizione con un senso di colpa, convinti che sia frutto del loro carattere o della loro mancanza di forza di volontà, lontani dalla realtà in quanto tale. Come si cura"La depressione è una malattia vera e propria che va curata, esattamente come avviene per le altre patologie - dichiara il Prof. Antonio Vita, Vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia- soprattutto perché dalla depressione si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare significativamente la qualità della vita del paziente. I sintomi possono includere una tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, auto-svalutazione, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito; in questi casi, la prima cosa da fare è quella dirivolgarsi al medico, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare la persona a un corretto percorso terapeutico. Lo specialista di riferimento per la cura della depressione è lo psichiatra e solitamente il trattamento include la terapia farmacologica, elemento cardine della cura, e la psicoterapia".I giovani e la pandemiaSono ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni sulla depressione, il male oscuro che sta facendo registrare dati preoccupanti tra i giovani italiani, circa 8 milioni e 200 mila ragazzi tra i 12 e i 25 anni, nei quali si assiste a un forte aumento di casi: al 10% già stimato prima della pandemia [ISTAT, 2018], vanno aggiunti i nuovi casi da Covid. Secondo studi recenti il problema riguarda oggi una popolazione molto ampia: un adolescente su quattro ha sintomi clinici di depressione e uno su cinque segni di un disturbo d'ansia."Questo fenomeno - commenta il Dr. Mauro Emilio Percudani, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano - è probabilmente associato al diffondersi di stili di vita scorretti - come abuso di alcol e stupefacenti, regimi alimentari sbilanciati - alle trasformazioni sociali delle strutture familiari e amicali e alle trasformazioni tecnologiche che hanno contribuito a far aumentare sentimenti di inadeguatezza e sofferenza psichica. Un insieme di fattori che è stato amplificato da una "sospensione" delle abitudini di vita degli ultimi anni provocata dalla pandemia"Le causeLe cause della depressione includono complesse interazioni fra fattori biologici, sociali e psicologici. Generalmente alla base c'è un fattore temperamentale, per cui una persona può essere predisposta a questo genere di disturbi; esperienze negative durante l'infanzia ed eventi di vita stressanti possono agire da detonatore. Sicuramente la genetica influenza il rischio, che è da 2 a 4 volte maggiore nel caso in cui si abbiano dei familiari affetti da depressione 5. ?Come comportarsi con chi ne soffreNei casi di depressione molto importante il ruolo della famiglia, che deve spronare il familiare che presenta sintomi a rivolgersi al medico di fiducia per essere indirizzato agli specialisti competenti. Inoltre, è molto importante che la famiglia faccia sentire al proprio caro che non è solo, ma anzi che è compreso e supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. Mai sminuire o ridicolizzare le sue emozioni così come non forzarlo a uscire o a praticare attività che non si sente di fare. "La medicina generale - ribadisce la Dottoressa Daiana Taddeo, Referente Area Nazionale RicercaSIMG - è da sempre impegnata a cogliere gli aspetti più profondi della persona. Le alterazioni del tono dell'umore oggi rappresentano un problema che colpisce la popolazione di qualsiasi età, ma sono disponibili risposte terapeutiche e strumenti a sostegno del paziente che devono assolutamente essere implementati. È importante uscire dallo stigma e parlare delle nostre emozioni. Il medico di famiglia ascolta, riconosce e prende in carico. Le associazioni, le strutture del territorio, le famiglie, i medici di medicina generale e psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, volontari dei centri di accoglienza: tutto fa rete e ognuno può avere il proprio ruolo nel risolvere la Depressione". #OUTOFTHEBLACK è stata l'occasione per rinnovare la collaborazione della Fondazione The Bridge con Angelini Pharma, già sperimentata in altre iniziative di carattere sociale. "Siamo orgogliosi di affiancare la Fondazione The Bridge in questo progetto di sensibilizzazione - conclude Domenico Lucatelli, Italy Market Access Manager di Angelini Pharma- La nostra Azienda è impegnata da sempre nel campo della salute mentale, attraverso investimenti nella ricerca e in iniziative in grado di migliorare la qualità di vita dei pazienti e di combattere pregiudizi e tabù che ancora oggi purtroppo gravano su chi soffre di queste patologie". Bibliografia:1 _ Institute of Health Metrics and Evaluation. Global Health Data Exchange (GHDx) con accesso il 14/07/2022. 2_ Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder - American Psychiatric Association - 20133_Lancet:

pazienti, società di ricerca scientifica e sociale, accademia, mondo clinico e industria per agevolarne il corretto confronto. I suoi valori fondanti e irrinunciabili sono universalismo, equità, innovazione responsabile, sostenibilità, sensibilizzazione alla diversità, inclusione e pluralismo. Contribuisce al dibattito e al confronto con istituzioni e diversi attori del sistema socio-sanitario, elaborando ricerche, indagini, campagne divulgative, organizzando iniziative volte a diffondere temi di interesse socio-sanitario di grande attualità, promuovendo il dibattito pubblico grazie agli attori del settore. In pochi anni si è imposta come punto di riferimento nel dibattito, regionale e nazionale, sui principali temi e problematiche del servizio sanitario nazionale, grazie agli esperti e membri del suo comitato scientifico e l'approfondito lavoro di ricerca e analisi. Punti di forza del suo lavoro sono i dossier e le ricerche in cui raccoglie i propri lavori, preziosi strumenti per comprendere la realtà, orientare le politiche e informare i cittadini, nonché l'organizzazione di consensus conference, convegni scientifici, momenti di confronto e corsi di formazione condotti da personalità altamente qualificate. Ufficio stampa GAS Communication Mara Cochetti – Rita Cicchetti Tel 347 8524261 – 349 4246236 m.cochetti@aimcommunication.eur.cicchetti@aimcommunication.eu



raccomandato per te

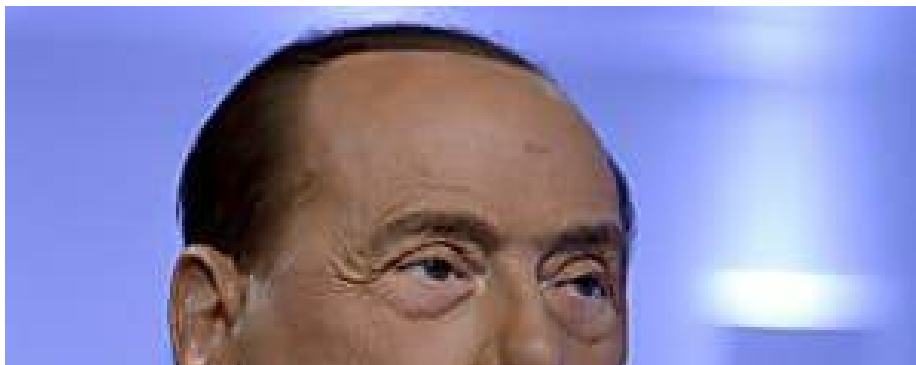
Raccomandato da Outbrain




Sponsorizzato

L'invecchiamento della pelle è dato più che altro da questa proteina (evitala)

Golden TREE



venerdì, 07 ottobre 2022

Comuni: Trento Rovereto Riva Arco Altre località 



Altre 

Salute e Benessere Viaggiart Scienza e Tecnica Ambiente ed Energia Terra e Gusto Qui Europa Speciali

Le ultime ●



Home page > Salute e Benessere > Non basta la forza di volontà,su...


Non basta la forza di volontà,su depressione troppe fakenews

07 ottobre 2022

DEPRESSIONE

 FALSI MITI	REALTÀ 
Basta avere forza di volontà	Rivolgersi sempre ad uno specialista (psichiatra o psicologo)
Esci...vedi amici...vedrai che ti passa	Il ritiro sociale pervade completamente la persona depressa, che si chiude in un auto isolamento non solo fisico ma anche soprattutto psichico
Dalla depressione non si guarisce	Dalla depressione si può uscire! La depressione deve essere curata con tempestività e serietà al fine di raggiungere il massimo dei risultati e migliorare la qualità di vita dei pazienti
E' colpa mia se vedo tutto nero	Non c'è colpa! La depressione è una malattia e, per questo, è necessario rivolgersi ad un professionista per la cura
I miei genitori e i miei amici non mi capiscono	E' importante supportare la persona depressa senza sminuire i suoi sentimenti e i suoi pensieri

Lista degli articoli più letti

-  «Mi è arrivato un sms delle Poste: fate attenzione, è una truffa»
-  Il paesino di montagna dove regna il silenzio, anche quello dei telefoni (e tutti sono furenti)
-  «Nel nostro condominio di Rovereto risse, schiamazzi e droga: ora basta»
-  «Trasformiamo le barriere antirumore in barriere fotovoltaiche in tutto il Trentino»
-  «Trento invasa dalle zanzare, servono disinfezioni»
-  Parcheggio della stazione di Mezzocorona, problema risolto: i pendolari altoatesini avranno una...

(ANSA) - ROMA, 07 OTT - Non basta la forza di volontà. Non basta uscire con gli amici. Ma non è vero che non si può guarire e neppure che gli altri non possono capire il problema. A sfatare le fake news sulla depressione, parlando ai giovani grazie all'aiuto della street art è la campagna #OutoftheBlack, realizzata dalla Fondazione The Bridge, in vista della Giornata Mondiale della Salute che si celebra

il 10 di ottobre.

Tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito. Sono i sintomi della depressione, di cui pre pandemia, soffrivano oltre 800.000 giovani in Italia. Non bisogna però aver paura di chiedere aiuto. Questo il messaggio della campagna, condensato nell'opera di Lucamaleonte, noto street artist, che in una piazza periferica di Milano ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, ha trasformato il buco nero un soggetto floreale.

"La depressione è una malattia vera e propria che va curata, come avviene per le altre patologie - dichiara Antonio Vita, vicepresidente Società Italiana di Psichiatria (Sip) - soprattutto perché si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare la qualità della vita". Ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni. Per questo la campagna diffonde online informazioni concrete su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari. Ad esempio: mai sminuire le emozioni di chi soffre di depressione, così come non forzarlo a uscire o a praticare attività. Molto importante è fargli sentire che non è solo, ma supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. (ANSA).

Video



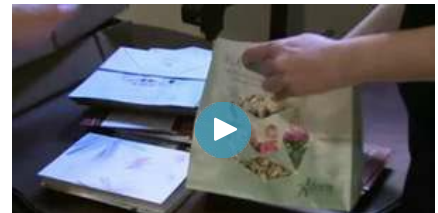
SALUTE-E-BENESSERE

Una 'cuffia' riduce le infezioni da pacemaker



SALUTE-E-BENESSERE

Giornata del malato, Bambino Gesù'



SALUTE-E-BENESSERE

Alimentazione: l'intestino "Sesto senso per la felicità"



SALUTE-E-BENESSERE

Medici e infermieri ballano per i piccoli pazienti dell'Ospedale Meyer di Firenze (2)

Cronaca

IL CASO

Isola di Pasqua, le celebri statue danneggiate da un incendio: sarebbe doloso

GOVERNO

La Lega chiede un ministero per la Famiglia e la natalità: «L'esempio è il Trentino Alto Adige»

IL PREMIO

Il Nobel per la pace al dissidente bielorusso Ales Bialiatski e a due organizzazioni umanitarie

Dillo al Trentino

DILLO AL...

«Trento inv
dalle zanza
servono
disinfestaz:



DILLO AL...

Il paesino
di
montagna
dove regna
il silenzi...



S.I.E. S.p.A.

Società Iniziative Editoriali
Via Missioni Africane n. 17
38121 Trento
P.I. 01568000226

Redazione
Scriveteci
Rss/xml
Pubblicità
Privacy Policy
Cookie Policy
Comunicati stampa

Social media



LINK: <https://www.liberoquotidiano.it/news/adnkronos/33357435/uscire-dalla-depressione-e-possibile.html>

Cerca



Libero

#CheGovernoSarà

#PsicodrammaPd

#Podcast

Condividi:



HOME / ADNKRONOS

Uscire dalla depressione è possibile



06 ottobre 2022

a a a

(Adnkronos) - Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione

#OUTOFTHEBLACK

- Lo street artist Lucamaleonte trasforma il buco nero della depressione in un bouquet fiorito per rappresentare la rinascita dal male oscuro
- Uscire dal buco nero della depressione è possibile, ma serve chiedere aiuto
- Secondo l'ISTAT, nel nostro Paese, 3.5 milioni ne soffrono ma solo il 50% riceve diagnosi corretta e 1 paziente su 3 cure adeguate
- Secondo studi recenti 1 adolescente su 4 soffre di depressione

Milano, 6 ottobre 2022. In occasione della Giornata Mondiale della Salute che si celebra il 10 di ottobre, Fondazione The Bridge lancia #OUTOFTHEBLACK, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione realizzata con il contributo non condizionato di Angelini Pharma. L'iniziativa, che ha ottenuto il patrocinio della Società Italiana di Medicina Generale (SIMG), della Società Italiana di Psichiatria (SIP), della Sezione Regionale Lombardia della SIP (SIP-LO) e del Municipio 8 di Milano, prevede la realizzazione di un'articolata campagna sui social Facebook e Instagram e sul sito internet di Fondazione The Bridge con informazioni concrete sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari.

L'opera di street art

Non bisogna aver paura di chiedere aiuto: dalla depressione è possibile guarire. #OUTOFTHEBLACK nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora oggi circonda questa patologia. La depressione è come un buco nero in cui si precipita senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto. Tutto è iniziato in una piazza periferica di Milano (Metro Bonola) dove Lucamaleonte, noto streetartist, ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, lo streetartist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia. L'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione e alla tendenza a sminuire questa patologia. “Siamo lieti che il nostro territorio sia stato scelto per portare avanti un messaggio così forte e importante – dichiara Giulia Pelucchi, Presidente del Municipio 8. Il nostro impegno per la salute mentale è stato un crescendo e auspichiamo che un'iniziativa di tale impatto possa dare la giusta attenzione ad un tema oggi ancor più urgente”.

I numeri

L'OMS stima che la depressione sia una delle principali cause di disabilità a livello globale, colpendo circa 280 milioni di persone, ossia il 5% della popolazione adulta 1, e in misura superiore di 2/3 volte le donne rispetto agli uomini 2. Durante l'emergenza Covid la prevalenza di ansia e depressione ha fatto registrare aumenti record, pari al 25% 3.

In Italia

In Italia la depressione è il più diffuso disturbo della salute mentale e riguarda 3,5 milioni di persone, ma, secondo un'indagine ISTAT, si stima che meno del 50% riceva una diagnosi corretta e solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate 4. In Italia

Lo stigma

“Sono troppo poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto al trattamento della depressione - afferma Rosaria Iardino, Presidente di Fondazione The Bridge - Vige ancora un forte stigma verso la malattia; i pregiudizi rispetto alle possibilità di cura, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli principali che impediscono l'accesso a percorsi terapeutici adeguati. Per questo è così importante far luce su questa malattia ed è fondamentale rafforzare la rete sul territorio tra tutti gli operatori che ogni giorno entrano in contatto con persone che soffrono di questo genere di disturbi”.

Assessore Bertolé

L'endorsement alla campagna #OUTOFTHEBLACK è arrivato anche dal Comune di Milano.

“Noi - dichiara l'assessore al Welfare e Salute del Comune di Milano Lamberto Bertolé - pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell'ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica. Perché questo accada è necessario però che il benessere psicologico diventi una priorità per tutti. Ben vengano quindi iniziative di sensibilizzazione come quella della Fondazione The Bridge, che prova a superare lo stigma che ancora colpisce chi vive una condizione di fragilità o di patologia mentale, normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico”.

Cos'è la depressione

È bene distinguere tra le cosiddette emozioni fisiologiche- ovvero momenti di apatia e tristezza che si intervallano a periodi di buon umore e di allegria -che fanno parte della vita di tutti i giorni e possono riguardare chiunque, da quella condizione di costante tristezza, angoscia, insoddisfazione e senso di vuoto, di pessimismo verso se stessi, gli altri e il proprio futuro⁵che permane indipendentemente da fattori esterni. In questi casi la sofferenza diventa insopportabile al punto da comprometterne il funzionamento sociale e lavorativo delle persone e causare isolamento e ritiro sociale ¹.

Le persone depresse guardano il mondo attraverso occhiali con lenti scure: la quotidianità diventa opaca e le giornate sembrano montagne insormontabili da scalare¹. Vivono la loro condizione con un senso di colpa, convinti che sia frutto del loro carattere o della loro mancanza di forza di volontà, lontani dalla realtà in quanto tale.

Come si cura

“La depressione è una malattia vera e propria che va curata, esattamente come avviene per le altre patologie - dichiara il Prof. Antonio Vita, Vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia- soprattutto perché dalla depressione si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare significativamente la qualità della vita del paziente. I sintomi possono includere una tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, auto-svalutazione, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito; in questi casi, la prima cosa da fare è quella dirivolgere al medico, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare la persona a un corretto percorso terapeutico. Lo specialista di riferimento per la cura della depressione è lo psichiatra e solitamente il trattamento include la terapia farmacologica, elemento cardine della cura, e la psicoterapia”.

I giovani e la pandemia

Sono ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni sulla depressione, il male oscuro che sta facendo registrare dati preoccupanti tra i giovani italiani, circa 8 milioni e 200 mila ragazzi tra i 12 e i 25 anni, nei quali si assiste a un forte aumento di casi: al 10% già stimato prima della pandemia [ISTAT, 2018], vanno aggiunti i nuovi casi da Covid. Secondo studi recenti⁶ il problema riguarda oggi una popolazione molto ampia: un adolescente su quattro ha sintomi clinici di depressione e uno su cinque segni di un disturbo d'ansia.

“Questo fenomeno - commenta il Dr. Mauro Emilio Percudani, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano - è probabilmente associato al diffondersi di stili di vita scorretti - come abuso di alcol e stupefacenti, regimi alimentari sbilanciati - alle trasformazioni sociali delle strutture familiari e amicali e alle trasformazioni tecnologiche che hanno contribuito a far aumentare sentimenti di inadeguatezza e sofferenza psichica. Un insieme di fattori che è stato amplificato da una “sospensione” delle abitudini di vita degli ultimi anni provocata dalla pandemia”

Le cause

Le cause della depressione includono complesse interazioni fra fattori biologici, sociali e psicologici. Generalmente alla base c'è un fattore temperamentale, per cui una persona può essere predisposta a questo genere di disturbi; esperienze negative durante l'infanzia ed eventi di vitastressanti possono agire da detonatore. Sicuramente la genetica influenza il rischio, che è da 2 a 4 volte maggiore nel caso in cui si abbiano dei familiari affetti da depressione 5.

Come comportarsi con chi ne soffre

Nei casi di depressione molto importante il ruolo della famiglia, che deve spronare il familiare che presenta sintomi a rivolgersi al medico di fiducia per essere indirizzato agli specialisti competenti. Inoltre, è molto importante che la famiglia faccia sentire al proprio caro che non è solo, ma anzi che è compreso e supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. Mai sminuire o ridicolizzare le sue emozioni così come non forzarlo a uscire o a praticare attività che non si sente di fare.

“La medicina generale – ribadisce la Dottoressa Daiana Taddeo, Referente Area Nazionale RicercaSIMG - è da sempre impegnata a cogliere gli aspetti più profondi della persona. Le alterazioni del tono dell'umore oggi rappresentano un problema che colpisce la popolazione di qualsiasi età, ma sono disponibili risposte terapeutiche e strumenti a sostegno del paziente che devono assolutamente essere implementati. È importante uscire dallo stigma e parlare delle nostre emozioni. Il medico di famiglia ascolta, riconosce e prende in carico. Le associazioni, le strutture del territorio, le famiglie, i medici di medicina generale e psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, volontari dei centri di accoglienza: tutto fa rete e ognuno può avere il proprio ruolo nel risolvere la Depressione”.

#OUTOFTHEBLACK è stata l'occasione per rinnovare la collaborazione della Fondazione The Bridge con Angelini Pharma, già sperimentata in altre iniziative di carattere sociale.

“Siamo orgogliosi di affiancare la Fondazione The Bridge in questo progetto di sensibilizzazione – conclude Domenico Lucatelli, Italy Market Access Manager di Angelini Pharma- La nostra Azienda è impegnata da sempre nel campo della salute mentale, attraverso investimenti nella ricerca e in iniziative in grado di migliorare la qualità di vita dei pazienti e di combattere pregiudizi e tabù che ancora oggi purtroppo gravano su chi soffre di queste patologie”.

Bibliografia:

1_ Institute of Health Metrics and Evaluation. Global Health Data Exchange (GHDx) con accesso il 14/07/2022.

2_ Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder - American Psychiatric Association – 2013

3_ Lancet:
[https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(21\)02143-7/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(21)02143-7/fulltext)

4_ ISTAT, Mental health at various stages of life, 2018



LiberoQuotidiano.it

La tua privacy è la nostra priorità

Questo sito web utilizza cookie: a) necessari (tecnici) per l'uso del sito e dei servizi annessi; b) facoltativi (analitici e di profilazione, anche di terze parti, per mostrarti annunci personalizzati in base alle tue abitudini di navigazione) previo consenso.

Il loro utilizzo è regolato dalla relativa cookie policy, [leggi cliccando qui](#).

Per il consenso ai cookies facoltativi puoi accettarli tutti cliccando sul bottone Accetta tutti qui di seguito. Cliccando su Gestisci opzioni è possibile accedere al pannello di controllo e rifiutare tutti i

cookie (anche di profilazione); Se rifiuti tutto, userai solo i cookie tecnici di default. Qui la lista dei **fornitori**.

Powered by <pubtech>

[Gestisci Opzioni](#)

[Accetta Tutti](#)

diversità, equità, innovazione responsabile, sostenibilità, sensibilizzazione alla diversità, inclusione e pluralismo. Contribuisce al dibattito e al confronto con istituzioni e diversi attori del sistema sociosanitario, elaborando ricerche, indagini, campagne divulgative, organizzando iniziative volte a diffondere temi di interesse sociosanitario di grande attualità, promuovendo il dibattito pubblico grazie agli attori del settore.

In pochi anni si è imposta come punto di riferimento nel dibattito, regionale e nazionale, sui principali temi e problematiche del servizio sanitario nazionale, grazie agli esperti e membri del suo comitato scientifico e l'approfondito lavoro di ricerca e analisi. Punti di forza del suo lavoro sono i dossier e le ricerche in cui raccoglie i propri lavori, preziosi strumenti per comprendere la realtà, orientare le politiche e informare i cittadini, nonché l'organizzazione di consensus conference, convegni scientifici, momenti di confronto e corsi di formazione condotti da personalità altamente qualificate.

Ufficio stampa

GAS Communication

Mara Cochetti – Rita Cicchetti

Tel 347 8524261 – 349 4246236

m.cochetti@aimcommunication.eu

r.cicchetti@aimcommunication.eu

■ IL NUOVO REGIME



LQ

La mannaia di Re Carlo: la mossa che fa esplodere la famiglia reale

■ INTERVENTO IMMEDIATO

EQ

Terrore in autostrada, sull'A26 rischio strage: cosa state vedendo

EQ

■ RAGIONAMENTI

"Perché dite questo?". Sfogo (misterioso) della fidanzata di Di Maio

EQ

■ L'ARMATA DI PUTIN

"Ecco come siamo ridotti": la frase che condanna Putin, tutto finito?

In evidenza

Video

EQ

"Minacce senza precedenti".
Gasparri: cosa attende la Meloni

LQ

Ucraina, razzi contro la città di Zaporizhzhia: ci sono vittime tra i civili

LQ

Iran, a Nurabad monumento in fiamme durante una protesta

LQ

"Il Pd? Un grande successo". L'addio di Letta: "Cosa faremo domani"

LQ

"Ci siamo indeboliti, poi...": Enrico Letta spiega il tracollo del Pd

LQ

Salvini al Viminale? "Auspico senso di responsabilità": il pizzino del meloniano

EQ

Orrore ucraino: dentro le camere di tortura dei russi

EQ

Dragon di Space X in orbita, Elon Musk alla conquista dello spazio



EQ

Al via il corso di formazione di Cifa Italia

EQ

il sondaggio

Milan, Inter e Juve: chi rischia di più l'eliminazione in Champions?

VOTA

Dai blog



LINK: <https://www.abbanews.eu/diritti-e-costumi/out-of-the-black-campagna-di-sensibilizzazione-sulla-depressione/>

home formazione e lavoro mondi e orizzonti diritti e costumi gusti e cultura tesi pubblicazioni ricerca documenti stor

abba

news

notizie senza confine

home formazione e lavoro mondi e orizzonti diritti e costumi gusti e cultura tesi pubblicazioni ricerca documenti storici

DIRITTI E COSTUMI

0

SEGUICI:



Out of the black. Campagna di sensibilizzazione sulla depressione

DI REDAZIONE ABBANEWS - PUBBLICATO OTTOBRE 7, 2022 - AGGIORNATO OTTOBRE 7, 2022



In occasione della **Giornata Mondiale della Salute** che si celebra il **10 di ottobre**, **Fondazione The Bridge** lancia #OUTOFTHEBLACK, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione.

L'iniziativa, che ha ottenuto il patrocinio della **Società Italiana di Medicina Generale (SIMG)**, della **Società Italiana di Psichiatria (SIP)**, della **Sezione Regionale Lombardia della SIP (SIP-LO)** e del **Municipio 8**

di Milano, prevede la realizzazione di una campagna sui social Facebook e Instagram e sul sito internet della **Fondazione The Bridge** con informazioni sulla depressione e consigli per affrontarla, sia per il paziente che per i familiari.

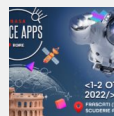
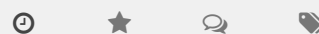
Non bisogna aver paura di chiedere aiuto: dalla depressione è possibile guarire. #OUTOFTHEBLACK nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora oggi circonda questa patologia.

La depressione è come un buco nero in cui si precipita senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto. Tutto è iniziato in una piazza periferica di Milano (Metro Bonola) dove **Lucamaleonte**, noto street artist, ha riprodotto il buco nero della depressione.

Dopo una settimana, sempre di notte, lo *street artist* ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un

ARTICOLO PRECEDENTE
I sacri moai dell'Isola di Pasqua danneggiati per sempre

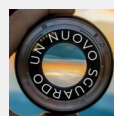
ABBA CONSIGLIA...



Space Apps Challenge Rome 2022. Lo Spazio sulla Terra
27 SET, 2022



Torre Faro di Milano, tra i vincitori dell'International Architecture Awards 2022
17 SET, 2022



Nuovo Sguardo. Il CinemAvvenire inizia oggi
31 AGO, 2022



Regione Sardegna. Bando 2022 per borse di studio post lauream
24 AGO, 2022



Label europeo delle lingue 2022
8 AGO, 2022

ARCHIVI

Archivi

Seleziona il mese



CATEGORIE

soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia.

L'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione e alla tendenza a sminuire questa patologia. "Siamo lieti che il nostro territorio sia stato scelto per portare avanti un messaggio così forte e importante – dichiara *Giulia Pelucchi, Presidente del Municipio 8*. La nostra realtà è da sempre molto attenta alle tematiche relative alla salute mentale e il nostro sostegno non poteva certo mancare di fronte ad una iniziativa così di impatto".

L'OMS stima che la depressione sia una delle principali cause di disabilità a livello globale, colpendo circa 280 milioni di persone, ossia il 5% della popolazione adulta¹, e in misura superiore di 2/3 volte le donne rispetto agli uomini². Durante l'emergenza Covid la prevalenza di ansia e depressione ha fatto registrare aumenti record, pari al 25%.

I falsi miti (ed errori) che acuiscono la malattia

FALSI MITI	REALTÀ
Basta avere forza di volontà	Rivolgersi sempre ad uno specialista (psichiatra o psicologo)
Esci...vedi amici...vedrai che ti passa	Il ritiro sociale pervade completamente la persona depressa, che si chiude in un auto isolamento non solo fisico ma anche soprattutto psichico
Dalla depressione non si guarisce	Dalla depressione si può uscire! La depressione deve essere curata con tempestività e serietà al fine di raggiungere il massimo dei risultati e migliorare la qualità di vita dei pazienti
E' colpa mia se vedo tutto nero	Non c'è colpa! La depressione è una malattia e, per questo, è necessario rivolgersi ad un professionista per la cura
I miei genitori e i miei amici non mi capiscono	E' importante supportare la persona depressa senza sminuire i suoi sentimenti e i suoi pensieri

In Italia la depressione è il più diffuso disturbo della salute mentale e riguarda 3,5 milioni di persone, ma, secondo un'indagine ISTAT, si stima che meno del 50% riceva una diagnosi corretta e solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate.

"Sono troppo poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto al trattamento della depressione – afferma *Rosaria Iardino, Presidente di Fondazione The Bridge* – Vige ancora un forte stigma verso la malattia; i pregiudizi rispetto alle possibilità di cura, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli principali che impediscono l'accesso a percorsi terapeutici adeguati.

Per questo è così importante far luce su questa malattia ed è fondamentale rafforzare la rete sul territorio tra tutti gli operatori che ogni giorno entrano in contatto con persone che soffrono di questo genere di disturbi".

L'endorsement alla campagna #OUTOFTHEBLACK è arrivato anche dal Comune di Milano.

"Noi – dichiara l'assessore al Welfare e Salute del Comune di Milano *Lamberto Bertolé* – pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell'ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica.

Perché questo accada è necessario però che il benessere psicologico diventi una priorità per tutti. Ben vengano quindi iniziative di sensibilizzazione come quella della Fondazione The Bridge, che prova a superare lo stigma che ancora colpisce

Categorie

Seleziona una categoria

chi vive una condizione di fragilità o di patologia mentale, normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico”.

È **bene distinguere tra le cosiddette emozioni fisiologiche** – ovvero momenti di apatia e tristezza che si intervallano a periodi di buon umore e di allegria – che fanno parte della vita di tutti i giorni e possono riguardare chiunque, **da quella condizione di costante tristezza, angoscia, insoddisfazione e senso di vuoto, di pessimismo verso se stessi, gli altri e il proprio futuro che permane indipendentemente da fattori esterni.** In questi casi la sofferenza diventa insopportabile al punto da comprometterne il funzionamento sociale e lavorativo delle persone e causare isolamento e ritiro sociale.

Le persone depresse guardano il mondo attraverso occhiali con lenti scure: la quotidianità diventa opaca e le giornate sembrano montagne insormontabili da scalare. Vivono la loro condizione con un senso di colpa, convinti che sia frutto del loro carattere o della loro mancanza di forza di volontà, lontani dalla realtà in quanto tale.

“La depressione è una malattia vera e propria che va curata, esattamente come avviene per le altre patologie – dichiara il **Prof. Antonio Vita, Vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia** – soprattutto perché dalla depressione si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare significativamente la qualità della vita del paziente.

I sintomi possono includere una tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, auto-svalutazione, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito; in questi casi, la prima cosa da fare è quella di rivolgersi al medico, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare la persona a un corretto percorso terapeutico.

Lo specialista di riferimento per la cura della depressione è lo **psichiatra** e solitamente il trattamento include la **terapia farmacologica**, elemento cardine della cura, e la **psicoterapia**”.

Sono ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni sulla depressione, il *male oscuro* che sta facendo registrare dati preoccupanti tra i giovani italiani, circa 8 milioni e 200 mila ragazzi tra i 12 e i 25 anni, nei quali si assiste a un forte aumento di casi: al 10% già stimato prima della pandemia [ISTAT, 2018], vanno aggiunti i nuovi casi da Covid.

Secondo studi recenti il problema riguarda oggi una popolazione molto ampia: un adolescente su quattro ha sintomi clinici di depressione e uno su cinque segni di un disturbo d'ansia.

“Questo fenomeno – commenta il **Dr. Mauro Emilio Percudani, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano** – è probabilmente associato al diffondersi di stili di vita scorretti – come abuso di alcol e stupefacenti, regimi alimentari sbilanciati – alle trasformazioni sociali delle strutture familiari e amicali e alle trasformazioni tecnologiche che hanno contribuito a far aumentare sentimenti di inadeguatezza e sofferenza psichica. Un insieme di fattori che è stato amplificato da una “sospensione” delle abitudini di vita degli ultimi anni provocata dalla pandemia”.

Le cause della depressione includono complesse interazioni fra fattori biologici,

sociali e psicologici. Generalmente alla base c'è un fattore temperamentale, per cui una persona può essere predisposta a questo genere di disturbi; esperienze negative durante l'infanzia ed eventi di vita stressanti possono agire da detonatore. Sicuramente la genetica influenza il rischio, che è da 2 a 4 volte maggiore nel caso in cui si abbiano dei familiari affetti da depressione.

Nei casi di depressione molto importante il ruolo della famiglia, che deve spronare il familiare che presenta sintomi a rivolgersi al medico di fiducia per essere indirizzato agli specialisti competenti. Inoltre, è molto importante che la famiglia faccia sentire al proprio caro che non è solo, ma anzi che è compreso e supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. Mai sminuire o ridicolizzare le sue emozioni così come non forzarlo a uscire o a praticare attività che non si sente di fare.

“La medicina generale – ribadisce la **Dottorssa Daiana Taddeo, Referente Area Nazionale Ricerca SIMG** – è da sempre impegnata a cogliere gli aspetti più profondi della persona. Le alterazioni del tono dell'umore oggi rappresentano un problema che colpisce la popolazione di qualsiasi età, ma sono disponibili risposte terapeutiche e strumenti a sostegno del paziente che devono assolutamente essere implementati.

È importante uscire dallo stigma e parlare delle nostre emozioni. Il medico di famiglia ascolta, riconosce e prende in carico. Le associazioni, le strutture del territorio, le famiglie, i medici di medicina generale e psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, volontari dei centri di accoglienza: tutto fa rete e ognuno può avere il proprio ruolo nel risolvere la Depressione”.

#OUTOFTHEBLACK è stata l'occasione per rinnovare la collaborazione della **Fondazione The Bridge** con Angelini Pharma, già sperimentata in altre iniziative di carattere sociale.

Condividi:



LASCIA UN COMMENTO

Commento

Nome * Email *

Sito web

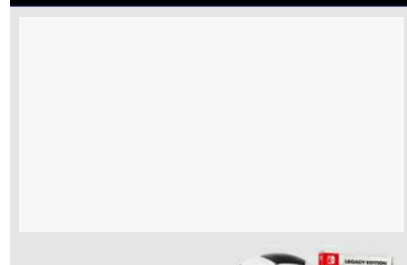
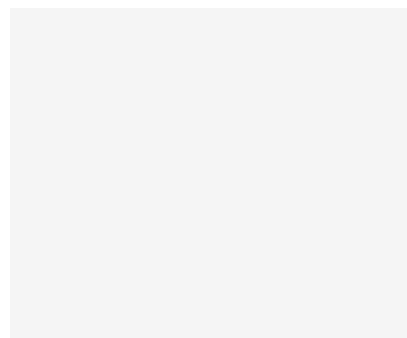
Invia commento

Uscire dalla depressione è possibile



di **Adnkronos**

(Adnkronos) - Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione #OUTOFTHEBLACK • Lo street artist Lucamaleonte trasforma il buco nero della depressione in un bouquet fiorito per rappresentare la rinascita dal male oscuro • Uscire dal buco nero della depressione è possibile, ma serve chiedere aiuto • Secondo l'ISTAT, nel nostro Paese, 3.5 milioni ne soffrono ma solo il 50% riceve diagnosi corretta e 1 paziente su 3 cure adeguate • Secondo studi recenti 1 adolescente su 4 soffre di depressione Milano, 6 ottobre 2022. In occasione della Giornata Mondiale della Salute che si celebra il 10 di ottobre, Fondazione The Bridge lancia #OUTOFTHEBLACK, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione realizzata con il contributo non condizionato di Angelini Pharma. L'iniziativa, che ha ottenuto il patrocinio della Società Italiana di Medicina Generale (SIMG), della Società Italiana di Psichiatria (SIP), della Sezione Regionale Lombardia della SIP (SIP-LO) e del Municipio 8 di Milano, prevede la realizzazione di un'articolata campagna sui social Facebook e Instagram e sul sito internet di Fondazione The Bridge con informazioni concrete sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari. L'opera di street art Non bisogna aver paura di chiedere aiuto: dalla depressione è possibile guarire. #OUTOFTHEBLACK nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora oggi circonda questa patologia. La depressione è come un buco nero in cui si precipita senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto. Tutto è iniziato in una piazza periferica di Milano (Metro Bonola) dove Lucamaleonte, noto streetartist, ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, lo streetartist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia. L'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione e alla tendenza a sminuire questa patologia. "Siamo lieti che il nostro territorio sia stato scelto per portare avanti un messaggio così forte e importante – dichiara Giulia Pelucchi, Presidente del Municipio 8. Il nostro impegno per la salute mentale è stato un crescendo e auspichiamo che un'iniziativa di tale impatto possa dare la giusta attenzione ad un tema oggi ancor più urgente". I numeri L'OMS stima che la depressione sia una delle principali cause di disabilità a livello globale, colpendo circa 280 milioni di persone, ossia il 5% della popolazione adulta 1, e in misura superiore di 2/3 volte le donne rispetto agli uomini 2. Durante l'emergenza Covid la prevalenza di ansia e depressione ha fatto registrare aumenti record, pari al 25% 3. In Italia In Italia la depressione è il più diffuso disturbo della salute mentale e



riguarda 3,5 milioni di persone, ma, secondo un'indagine ISTAT, si stima che meno del 50% riceva una diagnosi corretta e solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate. In Italia lo stigma "Sono troppo poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto al trattamento della depressione - afferma Rosaria Iardino, Presidente di Fondazione The Bridge - Vige ancora un forte stigma verso la malattia; i pregiudizi rispetto alle possibilità di cura, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli principali che impediscono l'accesso a percorsi terapeutici adeguati. Per questo è così importante far luce su questa malattia ed è fondamentale rafforzare la rete sul territorio tra tutti gli operatori che ogni giorno entrano in contatto con persone che soffrono di questo genere di disturbi".

Assessore Bertolè L'endorsement alla campagna #OUTOFTHEBLACK è arrivato anche dal Comune di Milano. "Noi - dichiara l'assessore al Welfare e Salute del Comune di Milano Lamberto Bertolè - pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell'ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica. Perché questo accada è necessario però che il benessere psicologico diventi una priorità per tutti. Ben vengano quindi iniziative di sensibilizzazione come quella della Fondazione The Bridge, che prova a superare lo stigma che ancora colpisce chi vive una condizione di fragilità o di patologia mentale, normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico".

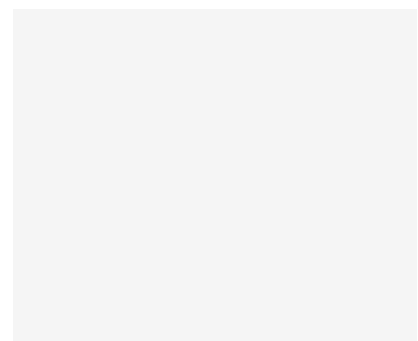
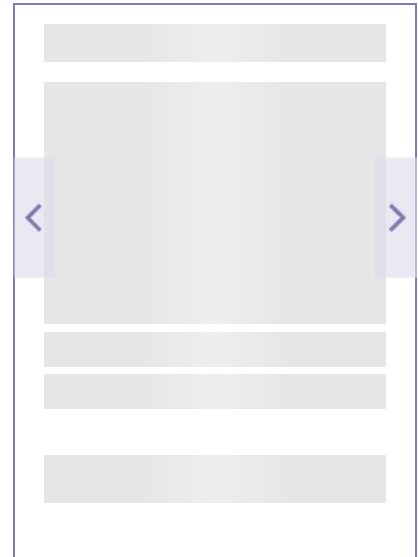
Cos'è la depressione? È bene distinguere tra le cosiddette emozioni fisiologiche - ovvero momenti di apatia e tristezza che si intervallano a periodi di buon umore e di allegria - che fanno parte della vita di tutti i giorni e possono riguardare chiunque, da quella condizione di costante tristezza, angoscia, insoddisfazione e senso di vuoto, di pessimismo verso se stessi, gli altri e il proprio futuro che permane indipendentemente da fattori esterni. In questi casi la sofferenza diventa insopportabile al punto da comprometterne il funzionamento sociale e lavorativo delle persone e causare isolamento e ritiro sociale.

Le persone depresse guardano il mondo attraverso occhiali con lenti scure: la quotidianità diventa opaca e le giornate sembrano montagne insormontabili da scalare. Vivono la loro condizione con un senso di colpa, convinti che sia frutto del loro carattere o della loro mancanza di forza di volontà, lontani dalla realtà in quanto tale. Come si cura "La depressione è una malattia vera e propria che va curata, esattamente come avviene per le altre patologie - dichiara il Prof. Antonio Vita, Vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia - soprattutto perché dalla depressione si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare significativamente la qualità della vita del paziente. I sintomi possono includere una tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, auto-svalutazione, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito; in questi casi, la prima cosa da fare è quella di rivolgersi al medico, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare la persona a un corretto percorso terapeutico. Lo specialista di riferimento per la cura della depressione è lo psichiatra e solitamente il trattamento include la terapia farmacologica, elemento cardine della cura, e la psicoterapia".

I giovani e la pandemia Sono ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni sulla depressione, il male oscuro che sta facendo registrare dati preoccupanti tra i giovani italiani, circa 8 milioni e 200 mila ragazzi tra i 12 e i 25 anni, nei quali si assiste a un forte aumento di casi: al 10% già stimato prima della pandemia [ISTAT, 2018], vanno aggiunti i nuovi casi da Covid. Secondo studi recenti il problema riguarda oggi una popolazione molto ampia: un adolescente su quattro ha sintomi clinici di depressione e uno su cinque segni di un disturbo d'ansia. "Questo fenomeno - commenta il Dr. Mauro Emilio Percudani, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano - è probabilmente



ebay



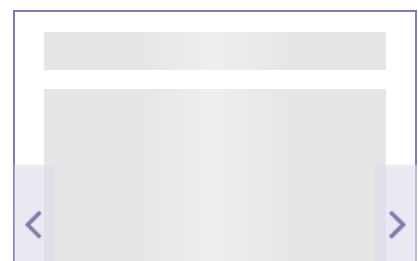
I più recenti



Geotab nominata per la terza volta primo fornitore di telematica per veicoli...



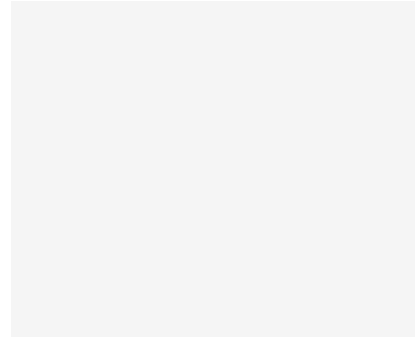
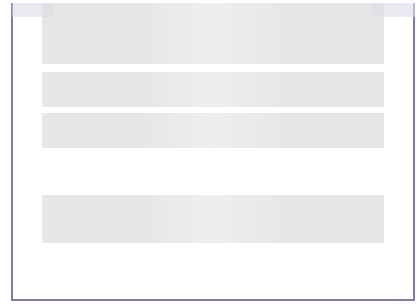
Kaspersky: il noto trojan bancario Qbot attacca anche le aziende italiane



associato al diffondersi di stili di vita scorretti - come abuso di alcol e stupefacenti, regimi alimentari sbilanciati - alle trasformazioni sociali delle strutture familiari e amicali e alle trasformazioni tecnologiche che hanno contribuito a far aumentare sentimenti di inadeguatezza e sofferenza psichica. Un insieme di fattori che è stato amplificato da una "sospensione" delle abitudini di vita degli ultimi anni provocata dalla pandemia". Le cause della depressione includono complesse interazioni fra fattori biologici, sociali e psicologici. Generalmente alla base c'è un fattore temperamentale, per cui una persona può essere predisposta a questo genere di disturbi; esperienze negative durante l'infanzia ed eventi di vitastressanti possono agire da detonatore. Sicuramente la genetica influenza il rischio, che è da 2 a 4 volte maggiore nel caso in cui si abbiano dei familiari affetti da depressione.

5. Come comportarsi con chi ne soffre Nei casi di depressione molto importante il ruolo della famiglia, che deve spronare il familiare che presenta sintomi a rivolgersi al medico di fiducia per essere indirizzato agli specialisti competenti. Inoltre, è molto importante che la famiglia faccia sentire al proprio caro che non è solo, ma anzi che è compreso e supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. Mai sminuire o ridicolizzare le sue emozioni così come non forzarlo a uscire o a praticare attività che non si sente di fare. "La medicina generale – ribadisce la Dottoressa Daiana Taddeo, Referente Area Nazionale RicercaSIMG - è da sempre impegnata a cogliere gli aspetti più profondi della persona. Le alterazioni del tono dell'umore oggi rappresentano un problema che colpisce la popolazione di qualsiasi età, ma sono disponibili risposte terapeutiche e strumenti a sostegno del paziente che devono assolutamente essere implementati. È importante uscire dallo stigma e parlare delle nostre emozioni. Il medico di famiglia ascolta, riconosce e prende in carico. Le associazioni, le strutture del territorio, le famiglie, i medici di medicina generale e psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, volontari dei centri di accoglienza: tutto fa rete e ognuno può avere il proprio ruolo nel risolvere la Depressione". #OUTOFTHEBLACK è stata l'occasione per rinnovare la collaborazione della Fondazione The Bridge con Angelini Pharma, già sperimentata in altre iniziative di carattere sociale. "Siamo orgogliosi di affiancare la Fondazione The Bridge in questo progetto di sensibilizzazione – conclude Domenico Lucatelli, Italy Market Access Manager di Angelini Pharma- La nostra Azienda è impegnata da sempre nel campo della salute mentale, attraverso investimenti nella ricerca e in iniziative in grado di migliorare la qualità di vita dei pazienti e di combattere pregiudizi e tabù che ancora oggi purtroppo gravano su chi soffre di queste patologie".

Bibliografia: 1 _ Institute of Health Metrics and Evaluation. Global Health Data Exchange (GHDx) con accesso il 14/07/2022. 2_ Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder - American Psychiatric Association – 2013 3_Lancet: [Fondazione The Bridge È un soggetto indipendente e senza scopo di lucro che si occupa di politiche sanitarie ed ha come obiettivo la tutela del diritto alla salute. Si pone come tramite tra istituzioni e associazioni di pazienti, società di ricerca scientifica e sociale, accademia, mondo clinico e industria per agevolarne il corretto confronto. I suoi valori fondanti e irrinunciabili sono universalismo, equità, innovazione responsabile, sostenibilità, sensibilizzazione alla diversità, inclusione e pluralismo. Contribuisce al dibattito e al confronto con istituzioni e diversi attori del](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(21)02143-7/fulltext4_ISTAT, Mental health at various stages of life, 2018 5 _Bassi, Marta, et al.)



sistema sociosanitario, elaborando ricerche, indagini, campagne divulgative, organizzando iniziative volte a diffondere temi di interesse sociosanitario di grande attualità, promuovendo il dibattito pubblico grazie agli attori del settore. In pochi anni si è imposta come punto di riferimento nel dibattito, regionale e nazionale, sui principali temi e problematiche del servizio sanitario nazionale, grazie agli esperti e membri del suo comitato scientifico e l'approfondito lavoro di ricerca e analisi. Punti di forza del suo lavoro sono i dossier e le ricerche in cui raccoglie i propri lavori, preziosi strumenti per comprendere la realtà, orientare le politiche e informare i cittadini, nonché l'organizzazione di consensus conference, convegni scientifici, momenti di confronto e corsi di formazione condotti da personalità altamente qualificate. Ufficio stampa GAS Communication Mara Cochetti – Rita Cicchetti Tel 347 8524261 – 349 4246236m.cochetti@aimcommunication.eur.cicchetti@aimcommunication.eu

6 ottobre 2022



Commenti

[Leggi la Netiquette](#)

Attualità

- Ultimora
- Cronaca
- Economia
- Politica
- Le nostre firme
- Interviste
- Ambiente
- Salute
- Sport
- Innovazione
- Motori
- Argomenti e Personaggi della settimana

Intrattenimento

- Shopping
- Giochi
- Cinema
- Milleunadonna
- Moda
- Benessere
- Spettacoli
- Televisione
- Musica

Servizi

- Mail
- Fax
- Luce e Gas
- Assicurazioni
- Immobili
- Tagliacosti
- Noloeggio auto
- Sicurezza
- Posta certificata
- Raccomandata elettronica
- Stampa foto
- Meteo

Prodotti e Assistenza

- Internet e Voce
- Mobile
- Professionisti/P. IVA
- Aziende
- Pubblica Amministrazione
- Negozi
- MyTiscali
- Assistenza

[Chi siamo](#) | [Mappa](#) | [Investor Relations](#) | [Pubblicità](#) | [Redazione](#) | [Condizioni d'uso](#) | [Privacy Policy](#) | [Cookie Policy](#) | [Gestione privacy](#) | [Modello 231](#)

© Tiscali Italia S.p.A. 2022 P.IVA 02508100928 | [Dati Sociali](#)

LINK: <https://www.altoadige.it/salute-e-benessere/non-basta-la-forza-di-volont%C3%A0-su-depressione-troppe-fakenews-1.3328263>

ALTO ADIGE



Leggi / Abbonati
Alto Adige



venerdì, 07 ottobre 2022



Comuni: Bolzano Merano Laives Bressanone Altre località ■

Salute e Benessere Viaggiart Scienza e Tecnica Ambiente ed Energia Terra e Gusto Qui Europa Immobiliare

Le ultime ●



Home page > Salute e Benessere > Non basta la forza di volontà,su...

Non basta la forza di volontà,su depressione troppe fakenews

07 ottobre 2022



DEPRESSIONE

FALSI MITI

Basta avere forza di volontà

Esci...vedi amici...vedrai che ti passa

Dalla depressione non si guarisce

E' colpa mia se vedo tutto nero

I miei genitori e i miei amici non mi capiscono

REALTÀ

Rivolgersi sempre ad uno specialista (psichiatra o psicologo)

Il ritiro sociale pervade completamente la persona depressa, che si chiude in un auto isolamento non solo fisico ma anche soprattutto psichico

Dalla depressione si può uscire!

La depressione deve essere curata con tempestività e serietà al fine di raggiungere il massimo dei risultati e migliorare la qualità di vita dei pazienti

Non c'è colpa! La depressione è una malattia e, per questo, è necessario rivolgersi ad un professionista per la cura

E' importante supportare la persona depressa senza sminuire i suoi sentimenti e i suoi pensieri

I più letti



Bolzano, sentenza definitiva sul Twenty: «Raddoppio illegittimo»



Il Twenty resta senza licenze e adesso rischia la chiusura



Bolzano, operaio delle Acciaierie arrestato con tre chili di cocaina



Nasce a Postal la prima comunità energetica dell'Alto Adige

(ANSA) - ROMA, 07 OTT - Non basta la forza di volontà. Non basta uscire con gli amici. Ma non è vero che non si può guarire e neppure che gli altri non possono capire il problema. A sfatare le fake news sulla depressione, parlando ai giovani grazie all'aiuto della street art è la campagna #OutoftheBlack, realizzata dalla Fondazione The Bridge, in vista della Giornata Mondiale della Salute che si celebra il 10 di ottobre.

Tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito. Sono i sintomi della depressione, di cui pre pandemia, soffrivano oltre 800.000 giovani in Italia. Non bisogna però aver paura di chiedere aiuto. Questo il messaggio della campagna, condensato nell'opera di Lucamaleonte, noto street artist, che in una piazza periferica di Milano ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, ha trasformato il buco nero un soggetto floreale.

"La depressione è una malattia vera e propria che va curata, come avviene per le altre patologie - dichiara Antonio Vita, vicepresidente Società Italiana di Psichiatria (Sip) - soprattutto perché si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare la qualità della vita". Ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni. Per questo la campagna diffonde online informazioni concrete su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari. Ad esempio: mai sminuire le emozioni di chi soffre di depressione, così come non forzarlo a uscire o a praticare attività. Molto importante è fargli sentire che non è solo, ma supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. (ANSA).



Torna «Bolzano cammina»: due giorni e sei percorsi per scoprire la città

Video



SALUTE-E-BENESSERE

Una 'cuffia' riduce le infezioni da pacemaker



SALUTE-E-BENESSERE

Giornata del malato, Bambino Gesù'



SALUTE-E-BENESSERE

Alimentazione: l'intestino "Sesto senso per la felicità"



SALUTE-E-BENESSERE

Medici e infermieri ballano per i piccoli pazienti dell'Ospedale Meyer di Firenze (2)

Altre notizie

Non basta la forza di volontà, su depressione troppe fakenews

Farmaceutica: Cattani, serve cabina regia con nuovo Governo

Covid: Fedriga, rimettere mascherine? Non vedo pericoli

Salute: le iniziative dell'Ausl Bologna per l'Obesity Day

Fedriga, aprire dibattito su accesso oncologia precisione

Regioni in deficit non possono tagliare indennità

Salute donna, due progetti Agorà con Onda e Fondazione Veronesi

Biostimolazione corpo, novità e sinergie terapeutiche

Labbra, armonia e naturalezza vanno rispettate

Fascino delle sopracciglia, come ringiovanirle e rimodellarle

Attualità

MOSCA

In fuga la
giornalista
war' russa



LA GIORNATA

Stop allo
spreco
alimentare:



 Marina Ovsyannikova  il 17% del cibo finis...

S.I.E. Sp.A.
Società Iniziative Editoriali
Via Missioni Africane n. 17
38121 Trento
P.I. 01568000226

Redazione
Scriveteci
Rss/xml
Pubblicità
Privacy Policy
Cookie Policy
Comunicati stampa

Social media



LINK: https://www.borsaitaliana.it/borsa/notizie/radiocor/finanza/dettaglio/sanita--gli-avvenimenti-di-giovedi--6-ottobre-nRC_06102022_0724_115824...



Cerca Titolo, ISIN, altro ...



Sei in: [Home page](#) > [Notizie](#) > [Radiocor](#) > Finanza

SANITA': GLI AVVENIMENTI DI GIOVEDI' 6 OTTOBRE



EVENTI E CONFERENZE STAMPA - Milano: conferenza stampa '#OUTOFTHEBLACK. Dalla depressione si puo' uscire', promossa da Fondazione The Bridge. Ore 10,30. Via G. Quarenghi, 21.

<http://www.sanita24.ilsole24ore.com/>.

Red-

[RADIOCOR] 06-10-22 07:24:00 [0011]SAN 5 NNNN

TAG

SAN ITA

[Servizi](#)
[Pubblicità](#)
[Listino ufficiale](#)

[Altri link](#)
[Comitato Corporate Governance](#)

 EN



[Borsa Italiana Spa](#) - [Dati sociali](#) | [Disclaimer](#) | [Copyright](#) | [Privacy](#) | [Cookie policy](#) | [Credits](#) | [Codice di Comportamento](#)

LINK: https://www.ansa.it/canale_saluteebenessere/notizie/sanita/2022/10/07/non-basta-la-forza-di-volontasu-depressione-troppe-fakenews_eecdaab9-8...

CANALI ANSA > Ambiente ANSA2030 ANSA Viaggiart Legalità&Scuola Lifestyle Mare Motori Salute Scienza Terra&Gusto

Seguici su:   

Salute&Benessere

Fai la Ricerca

Vai a ANSA.it

News | Video | Bambini | Longevità | Denti e gengive | Lei Lui | Si può vincere | Diabete | Professional

PRIMOPIANO • SANITÀ • MEDICINA • STILI DI VITA • ALIMENTAZIONE • CEFALEA • FOCUS VACCINI • FOCUS REUMA • FOCUS SARCOMI • TELETHON PER VOI

ANSA.it > Salute&Benessere > Sanità > Non basta la forza di volontà,su depressione troppe fakenews

Non basta la forza di volontà,su depressione troppe fakenews

Opera di uno street artist simbolo della campagna OutoftheBlack



Redazione ANSA ROMA 07 ottobre 2022 18:07

Scrivi alla redazione  Stampa



© ANSA

CLICCA PER INGRANDIRE 

(ANSA) - ROMA, 07 OTT - Non basta la forza di volontà.

Non basta uscire con gli amici. Ma non è vero che non si può guarire e neppure che gli altri non possono capire il problema. A sfatare le fake news sulla depressione, parlando ai giovani grazie all'aiuto della street art è la campagna #OutoftheBlack, realizzata dalla Fondazione The Bridge, in vista della Giornata Mondiale della Salute che si celebra il 10 di ottobre.

Tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito. Sono i sintomi della depressione, di cui pre pandemia, soffrivano oltre 800.000 giovani in Italia. Non bisogna però aver paura di chiedere aiuto. Questo il messaggio della campagna, condensato nell'opera di Lucamaleonte, noto street artist, che in una piazza periferica di Milano ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, ha trasformato il buco nero un soggetto floreale.

"La depressione è una malattia vera e propria che va curata, come avviene per le altre patologie - dichiara Antonio Vita, vicepresidente Società Italiana di Psichiatria (Sip) - soprattutto perché si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare la qualità della vita". Ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni. Per questo la campagna diffonde online informazioni concrete su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari. Ad esempio: mai sminuire le emozioni di chi soffre di depressione, così come non forzarlo a uscire o a praticare attività. Molto importante è fargli sentire che non è solo, ma supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. (ANSA).



DALLA HOME SALUTE&BENESSERE



Covid, 44.672 casi, 62 le vittime. Monoclonali doppi in 7 giorni
Sanità



Con pandemia cala uso eroina e cocaina, più droghe sintetiche
Sanità



Oggi è il World Smile Day, sorridere nonostante tutto
Medicina



Belli anche con il tumore, associazione Apeo lancia campagna
Sanità



Spina bifida, un cerotto di staminali cura tre bebè in utero
Medicina

PRESSRELEASE



Cefalee ed emicranie: team padovano del dr.Barbiero tratta i Punti Dolorosi per guarirle stabilmente
Pagine Si! SpA



Catia Cecchini di Caduceo di Ermete (Scandicci - FI): alimentazione alleata del cervello
Pagine Si! SpA



Stone Center in Veneto: le novità
Pagine Si! SpA

RIPRODUZIONE RISERVATA © Copyright ANSA



Scrivi alla redazione Stampa

RACCOMANDATI DA OUTBRAIN

Sponsored By **Outbrain**



**Pasta di lenticchie rosse
ricca di proteine vegetali**

Pasta di lenticchie rosse Felicia è ricca di proteine vegetali. Scopri la ricetta per stare in forma felicia.it



La tua vacanza autunnale in Alto Adige
Esclusivo hotel benessere o B&B accogliente? Abbiamo la sistemazione giusta per te. Prenota subito la tua vacanza d'autunno in un panorama avvolgente!
Alto Adige/Südtirol



**Senup: la verità sulla
crema naturale
rassodante**
IMG SOLUTION SRL



**Agaricus Blazei
Murrill di AVD
Reform è il fungo
della tossicità**
Pagine Si! SpA

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato



Sottocosto: fino al 10/10, anche a Tasso 0. Da [MediaWorld](#).

Scomparsa da lunedì, trovato corpo

[ANSA.it](#)

[ADV](#)

Il gioco Vintage "da giocare". Nessuna installazione.

[Forge Of Empires](#)

Sofia Vergara senza veli a 45 anni - Persone - People

[ANSA.it](#)

ADV

Il chirurgo estetico consiglia: "Con questa routine mattutina la pelle sarà più tesa"

[Golden TREE](#)

ADV

Impianto dentale? 7 errori da evitare se cerchi il dentista giusto

[dentista-implantologo.it](#)

Morto Giorgio Lopez, doppiava Dustin Hoffman e Danny De Vito - Cultura & Spettacoli

[ANSA.it - Cultura](#)

Aggravamento per Berlusconi, il legale: "Condizioni severe" - Italia

[ANSA.it - Video](#)

ADV

[fotografie] A 78 anni, questa è la moglie di Michael Douglas

<https://torealnews.com/>

E' morto Leone Di Lernia

[ANSA.it](#)

ADV

Crazy borders - L'isola di Sark, dove è ancora medioevo - Guarda il documentario completo
[Arte.tv](#)

Ucraina, Nuove sanzioni contro la Russia. Erdogan: 'La peggior pace è meglio della guerra' - Mondo
[ANSA.it - Mondo](#)



ADV

Scopri l'Avvento tra le Dolomiti della Val di Funes.

Un rimedio naturale ed efficace contro la malinconia invernale? Il Natale tra le Dolomiti della Val di Funes è ciò che fa per te!

Alto Adige/Südtirol

Sponsored By **Outbrain**

LINK: <https://www.giornalelavoce.it/covid-guerra-e-clima-crescono-lansia-e-la-depressione-474510>

Il piacere di leggere il tuo **settimanale** ovunque tu sia
clicca e scopri di più



LA VOCE

Home > Attualità

Covid, guerra e clima, crescono l'ansia e la depressione

Per la giornata della Salute mentale, porte aperte in 140 ospedali e 200 eventi

di **Redazione** — 7 Ottobre 2022 in **Attualità** AA 0



Depressione

Condividi su Facebook
 Condividi su Whatsapp

Ricevi le nostre ultime notizie da Google News
 [SEGUICI](#)

Covid, guerra e clima, crescono l'ansia e la depressione.

La pandemia Covid, le guerre e i cambiamenti climatici stanno portando a un aumento dei problemi come ansia e depressione. A dirlo è l'Organizzazione mondiale della sanità (Oms) in vista della Giornata della Salute mentale che si celebra il 10 ottobre.

Per aiutare a parlare di questi problemi e vincere lo stigma, sono oltre 200 le iniziative previste in Italia e 140 gli ospedali con Bollino Rosa della Fondazione

Seguici sui Social

 34.7k Fans	 1.9k Followers	 4.2k Subscribers
 1.1k Fans	 734 Fans	 La Voce Torino 12.7k Fans



r!SKCOM
 la forza della prevenzione
Scopri i pericoli per evitare i rischi
www.regione.piemonte.it/laforzadellaprevenzione

[liguria: geoportal.regione.liguria.it](http://geoportal.regione.liguria.it)
www.pitem-risk.eu
[valle d'aosta: casaepericoli.regione.vda.it](http://valle-d'aosta: casaepericoli.regione.vda.it)



La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

Onda, che apriranno le porte per visite psicologiche e psichiatriche gratuite, in occasione del H-Open Day per la Salute Mentale. Già prima della pandemia, si stima che una persona su 8 nel mondo convivesse con un disturbo mentale.

“A questa situazione già critica si è aggiunta l'emergenza Covid. Si stima – spiega l'Oms – che nel primo anno di pandemia ansia e depressione siano aumentati del 25%. Allo stesso tempo i servizi di cura sono stati gravemente interrotti”.

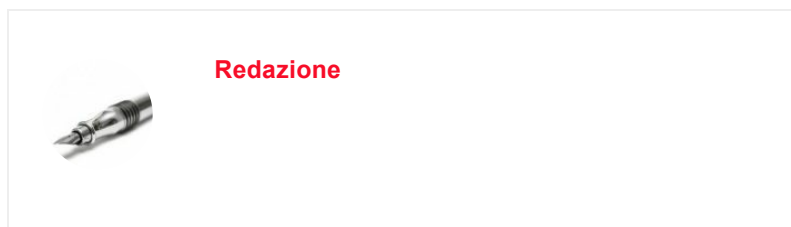
A questo si aggiungono i conflitti e le emergenze climatiche che hanno portato “ben 84 milioni di persone in tutto il mondo ad essere sfollate nel solo 2021”. Intanto “stigma e discriminazione continuano a essere una barriera all'inclusione e all'accesso alle cure” mentre “i servizi e i finanziamenti per la salute mentale continuano a scarseggiare”. “La pandemia Covid ha portato a un aumento di ansia, depressione, disturbi del sonno, panico ed effetti post-traumatici da stress. Chiedere aiuto è il primo passo per affrontare il problema”, spiega Francesca Merzagora, presidente Fondazione Onda.

Parlare di salute mentale è l'obiettivo di tantissime iniziative in calendario in questi giorni da nord a sud. Punta sull'animale simbolo della chiusura dei manicomi “Il viaggio del Persano”, un viaggio a cavallo partito da Caserta per arrivare a Trieste, che attraverserà 7 regioni per ricordare la legge 180 del 1978 che ha abolito i manicomi. Fondazione Progetto Itaca porta nelle piazze di 18 città italiane l'ottava edizione di “Tutti Matti per il Riso”: l'8 e 9 ottobre sarà possibile acquistare una confezione di riso per contribuire alla riabilitazione di chi vive disagio psichico.

Sono circa 70, invece, le iniziative promosse dal Comune di Milano per “Milano 4 Mental Health”, il cui evento clou sarà il Tram della Salute Mentale che il 10 ottobre percorrerà la città per portare il messaggio dell'Oms: non c'è salute senza salute mentale. Viaggia, invece, sui social e punta sulla street art, la campagna Outoftheblack, promossa da Fondazione The Bridge per sfatare le fakenews sulla depressione: non è vero che basti la forza di volontà per uscirne, c'è invece bisogno di uno specialista. Così come non è vero che non si possa guarirne.

“La depressione è una malattia vera e propria che va curata, come avviene per le altre patologie – spiega Antonio Vita, vicepresidente Società Italiana di Psichiatria (Sip) – perché si può guarire o, nei casi più gravi, migliorare la qualità della vita”. Affrontare i problemi organizzativi dei servizi di salute mentale messi alla prova dalle emergenze sanitarie e umanitarie è uno degli obiettivi del Global Mental Health Summit, che si terrà a Roma il 13 e 14 ottobre e ospiterà i rappresentanti di circa 40 Paesi. “Mai come oggi la salute mentale – spiega Fabrizio Starace, membro del Consiglio Superiore di Sanità (Ccss) – è minacciata da guerre, pandemia, crisi climatica e economica. Per affrontarla dobbiamo mettere in campo servizi di salute mentale dotati di risorse e personale adeguati”.

Commenti



Opera Kitchen 2022
10-11 ottobre

Ritorna l'appuntamento riservato ai professionisti della ristorazione.

Un evento che dev'essere unico, presentato come il top event del settore e a performance per i professionisti della ristorazione.

70
CARLOANGELA
1952-2022

Performance Degustazioni Seminari

Ingresso libero previa registrazione

CarloAngela
Corso Matteotti, 145 - Intra
Tel. 0125 251220
01/1 ottobre 2022

Contatta il programma completo sul sito www.carloangela.com
CarloAngela è un marchio della Società Anonima CarloAngela di Intra (VC) - Via CarloAngela, 145 - 11010 Intra (VC) - Tel. 0125 251220 - info@carloangela.com
CarloAngela è un marchio registrato di CarloAngela di Intra (VC) - Tel. 0125 251220 - www.carloangela.com
Ti assicuriamo la partecipazione e la presenza di un nutrolo di partecipanti garantiti.

I GRANDI EVENTI del 2022 IN PIEMONTE

Nuova Hyundai TUCSON Hybrid | tua da **249€ al mese**
TAN 4,95% - TAEG 7,20%



e fino a 2.200€ di vantaggi solo con permuta e rottamazione

SPAZIO 5 LA TUA CONCESSIONARIA HYUNDAI

BLOCCA L'OFFERTA →
Valida fino al 30 Settembre

UN MESE DI FUORITUTTO!

FIAT 500 HYBRID

149 €/mese

FINO AL **34%** SCONTO



AUTOINGROS
autoingros.it

Edicola digitale

Meteo Piemonte

Meteo Piemonte

Sabato 08 Ottobre | Domenica 09 >>

Aggiornato il 07-10-2022 19:45

LINK: <https://ladiscussione.com/197389/societa/out-of-the-black-campagna-contro-la-depressione/>

venerdì, 7 Ottobre, 2022 [Accedi o Registrati](#) Chi siamo
Redazione
Abbonati
Edizioni D
Contatti
Accedi

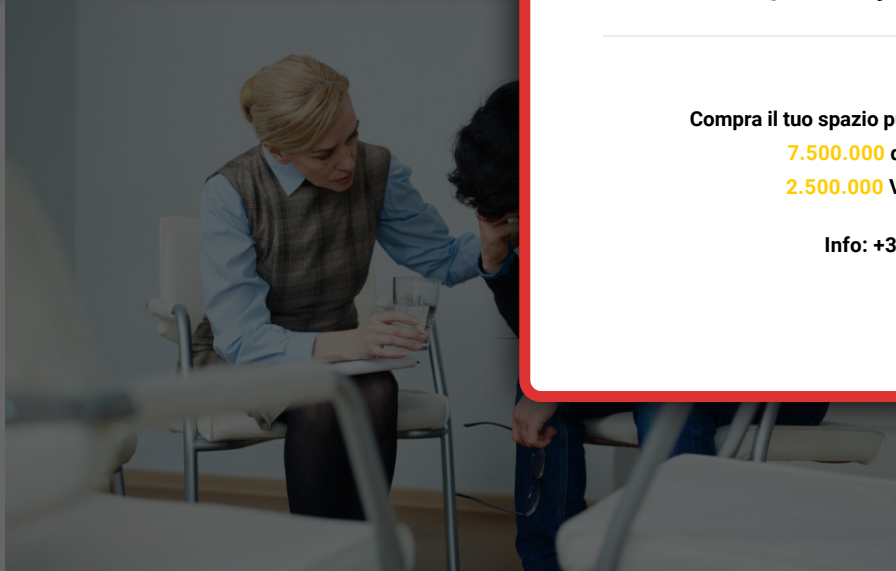
laDiscussione
Quotidiano fondato da Alcide De Gasperi

Compra il tuo spazio pubblicitario su "la Discussione"

7.500.000 di Page Views/mese

2.500.000 Visitatori Unici/mese

Info: +39 327 068 7022



Società

“Out of the Black”, campagna contro la depressione

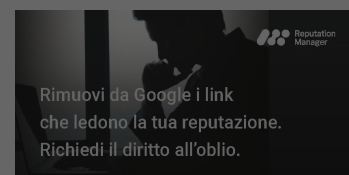
di Lorenzo Romeo ○ venerdì, 7 Ottobre 2022 ● 2455

La Fondazione The Bridge lancia “Out of the Black”, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione, una iniziativa che prevede la realizzazione di una articolata azione sui social (Facebook e Instagram e sul sito internet), con informazioni concrete sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente sia per i familiari.

“Out of the Black” nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora oggi circonda questa patologia. La depressione è come un buco nero in cui si precipita senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto. Tutto è iniziato in una piazza periferica di Milano (Metro Bonola) dove Lucamaleonte, noto street artist, ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, lo street artist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia. L'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione e alla tendenza a sminuire questa patologia. “Siamo lieti che il nostro territorio sia stato scelto per portare avanti un messaggio così forte e importante”, ha dichiarato Giulia Pelucchi, Presidente del Municipio 8.

“Il nostro impegno per la salute mentale è stato un crescendo e auspichiamo che un'iniziativa di tale impatto possa dare la giusta attenzione ad un tema oggi ancor più urgente”, ha aggiunto. L'Oms stima che la depressione sia una delle principali cause di disabilità a livello globale, colpendo circa 280 milioni di persone, ossia il 5% della popolazione adulta. Durante l'emergenza Covid la prevalenza di ansia e depressione ha fatto registrare aumenti record, pari al 25%3.

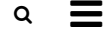
Sponsor



Metropolis



HOME PRIMA PAGINA ABBONAMENTI TOPNEWS AGORÀ DI METROPOLIS



CRONACA SPORT M|CULT M|GUSTO TECNOMANIA M|LAVORO M|MHZ M|SALUTE M|YOUNG

Covid, guerra e clima, cresce ansia e depressione

Redazione



La pandemia Covid, le guerre e i cambiamenti climatici stanno portando a un aumento dei problemi come ansia e depressione. A dirlo è l'Organizzazione mondiale della sanità (Oms) in vista della Giornata della Salute mentale che si celebra il 10 ottobre. Per aiutare a parlare di questi problemi e vincere lo stigma, sono oltre 200 le iniziative previste in Italia e 140 gli ospedali con Bollino Rosa della Fondazione Onda, che apriranno le porte per visite psicologiche e psichiatriche gratuite, in occasione del H-Open Day per la Salute Mentale.

Già prima della pandemia, si stima che una persona su 8 nel mondo convivesse con un disturbo mentale. "A questa situazione già critica si è aggiunta l'emergenza Covid. Si stima - spiega l'Oms - che nel primo anno di pandemia ansia e depressione siano aumentati del 25%. Allo stesso tempo i servizi di cura sono stati gravemente interrotti". A questo si aggiungono i conflitti e le emergenze climatiche che hanno portato "ben 84 milioni di persone in tutto il mondo ad essere sfollate nel solo 2021". Intanto "stigma e discriminazione continuano a essere una barriera all'inclusione e all'accesso alle cure" mentre "i servizi e i finanziamenti per la salute mentale continuano a scarseggiare". "La pandemia Covid ha portato a un aumento di ansia, depressione, disturbi del sonno, panico ed effetti post-traumatici da stress. Chiedere aiuto è il primo passo per affrontare il problema", spiega Francesca Merzagora, presidente Fondazione Onda. Parlare di salute mentale è l'obiettivo di tantissime iniziative in calendario in questi giorni da nord a sud.

Punta sull'animale simbolo della chiusura dei manicomi "Il viaggio del Persano", un viaggio a cavallo partito da Caserta per arrivare a Trieste, che attraverserà 7 regioni per ricordare la legge 180 del 1978 che ha abolito i manicomi. Fondazione Progetto Itaca porta nelle piazze di 18 città italiane l'ottava edizione di "Tutti Matti per il Riso": l'8 e 9 ottobre sarà possibile acquistare una confezione di riso per contribuire alla riabilitazione di chi vive disagio psichico. Sono circa 70, invece, le iniziative promosse dal Comune di Milano per "Milano 4 Mental Health", il cui evento clou sarà il Tram della Salute Mentale che il 10 ottobre percorrerà la città per portare il messaggio dell'Oms: non c'è salute senza salute mentale. Viaggia, invece, sui social e punta sulla street art, la campagna Outoftheblack, promossa da Fondazione The Bridge per sfatare le fakenews sulla depressione: non è vero che basti la forza di volontà per uscirne, c'è invece bisogno di uno specialista. Così come non è vero che non si possa guarirne.

“La depressione è una malattia vera e propria che va curata, come avviene per le altre patologie – spiega Antonio Vita, vicepresidente Società Italiana di Psichiatria (Sip) – perché si può guarire o, nei casi più gravi, migliorare la qualità della vita”. Affrontare i problemi organizzativi dei servizi di salute mentale messi alla prova dalle emergenze sanitarie e umanitarie è uno degli obiettivi del Global Mental Health Summit, che si terrà a Roma il 13 e 14 ottobre e ospiterà i rappresentanti di circa 40 Paesi. “Mai come oggi la salute mentale – spiega Fabrizio Starace, membro del Consiglio Superiore di Sanità (Css) – è minacciata da guerre, pandemia, crisi climatica e economica. Per affrontarla dobbiamo mettere in campo servizi di salute mentale dotati di risorse e personale adeguati”.



La pandemia cambia il consumo di droghe, boom delle sintetiche. Droga dello stupro +500%

Redazione



Covid e influenza, open day vaccinali all'Asl Napoli 3 Sud

Redazione



Pusher usa il pos per farsi pagare la cocaina, arrestato dai carabinieri

Redazione



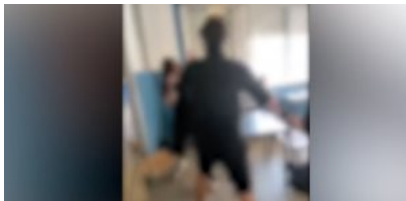
Mega furto da 335mila euro a Massa Lubrense, quattro arresti

Redazione



Torre del Greco, evasione da 1 milione di euro: indagato imprenditore

metropolisweb



Studentessa picchiata da un compagno in classe, il video diventa virale

Redazione



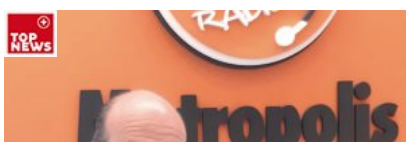
Torre Annunziata, la tassa della camorra imposta al Savoia: gli affari sporchi sulla passione dei torresi

Giovanna Salvati



Dai Casanova alle paranze, prima mappa delle baby gang. Più presenti a Nord, strutturate a Sud

Redazione



Boscoreale, negozi nel Piano Napoli: solo 14 istanze su 107 posti


metropolisweb



LINK: <https://www.lifestyleblog.it/blog/2022/10/uscire-dalla-depressione-e-possibile/>

Lifestyle Blog > Le ultime notizie > Notizie > Uscire dalla depressione è possibile

Uscire dalla depressione è possibile

 di adnkronos

Cerca...



2 ore fa

7 min

(Adnkronos) –
Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione



#OUTOFTHEBLACK

- Lo street artist Lucamaleonte trasforma il buco nero della depressione in un bouquet fiorito per rappresentare la rinascita dal male oscuro
- Uscire dal buco nero della depressione è possibile, ma serve chiedere aiuto
- Secondo l'ISTAT, nel nostro Paese, 3,5 milioni ne soffrono ma solo il 50% riceve diagnosi corretta e 1 paziente su 3 cure adeguate
- Secondo studi recenti 1 adolescente su 4 soffre di depressione

Milano, 6 ottobre 2022. In occasione della Giornata Mondiale della Salute che si celebra il 10 di ottobre, Fondazione The Bridge lancia #OUTOFTHEBLACK, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione realizzata con il contributo non condizionato di Angelini Pharma. L'iniziativa, che ha ottenuto il patrocinio della Società Italiana di Medicina Generale (SIMG), della Società Italiana di Psichiatria (SIP), della Sezione Regionale Lombardia della SIP (SIP-LO) e del Municipio 8 di Milano, prevede la realizzazione di un' articolata campagna sui social Facebook e Instagram e sul sito internet di Fondazione The Bridge con informazioni concrete sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari.

L'opera di street art

Non bisogna aver paura di chiedere aiuto: dalla depressione è possibile guarire. #OUTOFTHEBLACK nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora oggi circonda questa patologia. La depressione è come un buco nero in cui si precipita senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto. Tutto è iniziato in una piazza periferica di Milano (Metro Bonola) dove Lucamaleonte, noto street artist, ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, lo street artist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia. L'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione e alla tendenza a sminuire questa patologia. "Siamo lieti che il nostro territorio sia stato scelto per portare avanti un messaggio così forte e importante – dichiara Giulia Pelucchi, Presidente del Municipio 8. Il nostro impegno per la salute mentale è stato un crescendo e auspichiamo che un'iniziativa di tale impatto possa dare la giusta attenzione ad un tema oggi ancor più urgente".



pendo circa 280 milioni di persone, ossia il 5% della popolazione adulta 1, e prevalenza di ansia e depressione ha fatto registrare aumenti record, pari al



retta e solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate 4. In Italia

della depressione – afferma Rosaria Iardino, Presidente di Fondazione The ira, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli nte far luce su questa malattia ed è fondamentale rafforzare la rete sul questo genere di disturbi".

siamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di a quella fisica. Perché questo accada è necessario però che il benessere e quella della Fondazione The Bridge, che prova a superare lo stigma che ccessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico".

che si intervallano a periodi di buon umore e di allegria -che fanno parte

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato



za, ansiosità, insoddisfazione e senso di vuoto, di pessimismo verso se stessi, sofferenza diventa insopportabile al punto da comprometterne il

nta opaca e le giornate sembrano montagne insormontabili da scalare. I
a loro mancanza di forza di volontà, lontani dalla realtà in quanto tale.

ltre patologie – dichiara il Prof. Antonio Vita, Vicepresidente Società
ze Spedali Civili di Brescia- soprattutto perché dalla depressione si può
e. I sintomi possono includere una tristezza persistente, la perdita di interesse
e dell'appetito; in questi casi, la prima cosa da fare è quella di
retto percorso terapeutico. Lo specialista di riferimento per la cura della

depressione è lo psichiatra e solitamente il trattamento include la terapia farmacologica, elemento cardine della cura, e la psicoterapia”.

I giovani e la pandemia

ti): l'intervista

Sono ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni sulla depressione, il male oscuro che sta facendo registrare dati preoccupanti tra i giovani italiani, circa 8 milioni e 200 mila ragazzi tra i 12 e i 25 anni, nei quali si assiste a un forte aumento di casi: al 10% già stimato prima della pandemia [ISTAT, 2018], vanno aggiunti i nuovi casi da Covid. Secondo studi recenti⁶ il problema riguarda oggi una popolazione molto ampia: un adolescente su quattro ha sintomi clinici di depressione e uno su cinque segni di un disturbo d'ansia.

***Q**uesto fenomeno – commenta il Dr. Mauro Emilio Percudani, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano – è probabilmente associato al diffondersi di stili di vita scorretti – come abuso di alcol e stupefacenti, regimi alimentari sbilanciati – alle trasformazioni sociali delle strutture familiari e amicali e alle trasformazioni tecnologiche che hanno contribuito a far aumentare sentimenti di inadeguatezza e sofferenza psichica. Un insieme di fattori che è stato amplificato da una “sospensione” delle abitudini di vita degli ultimi anni provocata dalla pandemia”

Le cause

emi spiacevoli”

Le cause della depressione includono complesse interazioni fra fattori biologici, sociali e psicologici. Generalmente alla base c'è un fattore temperamentale, per cui una persona può essere predisposta a questo genere di disturbi; esperienze negative durante l'infanzia ed eventi di vita stressanti possono agire da detonatore. Sicuramente la genetica influenza il rischio, che è da 2 a 4 volte maggiore nel caso in cui si abbiano dei familiari affetti da depressione 5.

Come comportarsi con chi ne soffre

Nei casi di depressione molto importante il ruolo della famiglia, che deve spronare il familiare che presenta sintomi a rivolgersi al medico di fiducia per essere indirizzato agli specialisti competenti. Inoltre, è molto importante che la famiglia faccia sentire al proprio caro che non è solo, ma anzi che è compreso e supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. Mai sminuire o ridicolizzare le sue emozioni così come non forzarlo a uscire o a praticare attività che non si sente di fare.

“La medicina generale – ribadisce la Dottoressa Daiana Taddeo, Referente Area Nazionale Ricerca SIMG – è da sempre impegnata a cogliere gli aspetti più profondi della persona. Le alterazioni del tono dell'umore oggi rappresentano un problema che colpisce la popolazione di qualsiasi età, ma sono disponibili risposte terapeutiche e strumenti a sostegno del paziente che devono assolutamente essere implementati. È importante uscire dallo stigma e parlare delle nostre emozioni. Il medico di famiglia ascolta, riconosce e prende in carico. Le associazioni, le strutture del territorio, le famiglie, i medici di medicina generale e psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, volontari dei centri di accoglienza: tutto fa rete e ognuno può avere il proprio ruolo nel risolvere la Depressione”.

#OUTOFTHEBLACK è stata l'occasione per rinnovare la collaborazione della Fondazione The Bridge con Angelini Pharma, già sperimentata in altre iniziative di carattere sociale.

“Siamo orgogliosi di affiancare la Fondazione The Bridge in questo progetto di sensibilizzazione – conclude Domenico Lucatelli, Italy Market Access Manager di Angelini Pharma- La nostra Azienda è impegnata da sempre nel campo della salute mentale, attraverso investimenti nella ricerca e in iniziative in grado di migliorare la qualità di vita dei pazienti e di combattere pregiudizi e tabù che ancora oggi purtroppo gravano su chi soffre di queste patologie”.

Bibliografia:

1 _ Institute of Health Metrics and Evaluation. Global Health Data Exchange (GHDx) con accesso il 14/07/2022.

2 _ Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder – American Psychiatric Association – 2013

3 _ Lancet: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(21\)02143-7/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(21)02143-7/fulltext)

4 _ ISTAT, Mental health at various stages of life, 2018

5 _ Bassi, Marta, et al. “The relationship between post-traumatic stress and positive mental health symptoms among health workers during COVID-19 pandemic in Lombardy, Italy.” Journal of affective disorders 280 (2021): 1-6.

6 _ Racine, Nicole, et al. “Global prevalence of depressive and anxiety symptoms in children and adolescents during COVID-19: a meta-analysis.” JAMA pediatrics 175.11 (2021): 1142-1150.

Fondazione The Bridge

È un soggetto indipendente e senza scopo di lucro che si occupa di politiche sanitarie ed ha come obiettivo la tutela del diritto alla salute. Si pone come tramite tra istituzioni e associazioni di pazienti, società di ricerca scientifica e sociale, accademia, mondo clinico e industria per agevolare il corretto confronto. I suoi valori fondanti e irrinunciabili sono universalismo, equità, innovazione responsabile, sostenibilità, sensibilizzazione alla diversità, inclusione e pluralismo. Contribuisce al dibattito e al confronto con istituzioni e diversi attori del sistema sociosanitario, elaborando ricerche, indagini, campagne divulgative, organizzando iniziative volte a diffondere temi di interesse sociosanitario di grande attualità, promuovendo il dibattito pubblico grazie agli attori del settore.

In pochi anni si è imposta come punto di riferimento nel dibattito, regionale e nazionale, sui principali temi e problematiche del servizio sanitario nazionale, grazie agli esperti e membri del suo comitato scientifico e l'approfondito lavoro di ricerca e analisi. Punti di forza del suo lavoro sono i dossier e le ricerche in cui raccoglie i propri lavori, preziosi strumenti per comprendere la realtà, orientare le politiche e informare i cittadini, nonché l'organizzazione di consensus conference, convegni scientifici, momenti di confronto e corsi di formazione condotti da personalità altamente qualificate.

Ufficio stampa

GAS Communication

Mara Cochetti – Rita Cicchetti

Tel 347 8524261 – 349 4246236

m.cochetti@aimcommunication.eu

r.cicchetti@aimcommunication.eu

Share this article

[Twitter](#)

[Facebook](#)

[Pinterest](#)

[LinkedIn](#)

[Whatsapp](#)

[Telegram](#)

[Articolo Precedente](#)

MCLAREN INDEPENDENT INVESTIGATION TEAM DELIVERS YEREVAN BOXING CHAMPIONSHIPS REPORT

6 Ottobre 2022



LabItalia

Energia, Stefania Craxi: 'Agire subito, scostamento bilancio non sia tabù'

6 Ottobre 2022

Lascia un commento



Potrebbe interessarti

Leggi le altre notizie di tuo possibile interesse



[in LabItalia,](#)
[Notizie](#)

Energia, Stefania Craxi: 'Agire subito, scostamento bilancio non sia tabù'

by [adnkronos](#)

2 ore fa

1 min

[in Immediapress,](#)

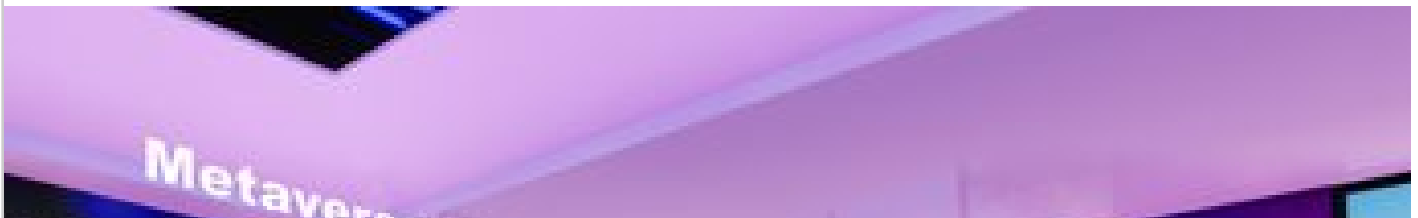
[Notizie](#)

MCLAREN INDEPENDENT INVESTIGATION TEAM DELIVERS YEREVAN BOXING CHAMPIONSHIPS REPORT

by [adnkronos](#)

2 ore fa

1 min



La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato



in [LabItalia](#),
[Notizie](#)

Unicusano, nel Metaverso con attività didattiche e realtà virtuale

by [adnkronos](#) ·
2 ore fa ·
2 min



in [Notizie](#),
[Ultim'ora](#)

Crisi energia, Draghi: “Lavorare insieme, a rischio unità Ue”

by adnkronos ·

3 ore fa ·

1 min



Bundesliga 2022-2023



Coppa Italia 2022-2023



La Liga 2022-2023



Ligue 1 2022-2023



Premier League 2022-2023



Serie A 2022-2023



Serie B 2022-2023

LIFESTYLEBLOG.it

Testata on-line iscritta al Tribunale di Bari al n. 23/2011

P.IVA: 08658570729

Direttore Responsabile: Bruno Bellini Made in Monopoli - Bari - Puglia



LINK: <https://www.ilgiornaleditalia.it/news/comunicati/412413/uscire-dalla-depressione-e-possibile.html>

giovedì, 06 ottobre 2022

Seguici su



IL GIORNALE D'ITALIA

Il Quotidiano Indipendente



"La libertà al singolare esiste solo nelle libertà al plurale"
Benedetto Croce

Politica Esteri Cronaca Economia Sostenibilità Innovazione Lavoro Salute Cultura Costume Spettacolo Sport Motori GdI TV

» Giornale d'italia » Comunicati

comunicati

Uscire dalla depressione è possibile

06 Ottobre 2022

(Adnkronos) - Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione

#OUTOFTHEBLACK

- Lo street artist Lucamaleonte trasforma il buco nero della depressione in un bouquet fiorito per rappresentare la rinascita dal male oscuro
- Uscire dal buco nero della depressione è possibile, ma serve chiedere aiuto
- Secondo l'ISTAT, nel nostro Paese, 3.5 milioni ne soffrono ma solo il 50% riceve diagnosi corretta e 1 paziente su 3 cure adeguate
- Secondo studi recenti 1 adolescente su 4 soffre di depressione

Milano, 6 ottobre 2022. In occasione della Giornata Mondiale della Salute che si celebra il 10 di ottobre, Fondazione The Bridge lancia #OUTOFTHEBLACK, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione realizzata con il contributo non condizionato di Angelini Pharma. L'iniziativa, che ha ottenuto il patrocinio della Società Italiana di Medicina Generale (SIMG), della Società Italiana di Psichiatria (SIP), della Sezione Regionale Lombardia della SIP (SIP-LO) e del Municipio 8 di Milano, prevede la realizzazione di un'articolata campagna sui social Facebook e Instagram e sul sito internet di Fondazione The Bridge con informazioni concrete sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari.

L'opera di street art

Non bisogna aver paura di chiedere aiuto: dalla depressione è possibile guarire. #OUTOFTHEBLACK nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora oggi circonda questa patologia. La depressione è come un buco nero in cui si precipita senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto. Tutto è iniziato in una piazza periferica di Milano (Metro Bonola) dove Lucamaleonte, noto streetartist, ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, lo streetartist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia. L'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione e alla tendenza a sminuire questa patologia. "Siamo lieti che il nostro territorio sia stato scelto per portare avanti un messaggio così forte e importante – dichiara Giulia Pelucchi, Presidente del Municipio 8. Il nostro impegno per la salute mentale è stato un crescendo e auspichiamo che un'iniziativa di tale impatto possa dare



Articoli Recenti



Europa League, solo un pari per la Lazio in Austria



Letta: "Stare all'opposizione ci farà bene"



Delrio: "Me ne frego dei punti persi nei sondaggi, con Governo Draghi fatto buon servizio a Paese"



Letta: "Luna di miele del nuovo Governo durerà poco"



Manifestazione per le donne iraniane a Napoli, le immagini

COMMERCIANTE, INCREMENTA
LE TUE VENDITE

la giusta attenzione ad un tema oggi ancor più urgente”.

I numeri

L'OMS stima che la depressione sia una delle principali cause di disabilità a livello globale, colpendo circa 280 milioni di persone, ossia il 5% della popolazione adulta 1, e in misura superiore di 2/3 volte le donne rispetto agli uomini 2. Durante l'emergenza Covid la prevalenza di ansia e depressione ha fatto registrare aumenti record, pari al 25% 3.

In Italia

In Italia la depressione è il più diffuso disturbo della salute mentale e riguarda 3,5 milioni di persone, ma, secondo un'indagine ISTAT, si stima che meno del 50% riceva una diagnosi corretta e solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate 4. In Italia

Lo stigma

“Sono troppo poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto al trattamento della depressione - afferma Rosaria Iardino, Presidente di Fondazione The Bridge - Vige ancora un forte stigma verso la malattia; i pregiudizi rispetto alle possibilità di cura, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli principali che impediscono l'accesso a percorsi terapeutici adeguati. Per questo è così importante far luce su questa malattia ed è fondamentale rafforzare la rete sul territorio tra tutti gli operatori che ogni giorno entrano in contatto con persone che soffrono di questo genere di disturbi”.

Assessore Bertolé

L'endorsement alla campagna #OUTOFTHEBLACK è arrivato anche dal Comune di Milano.

“Noi - dichiara l'assessore al Welfare e Salute del Comune di Milano Lamberto Bertolé - pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell'ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica. Perché questo accada è necessario però che il benessere psicologico diventi una priorità per tutti. Ben vengano quindi iniziative di sensibilizzazione come quella della Fondazione The Bridge, che prova a superare lo stigma che ancora colpisce chi vive una condizione di fragilità o di patologia mentale, normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico”.

Cos'è la depressione

È bene distinguere tra le cosiddette emozioni fisiologiche- ovvero momenti di apatia e tristezza che si intervallano a periodi di buon umore e di allegria -che fanno parte della vita di tutti i giorni e possono riguardare chiunque, da quella condizione di costante tristezza, angoscia, insoddisfazione e senso di vuoto, di pessimismo verso se stessi, gli altri e il proprio futuro che permane indipendentemente da fattori esterni. In questi casi la sofferenza diventa insopportabile al punto da comprometterne il funzionamento sociale e lavorativo delle persone e causare isolamento e ritiro sociale 1.

Le persone depresse guardano il mondo attraverso occhiali con lenti scure: la quotidianità diventa opaca e le giornate sembrano montagne insormontabili da scalare 1. Vivono la loro condizione con un senso di colpa, convinti che sia frutto del loro carattere o della loro mancanza di forza di volontà, lontani dalla realtà in quanto tale.

Come si cura

“La depressione è una malattia vera e propria che va curata, esattamente



Più visti



Paragone, Italexit: "Gli errori di Draghi: l'arroganza in politica e l'Italia in... l'incarico"



Attentato terroristico Nord Stream 1 e 2, Jeffrey Sachs (Bl... Polonia) - VIDEO



Gaetano Micciché, Intesa Sanpaolo: "Governo provveda a nuove politich... breve"



Caso Ruby, le intercettazioni tra Ronzulli e Minetti. L'eurodeputata:



Governo, Cruciani: "Nessuno vuole togliere i diritti. F... inoculato" - VIDEO



Ginevra Lamborghini squalificata al Gf Vip: VIDEO. "Mi faccio schifo"



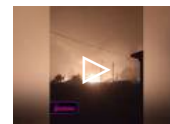
Pioli is on fire quale canzone è? Tutto sul tormentone rossonero: VIDEO



Edoardo Donnamaria bacia Alberto De Pisis e lui va in crisi: VIDEO BACIO



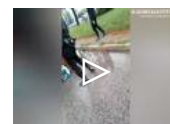
Guerra nucleare, Princeton mostra come una "bomba tattica" cause... VIDEO



Missile in Corea del Sud colpisce una base militare: prima il forte boato poi l'in... VIDEO



Sgarbi: "Il politico più pirla? Di Maio. Letta è il secondo. Per loro nessun ... ESCLUSIVO"



Carabiniere ubriaco barcolla in strada e cade: soccorso dai passanti che... VIDEO

come avviene per le altre patologie - dichiara il Prof. Antonio Vita, Vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia - soprattutto perché dalla depressione si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare significativamente la qualità della vita del paziente. I sintomi possono includere una tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, auto-svalutazione, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito; in questi casi, la prima cosa da fare è quella dirivolgere al medico, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare la persona a un corretto percorso terapeutico. Lo specialista di riferimento per la cura della depressione è lo psichiatra e solitamente il trattamento include la terapia farmacologica, elemento cardine della cura, e la psicoterapia”.

I giovani e la pandemia

Sono ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni sulla depressione, il male oscuro che sta facendo registrare dati preoccupanti tra i giovani italiani, circa 8 milioni e 200 mila ragazzi tra i 12 e i 25 anni, nei quali si assiste a un forte aumento di casi: al 10% già stimato prima della pandemia [ISTAT, 2018], vanno aggiunti i nuovi casi da Covid. Secondo studi recenti il problema riguarda oggi una popolazione molto ampia: un adolescente su quattro ha sintomi clinici di depressione e uno su cinque segni di un disturbo d'ansia.

“Questo fenomeno - commenta il Dr. Mauro Emilio Percudani, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano - è probabilmente associato al diffondersi di stili di vita scorretti - come abuso di alcol e stupefacenti, regimi alimentari sbilanciati - alle trasformazioni sociali delle strutture familiari e amicali e alle trasformazioni tecnologiche che hanno contribuito a far aumentare sentimenti di inadeguatezza e sofferenza psichica. Un insieme di fattori che è stato amplificato da una “sospensione” delle abitudini di vita degli ultimi anni provocata dalla pandemia”

Le cause

Le cause della depressione includono complesse interazioni fra fattori biologici, sociali e psicologici. Generalmente alla base c'è un fattore temperamentale, per cui una persona può essere predisposta a questo genere di disturbi; esperienze negative durante l'infanzia ed eventi di vitastressanti possono agire da detonatore. Sicuramente la genetica influenza il rischio, che è da 2 a 4 volte maggiore nel caso in cui si abbiano dei familiari affetti da depressione 5.

Come comportarsi con chi ne soffre

Nei casi di depressione molto importante il ruolo della famiglia, che deve spronare il familiare che presenta sintomi a rivolgersi al medico di fiducia per essere indirizzato agli specialisti competenti. Inoltre, è molto importante che la famiglia faccia sentire al proprio caro che non è solo, ma anzi che è compreso e supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. Mai sminuire o ridicolizzare le sue emozioni così come non forzarlo a uscire o a praticare attività che non si sente di fare.

“La medicina generale - ribadisce la Dottoressa Daiana Taddeo, Referente Area Nazionale Ricerca SIMG - è da sempre impegnata a cogliere gli aspetti più profondi della persona. Le alterazioni del tono dell'umore oggi rappresentano un problema che colpisce la popolazione di qualsiasi età, ma sono disponibili risposte terapeutiche e strumenti a sostegno del paziente che devono assolutamente essere implementati. È importante uscire dallo stigma e



Sting a Varsavia: "La democrazia è sotto attacco. La guerra in Ucraina è bas... VIDEO



Pioli is on fire quale canzone è? Tutto sul tormentone rossonero: VIDEO



Spogliarello per gli anziani di una casa di riposo, scoppia la polemica: VIDEO



Alluvione nelle Marche causata da un aereo Nato, bufala o verità? Il web g... Video



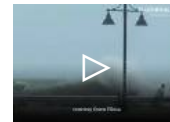
Regina Elisabetta, il furgoncino dei fiori arriva nella residenza reale: VIDEO



Ictus in diretta TV, il VIDEO di Julie Chin mentre avverte il malore... dai colleghi



Schede elettorali per gli italiani all'estero con i "santini" del Pd: il VIDEO denuncia



Uragano Ian, selfie d'avventura mentre l'acqua sommerge il molo di Key ... VIDEO



Il motivo segreto per cui la UE vuol farci mangiare vermi e insetti



Sciopero 7 ottobre 2022 a Milano: mezzi atm, Trenord, Trenitalia, o... garanzia



Franca Fendi, chi è: figli, marito, nipoti, famiglia, patrimonio, età e biografia



Addio a Daniele Ciolli, morto l'attivista per i diritti civili dei disabili p... improvviso



Bergoglio e alcune sue posizioni che puzzano di eresia...

parlare delle nostre emozioni. Il medico di famiglia ascolta, riconosce e prende in carico. Le associazioni, le strutture del territorio, le famiglie, i medici di medicina generale e psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, volontari dei centri di accoglienza: tutto fa rete e ognuno può avere il proprio ruolo nel risolvere la Depressione”.

#OUTOFTHEBLACK è stata l'occasione per rinnovare la collaborazione della Fondazione The Bridge con Angelini Pharma, già sperimentata in altre iniziative di carattere sociale.

“Siamo orgogliosi di affiancare la Fondazione The Bridge in questo progetto di sensibilizzazione – conclude Domenico Lucatelli, Italy Market Access Manager di Angelini Pharma- La nostra Azienda è impegnata da sempre nel campo della salute mentale, attraverso investimenti nella ricerca e in iniziative in grado di migliorare la qualità di vita dei pazienti e di combattere pregiudizi e tabù che ancora oggi purtroppo gravano su chi soffre di queste patologie”.

Bibliografia:

1 _ Institute of Health Metrics and Evaluation. Global Health Data Exchange (GHDx) con accesso il 14/07/2022.

2_ Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder - American Psychiatric Association – 2013

3 _Lancet: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(21\)02143-7/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(21)02143-7/fulltext)

4 _ISTAT, Mental health at various stages of life, 2018

5 _Bassi, Marta, et al. "The relationship between post-traumatic stress and positive mental health symptoms among health workers during COVID-19 pandemic in Lombardy, Italy." Journal of affective disorders 280 (2021): 1-6.

6_Racine, Nicole, et al. "Global prevalence of depressive and anxiety symptoms in children and adolescents during COVID-19: a meta-analysis." JAMA pediatrics 175.11 (2021): 1142-1150.

Fondazione The Bridge

È un soggetto indipendente e senza scopo di lucro che si occupa di politiche sanitarie ed ha come obiettivo la tutela del diritto alla salute. Si pone come tramite tra istituzioni e associazioni di pazienti, società di ricerca scientifica e sociale, accademia, mondo clinico e industria per agevolarne il corretto confronto. I suoi valori fondanti e irrinunciabili sono universalismo, equità, innovazione responsabile, sostenibilità, sensibilizzazione alla diversità, inclusione e pluralismo. Contribuisce al dibattito e al confronto con istituzioni e diversi attori del sistema sociosanitario, elaborando ricerche, indagini, campagne divulgative, organizzando iniziative volte a diffondere temi di interesse sociosanitario di grande attualità, promuovendo il dibattito pubblico grazie agli attori del settore.

In pochi anni si è imposta come punto di riferimento nel dibattito, regionale e nazionale, sui principali temi e problematiche del servizio sanitario nazionale, grazie agli esperti e membri del suo comitato scientifico e l'approfondito lavoro di ricerca e analisi. Punti di forza del suo lavoro sono i dossier e le ricerche in cui raccoglie i propri lavori, preziosi strumenti per comprendere la realtà, orientare le politiche e informare i cittadini, nonché l'organizzazione di consensus conference, convegni scientifici, momenti di confronto e corsi di formazione condotti da personalità altamente qualificate.

Ufficio stampa

GAS Communication



Valentina Persia, chi è: figli, compagno, marito, vita privata, dimagrita... barzellette



Grande Fratello non si vede, oscurato o problemi di diretta? Perché non va in onda



Amedeo Grieco, tutto sul comico del duo Pio e Amedeo e la ripartenza... Emigratis



Chi è uscito ieri sera al Grande Fratello Vip: eliminato e nomination 3 o... 2022



Giampiero Ventrone, chi è l'ex preparatore atletico della Juventus: c... e malattia



Il motivo segreto per cui la UE vuol farci mangiare vermi e insetti



Manuel Achille Vallicella suicida? La vera causa della morte e le voci sulla malattia



La Regina Elisabetta è morta alle 15:47 (ora inglese): dopo le 18 l'annuncio ufficiale



Regina Elisabetta: la causa morte della sovrana e le voci sulla malattia



Chi è uscito ieri sera al Grande Fratello Vip: eliminato e nomination 3 o... 2022



Gas, camino e stufa a legna come alternativa? Vietati in quasi tutt... 5000 euro



Sciopero 16 settembre 2022: orari, Atm, Trenord, Actv e motivazioni



Chi è uscito dal Grande Fratello Vip ieri sera: eliminato e nom... settembre 2022



Pierpaolo Cariddi, chi

Mara Cochetti – Rita Cicchetti

Tel 347 8524261 – 349 4246236

m.cochetti@aimcommunication.eu

r.cicchetti@aimcommunication.eu

Seguici su



Tags: [adnkronos](#) [i comunicati](#)

Commenti

[Scrivi/Scopri i commenti](#) ▾

Vedi anche [outbrain](#) ▶

Gf Vip, proposta di matrimonio a Francesca Cipriani: Alessandro Rossi le dà l'anello-
VIDEO

Giuseppe Conte, comizio affollatissimo. L'ira dei cantanti: "Allora da domani capienze
normali?". VIDEO



è il sindaco di Otranto
arrestato: partito
politico, cv, mog... figli



Le indagini di Lolita
Lobosco 2: quante
puntate, trama, storia
vera, cast, quand... esce



Roncadelle (BS), il
caso Marius Bruma.
L'avv. Scapaticci: "Un
p... vita" - ESCLUSIVA



Giornata mondiale
degli insegnanti: frasi,
immagini, auguri,
doodle Google



Green Arrow
acquisisce la
maggioranza di
Rich... nel settore Food



GroupM, Acceleration
arriva in Italia: il
nuovo volto di
GroupM Con... Milano



Milan Fintech
Summit 2022, dal
2018 al 2021+28%
aziende Fintech in



Guerra in Ucraina,
Zelensky lancia
sondaggio su Twitter:
"Elon Musk... accordo"



Eataly approda a
Verona: una nuova
sinergia tra arte e cibo
apre le po... GALLERY



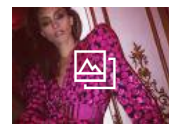
Enel, "Sali a bordo del
futuro":
elettrificazione dei
porti e dell... ecologica



ASviS, spingere sulle
fonti rinnovabili
contro la crisi e per la
transizione ecologica



ADR, a Fiumicino
inaugurato primo
vertipuerto italiano:
effettua... equipaggiato



Ines Rau, la fidanzata
di Mbappè: è stata la
prima trans in
copertina su Playboy



Regina Elisabetta, la

LINK: <https://www.lasicilia.it/ultimiaggiornamenti/news/uscire-dalla-depressione-e-possibile-1892055/>

LA SICILIA

Catania Agrigento Caltanissetta Enna Messina Palermo R

ULTIMI AGGIORNAMENTI

Uscire dalla depressione è possibile

Di **Redazione** | 06 ott 2022



Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione
#OUTOFTHEBLACK

- Lo street artist Lucamaleonte trasforma il buco nero della depressione in un bouquet fiorito per rappresentare la rinascita dal male oscuro
- Uscire dal buco nero della depressione è possibile, ma serve chiedere aiuto
- Secondo l'ISTAT, nel nostro Paese, 3.5 milioni ne soffrono ma solo il 50% riceve diagnosi corretta e 1 paziente su 3 cure adeguate
- Secondo studi recenti 1 adolescente su 4 soffre di depressione

Milano, 6 ottobre 2022. In occasione della Giornata Mondiale della Salute che si celebra il 10 di ottobre, Fondazione The Bridge lancia #OUTOFTHEBLACK, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione realizzata con il contributo non condizionato di Angelini Pharma. L'iniziativa, che ha ottenuto il patrocinio della Società Italiana di Medicina Generale (SIMG), della Società Italiana di Psichiatria (SIP), della Sezione Regionale Lombardia della SIP (SIP-LO) e del Municipio 8 di Milano, prevede la realizzazione di un' articolata campagna sui social Facebook e Instagram e sul sito internet di Fondazione The Bridge con informazioni concrete sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari.

L'opera di street art

Non bisogna aver paura di chiedere aiuto: dalla depressione è possibile guarire. #OUTOFTHEBLACK nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora oggi circonda questa patologia. La depressione è come un buco nero in cui si precipita senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto. Tutto è iniziato in una piazza periferica di Milano (Metro Bonola) dove Lucamaleonte, noto streetartist, ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, lo streetartist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia. L'opera è diventata il simbolo della

lotta alla depressione e alla tendenza a sminuire questa patologia. “Siamo lieti che il nostro territorio sia stato scelto per portare avanti un messaggio così forte e importante – dichiara Giulia Pelucchi, Presidente del Municipio 8. Il nostro impegno per la salute mentale è stato un crescendo e auspichiamo che un’iniziativa di tale impatto possa dare la giusta attenzione ad un tema oggi ancor più urgente”.

I numeri

L'OMS stima che la depressione sia una delle principali cause di disabilità a livello globale, colpendo circa 280 milioni di persone, ossia il 5% della popolazione adulta 1, e in misura superiore di 2/3 volte le donne rispetto agli uomini 2. Durante l'emergenza Covid la prevalenza di ansia e depressione ha fatto registrare aumenti record, pari al 25% 3.

In Italia

In Italia la depressione è il più diffuso disturbo della salute mentale e riguarda 3,5 milioni di persone, ma, secondo un'indagine ISTAT, si stima che meno del 50% riceva una diagnosi corretta e solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate 4. In Italia

Lo stigma

“Sono troppo poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto al trattamento della depressione - afferma Rosaria Iardino, Presidente di Fondazione The Bridge - Vige ancora un forte stigma verso la malattia; i pregiudizi rispetto alle possibilità di cura, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli principali che impediscono l'accesso a percorsi terapeutici adeguati. Per questo è così importante far luce su questa malattia ed è fondamentale rafforzare la rete sul territorio tra tutti gli operatori che ogni giorno entrano in contatto con persone che soffrono di questo genere di disturbi”.

Assessore Bertolé

L'endorsement alla campagna #OUTOFTHEBLACK è arrivato anche dal Comune di Milano.

“Noi - dichiara l'assessore al Welfare e Salute del Comune di Milano Lamberto Bertolé - pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell'ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica. Perché questo accada è necessario però che il benessere psicologico diventi una priorità per tutti. Ben vengano quindi iniziative di sensibilizzazione come quella della Fondazione The Bridge, che prova a superare lo stigma che ancora colpisce chi vive una condizione di fragilità o di patologia mentale, normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico”.

Cos'è la depressione

È bene distinguere tra le cosiddette emozioni fisiologiche- ovvero momenti di apatia e tristezza che si intervallano a periodi di buon umore e di allegria -che fanno parte della vita di tutti i giorni e possono riguardare chiunque, da quella condizione di costante tristezza, angoscia, insoddisfazione e senso di vuoto, di pessimismo verso se stessi, gli altri e il proprio futuro5che permane indipendentemente da fattori esterni. In questi casi la sofferenza diventa

insopportabile al punto da comprometterne il funzionamento sociale e lavorativo delle persone e causare isolamento e ritiro sociale 1.

Le persone depresse guardano il mondo attraverso occhiali con lenti scure: la quotidianità diventa opaca e le giornate sembrano montagne insormontabili da scalare¹. Vivono la loro condizione con un senso di colpa, convinti che sia frutto del loro carattere o della loro mancanza di forza di volontà, lontani dalla realtà in quanto tale.

Come si cura

“La depressione è una malattia vera e propria che va curata, esattamente come avviene per le altre patologie - dichiara il Prof. Antonio Vita, Vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia- soprattutto perché dalla depressione si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare significativamente la qualità della vita del paziente. I sintomi possono includere una tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, auto-svalutazione, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito; in questi casi, la prima cosa da fare è quella dirivolgarsi al medico, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare la persona a un corretto percorso terapeutico. Lo specialista di riferimento per la cura della depressione è lo psichiatra e solitamente il trattamento include la terapia farmacologica, elemento cardine della cura, e la psicoterapia”.

I giovani e la pandemia

Sono ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni sulla depressione, il male oscuro che sta facendo registrare dati preoccupanti tra i giovani italiani, circa 8 milioni e 200 mila ragazzi tra i 12 e i 25 anni, nei quali si assiste a un forte aumento di casi: al 10% già stimato prima della pandemia [ISTAT, 2018¹], vanno aggiunti i nuovi casi da Covid. Secondo studi recenti⁶ il problema riguarda oggi una popolazione molto ampia: un adolescente su quattro ha sintomi clinici di depressione e uno su cinque segni di un disturbo d'ansia.

“Questo fenomeno - commenta il Dr. Mauro Emilio Percudani, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano - è probabilmente associato al diffondersi di stili di vita scorretti - come abuso di alcol e stupefacenti, regimi alimentari sbilanciati - alle trasformazioni sociali delle strutture familiari e amicali e alle trasformazioni tecnologiche che hanno contribuito a far aumentare sentimenti di inadeguatezza e sofferenza psichica. Un insieme di fattori che è stato amplificato da una “sospensione” delle abitudini di vita degli ultimi anni provocata dalla pandemia”

Le cause

Le cause della depressione includono complesse interazioni fra fattori biologici, sociali e psicologici. Generalmente alla base c'è un fattore temperamentale, per cui una persona può essere predisposta a questo genere di disturbi; esperienze negative durante l'infanzia ed eventi di vitastressanti possono agire da detonatore. Sicuramente la genetica influenza il rischio, che è da 2 a 4 volte maggiore nel caso in cui si abbiano dei familiari affetti da depressione 5.

Come comportarsi con chi ne soffre

Nei casi di depressione molto importante il ruolo della famiglia, che deve

spronare il familiare che presenta sintomi a rivolgersi al medico di fiducia per essere indirizzato agli specialisti competenti. Inoltre, è molto importante che la famiglia faccia sentire al proprio caro che non è solo, ma anzi che è compreso e supportato come lo sarebbe per qualunque altra patologia. Mai sminuire o ridicolizzare le sue emozioni così come non forzarlo a uscire o a praticare attività che non si sente di fare.

“La medicina generale – ribadisce la Dottoressa Daiana Taddeo, Referente Area Nazionale RicercaSIMG - è da sempre impegnata a cogliere gli aspetti più profondi della persona. Le alterazioni del tono dell'umore oggi rappresentano un problema che colpisce la popolazione di qualsiasi età, ma sono disponibili risposte terapeutiche e strumenti a sostegno del paziente che devono assolutamente essere implementati. È importante uscire dallo stigma e parlare delle nostre emozioni. Il medico di famiglia ascolta, riconosce e prende in carico. Le associazioni, le strutture del territorio, le famiglie, i medici di medicina generale e psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, volontari dei centri di accoglienza: tutto fa rete e ognuno può avere il proprio ruolo nel risolvere la Depressione”.

#OUTOFTHEBLACK è stata l'occasione per rinnovare la collaborazione della Fondazione The Bridge con Angelini Pharma, già sperimentata in altre iniziative di carattere sociale.

“Siamo orgogliosi di affiancare la Fondazione The Bridge in questo progetto di sensibilizzazione – conclude Domenico Lucatelli, Italy Market Access Manager di Angelini Pharma- La nostra Azienda è impegnata da sempre nel campo della salute mentale, attraverso investimenti nella ricerca e in iniziative in grado di migliorare la qualità di vita dei pazienti e di combattere pregiudizi e tabù che ancora oggi purtroppo gravano su chi soffre di queste patologie”.

Bibliografia:

- 1 _ Institute of Health Metrics and Evaluation. Global Health Data Exchange (GHDx) con accesso il 14/07/2022.
- 2_ Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder - American Psychiatric Association – 2013
- 4_ISTAT, Mental health at various stages of life, 2018
- 5 _Bassi, Marta, et al. "The relationship between post-traumatic stress and positive mental health symptoms among health workers during COVID-19 pandemic in Lombardy, Italy." *Journal of affective disorders* 280 (2021): 1-6.
- 6_Racine, Nicole, et al. "Global prevalence of depressive and anxiety symptoms in children and adolescents during COVID-19: a meta-analysis." *JAMA pediatrics* 175.11 (2021): 1142-1150.

Fondazione The Bridge

È un soggetto indipendente e senza scopo di lucro che si occupa di politiche sanitarie ed ha come obiettivo la tutela del diritto alla salute. Si pone come tramite tra istituzioni e associazioni di pazienti, società di ricerca scientifica e sociale, accademia, mondo clinico e industria per agevolare il corretto confronto. I suoi valori fondanti e irrinunciabili sono universalismo, equità, innovazione responsabile, sostenibilità, sensibilizzazione alla diversità, inclusione e pluralismo. Contribuisce al dibattito e al confronto con istituzioni e

diversi attori del sistema sociosanitario, elaborando ricerche, indagini, campagne divulgative, organizzando iniziative volte a diffondere temi di interesse sociosanitario di grande attualità, promuovendo il dibattito pubblico grazie agli attori del settore.

In pochi anni si è imposta come punto di riferimento nel dibattito, regionale e nazionale, sui principali temi e problematiche del servizio sanitario nazionale, grazie agli esperti e membri del suo comitato scientifico e l'approfondito lavoro di ricerca e analisi. Punti di forza del suo lavoro sono i dossier e le ricerche in cui raccoglie i propri lavori, preziosi strumenti per comprendere la realtà, orientare le politiche e informare i cittadini, nonché l'organizzazione di consensus conference, convegni scientifici, momenti di confronto e corsi di formazione condotti da personalità altamente qualificate.

Ufficio stampa

GAS Communication

Mara Cochetti – Rita Cicchetti

Tel 347 8524261 – 349 4246236

COPYRIGHT LASICILIA.IT © RIPRODUZIONE RISERVATA

Di più su questi argomenti:

[COMUNICATI](#) [ULTIMAORA](#) [SALUTE-E-BENESSERE](#)



Ricevi le nostre ultime notizie da Google News: clicca su SEGUICI, poi nella nuova schermata clicca sul pulsante con la stella!

SEGUICI



WhatsApp

Segnalazioni, foto e video LoDico: clicca su INVIA, e sarai in contatto col nostro Team.

INVIA

Più letti



FOGGIA
Ucciso il padre del killer
del figlio del boss del
Foggiano



**SANTA DOMENICA
VITTORIA**
I furbetti del cartellino:
timbravano il badge e
andavano in auto a
dormire o a fare la
spesa



CALTANISSETTA

Incidente sulla Ss 626 della Valle del Salso, camion giù dal viadotto: si aggrava il bilancio, due i morti



L'OPERAZIONE

Il traffico di droga sull'asse Catania-Taormina e il blitz della Gdf: tutti i nomi degli arrestati



TRAPANI

Neonato abbandonato in un sacchetto di plastica a Paceco: il piccolo sta bene



LA STORIA

Catania, bollette da 10mila euro al mese e prezzo del grano alle stelle: chiude storico panificio



IL CASO

Romina Power diffida Domenica In e Mara Venier. Lecciso stoppata: «Non nominarla, se no ci querela»

IL GIORNALE DI OGGI

SFOGLIA

ABBONATI

Video



Operazione contro la



Un medico acese nella Brigata Aosta in Libano per curare



L'INTERVISTA
Margareth Madè e la sua Sicilia: «Quest'isola è come una foto bellissima, ma sfocata in certi punti»

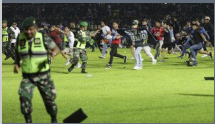
Video dalla rete



Lotto, 10eLotto e Superenalotto: le estrazioni di oggi 4 ottobre 2022



Assisi, presidente Mattarella ha acceso la lampada votiva



Calcio e violenza, il video degli scontri in Indonesia: una delle tragedie più gravi storia, oltre 100 i morti



Lotto, 10eLotto e Superenalotto: le estrazioni e le quote del 1 ottobre 2022

Adnkronos



Haier AC Italy, TikTok academy per avvicinare ragazzi e aziende con tecnologia

LA SICILIA

La radiologia del futuro,
al via il 50° Congresso
Sirm

LA SICILIA

Unicusano, nel
Metaverso con attività
didattiche e realtà
virtuale

LA SICILIA

Geotab nominata per la
terza volta primo
fornitore di telematica
per veicoli commerciali
a livello mondiale da ABI
Research

LA SICILIA

Milano, da oggi si può
visitare anche in
monopattino e bici
elettrica

LA SICILIA

Auto: a settembre 110.976
immatricolazioni
(+5,37%)

PREVISIONI METEO

Cerca la tua località...

CERCA

Gio 06 Ven 07 Sab 08 Dom 09 >>

Aggiornato il 06-10-2022 15:16



© Previsioni a cura di Centro Meteo Italiano

by lasiciliait



La Sicilia



TORNA SU

[Resta aggiornato](#) [@WhatsApp](#) [Contatti](#) [Privacy](#) [Chi siamo](#) [In Edicola](#) [Pubblicità](#) [App@Android](#) [App@IoS](#) [Libri DSE](#)

[Community](#) [PSR-SICILIA](#)

Copyright © 2020 LASICILIA.IT. Domenico Sanfilippo Editore SOCIETA' PER AZIONI P.I. 03133580872 All rights reserved. Powered by [D-Share](#)

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

LINK: <https://www.siciliareport.it/adnkronos-news/immediapress/uscire-dalla-depressione-e-possibile/>

20.4 °C
Catania

venerdì, Ottobre 7, 2022

Home SEZIONI Sport Psicologica Salute e Benessere Spettacoli Editoria Video

f @ in t v

STUDIO MEDICO DENTISTICO

DOTT.SSA  MONTALTO

MEDICO CHIRURGO - ODONTOIATRA

Sedazione Cosciente ed Anestesia Digitale
Gnatologia e Posturologia
Medicina Manuale
Implantologia Computerizzata
Endodonzia e Conservativa in Microscopia
Ortodonzia e Pedodonzia

VIA GIACOMO LEOPARDI, 41 (CT) - TEL/FAX 095 551096-380 7214481 - WWW.MARIAMONTALTO.COM



NOTIZIE

DALLA SICILIA



Sicilian Food Rubriche

Home > Adnkronos news > Immediapress > Uscire dalla depressione è possibile

Adnkronos news Immediapress

Uscire dalla depressione è possibile

 6 Ottobre 2022
Di Adnkronos

Le Novità di Naos

le culture

il Mensile di

Naos Edizioni

Il mensile di cultura e attualità con articoli inediti

- Advertisement -



La vignetta di SR.it

viva_la_pace_albero_vita

Sicilia Report TV

Spaccio di droga nel casertano, otto misure cautelari

Italpress Video - 4 ore fa

(Adnkronos) -
Fondazione The Bridge lancia la campagna di sensibilizzazione sulla depressione

Pubblicità

#OUTOFTHEBLACK

- Lo street artist Lucamaleonte trasforma il buco nero della depressione in un bouquet fiorito per rappresentare la rinascita dal male oscuro
- Uscire dal buco nero della depressione è possibile, ma serve chiedere aiuto
- Secondo l'ISTAT, nel nostro Paese, 3.5 milioni ne soffrono ma solo il 50% riceve diagnosi corretta e 1 paziente su 3 cure adeguate
- Secondo studi recenti 1 adolescente su 4 soffre di depressione

Milano, 6 ottobre 2022. In occasione della Giornata Mondiale della Salute che si celebra il 10 di

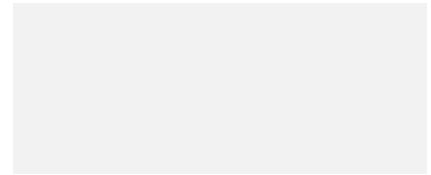
ottobre, Fondazione The Bridge lancia #OUTOFTHEBLACK, la campagna di sensibilizzazione sulla depressione realizzata con il contributo non condizionato di Angelini Pharma. L'iniziativa, che ha ottenuto il patrocinio della Società Italiana di Medicina Generale (SIMG), della Società Italiana di Psichiatria (SIP), della Sezione Regionale Lombardia della SIP (SIP-LO) e del Municipio 8 di Milano, prevede la realizzazione di un'articolata campagna sui social Facebook e Instagram e sul sito internet di Fondazione The Bridge con informazioni concrete sulla depressione e utili consigli su come affrontarla, sia per il paziente che per i familiari.

L'opera di street art

Non bisogna aver paura di chiedere aiuto: dalla depressione è possibile guarire. #OUTOFTHEBLACK nasce proprio per rompere il silenzio e lo stigma che ancora oggi circonda questa patologia. La depressione è come un buco nero in cui si precipita senza possibilità di uscita. È necessario invece sottolineare come uscire dal buco nero sia possibile, ma solo se si chiede aiuto. Tutto è iniziato in una piazza periferica di Milano (Metro Bonola) dove Lucamaleonte, noto street artist, ha riprodotto il buco nero della depressione. Dopo una settimana, sempre di notte, lo street artist ha trasformato il buco nero realizzando una sua opera d'arte ispirata al concetto di rinnovo e rinascita, un soggetto floreale che rappresenta la rinascita per antonomasia. L'opera è diventata il simbolo della lotta alla depressione e alla tendenza a sminuire questa patologia. "Siamo lieti che il nostro territorio sia stato scelto per portare avanti un messaggio così forte e importante – dichiara Giulia Pelucchi, Presidente del Municipio 8. Il nostro impegno per la salute mentale è stato un crescendo e auspichiamo che un'iniziativa di tale impatto possa dare la giusta attenzione ad un tema oggi ancor più urgente".

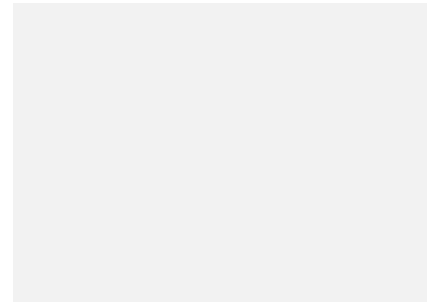
I numeri

L'OMS stima che la depressione sia una delle principali cause di disabilità a livello globale, colpendo circa 280 milioni di persone, ossia il 5% della popolazione adulta 1, e in misura superiore di 2/3 volte le donne rispetto agli uomini 2. Durante l'emergenza



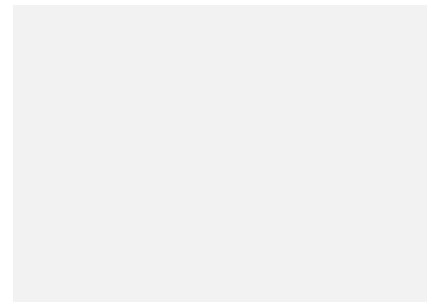
Ue, Mattarella "Indifferibili soluzioni per sicurezza"

Italpress Video - 4 ore fa



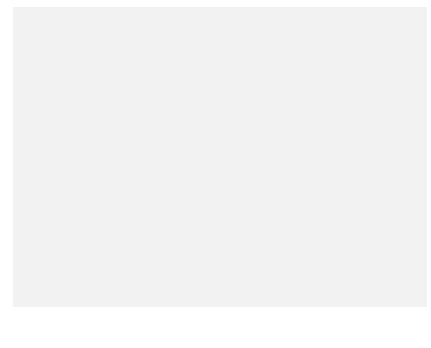
Tg Economia – 6/10/2022

Italpress Video - 5 ore fa



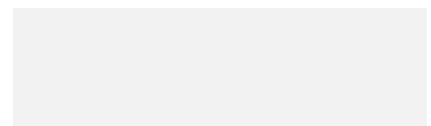
Transizione energetica, partnership fra Terna e Università di Stanford

Italpress Video - 6 ore fa



Il taxi volante diventa realtà ed è elettrico

Italpress Video - 6 ore fa



Covid la prevalenza di ansia e depressione ha fatto registrare aumenti record, pari al 25% 3.

In Italia

In Italia la depressione è il più diffuso disturbo della salute mentale e riguarda 3,5 milioni di persone, ma, secondo un'indagine ISTAT, si stima che meno del 50% riceva una diagnosi corretta e solo 1 paziente su 3 ottenga cure adeguate 4. In Italia

Lo stigma

"Sono troppo poche le persone che si rivolgono allo specialista per un supporto al trattamento della depressione – afferma Rosaria Iardino, Presidente di Fondazione The Bridge – Vige ancora un forte stigma verso la malattia; i pregiudizi rispetto alle possibilità di cura, il timore di chiedere aiuto e la scarsa conoscenza, sono tra gli ostacoli principali che impediscono l'accesso a percorsi terapeutici adeguati. Per questo è così importante far luce su questa malattia ed è fondamentale rafforzare la rete sul territorio tra tutti gli operatori che ogni giorno entrano in contatto con persone che soffrono di questo genere di disturbi".

Assessore Bertolé

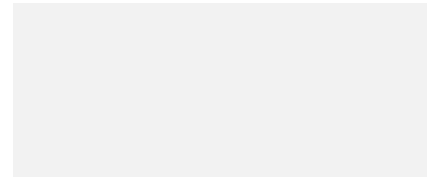
L'endorsement alla campagna #OUTOFTHEBLACK è arrivato anche dal Comune di Milano.

"Noi – dichiara l'assessore al Welfare e Salute del Comune di Milano Lamberto Bertolé – pensiamo che la salute mentale non debba essere considerata un argomento di serie B, ma che, nell'ambito del nostro sistema sanitario, debba avere la stessa tutela dedicata a quella fisica. Perché questo accada è necessario però che il benessere psicologico diventi una priorità per tutti. Ben vengano quindi iniziative di sensibilizzazione come quella della Fondazione The Bridge, che prova a superare lo stigma che ancora colpisce chi vive una condizione di fragilità o di patologia mentale, normalizzando la necessità di prendersi cura del proprio benessere psicologico".

Cos'è la depressione

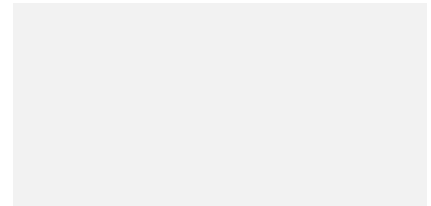
È bene distinguere tra le cosiddette emozioni fisiologiche- ovvero momenti di apatia e tristezza che si intervallano a periodi di buon umore e di allegria -che fanno parte della vita di tutti i giorni e possono riguardare chiunque, da quella condizione di costante tristezza, angoscia, insoddisfazione e senso di vuoto, di pessimismo verso se stessi, gli altri e il proprio futuro5che permane indipendentemente da fattori esterni. In questi casi la sofferenza diventa insopportabile al punto da comprometterne il funzionamento sociale e lavorativo delle persone e causare isolamento e ritiro sociale 1.

Le persone depresse guardano il mondo attraverso occhiali con lenti scure: la quotidianità diventa opaca e le giornate sembrano montagne insormontabili da scalare1. Vivono la loro condizione con un senso di colpa, convinti che sia frutto del loro carattere o della loro mancanza di forza di volontà, lontani dalla realtà in quanto tale.



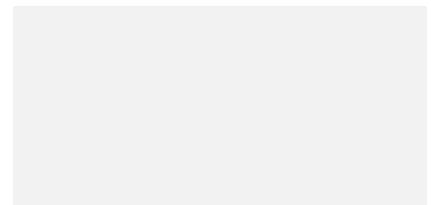
Carica altri ▾

ULTIMISSIME



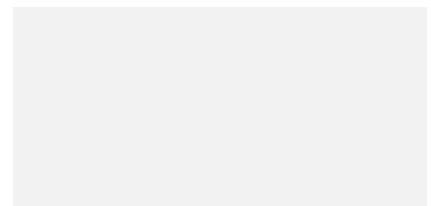
SpaceX, capsula Crew Dragon si aggancia alla Iss

Adnkronos - 7 Ottobre 2022



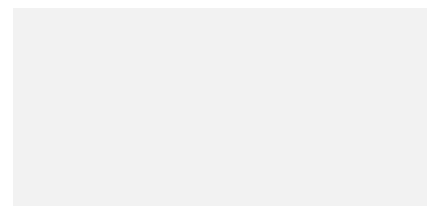
Governo Meloni, resta nodo Ronzulli. Tajani in pole per Esteri

Adnkronos - 7 Ottobre 2022



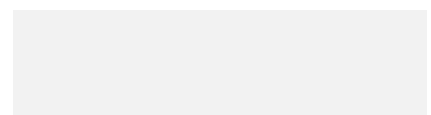
Crisi energia, Ue avanti contro i rincari

Adnkronos - 7 Ottobre 2022



Usa, due morti accoltellati in strada a Las Vegas

Adnkronos - 7 Ottobre 2022



Come si cura

“La depressione è una malattia vera e propria che va curata, esattamente come avviene per le altre patologie – dichiara il Prof. Antonio Vita, Vicepresidente Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Servizi per le Dipendenze Spedali Civili di Brescia- soprattutto perché dalla depressione si può guarire o, nei casi più gravi, si può migliorare significativamente la qualità della vita del paziente. I sintomi possono includere una tristezza persistente, la perdita di interesse verso le attività quotidiane, auto-svalutazione, agitazione o rallentamento, alterazioni del sonno e dell'appetito; in questi casi, la prima cosa da fare è quella di rivolgersi al medico, che saprà valutare con precisione il disturbo e avviare la persona a un corretto percorso terapeutico. Lo specialista di riferimento per la cura della depressione è lo psichiatra e solitamente il trattamento include la terapia farmacologica, elemento cardine della cura, e la psicoterapia”.

I giovani e la pandemia

Sono ancora troppi i falsi miti e i luoghi comuni sulla depressione, il male oscuro che sta facendo registrare dati preoccupanti tra i giovani italiani, circa 8 milioni e 200 mila ragazzi tra i 12 e i 25 anni, nei quali si assiste a un forte aumento di casi: al 10% già stimato prima della pandemia [ISTAT, 20181], vanno aggiunti i nuovi casi da Covid. Secondo studi recenti⁶ il problema riguarda oggi una popolazione molto ampia: un adolescente su quattro ha sintomi clinici di depressione e uno su cinque segni di un disturbo d'ansia.

“Questo fenomeno – commenta il Dr. Mauro Emilio Percudani, Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze, Ospedale Niguarda di Milano – è probabilmente associato al diffondersi di stili di vita scorretti – come abuso di alcol e stupefacenti, regimi alimentari sbilanciati – alle trasformazioni sociali delle strutture familiari e amicali e alle trasformazioni tecnologiche che hanno contribuito a far aumentare sentimenti di inadeguatezza e sofferenza psichica. Un insieme di fattori che è stato amplificato da una “sospensione” delle abitudini di vita degli ultimi anni provocata dalla pandemia”

Le cause

Le cause della depressione includono complesse interazioni fra fattori biologici, sociali e psicologici. Generalmente alla base c'è un fattore temperamentale, per cui una persona può essere predisposta a questo genere di disturbi; esperienze negative durante l'infanzia ed eventi di vita stressanti possono agire da detonatore. Sicuramente la genetica influenza il rischio, che è da 2 a 4 volte maggiore nel caso in cui si abbiano dei familiari affetti da depressione 5.

Come comportarsi con chi ne soffre

Nei casi di depressione molto importante il ruolo della famiglia, che deve spronare il familiare che presenta sintomi a rivolgersi al medico di fiducia per essere indirizzato agli specialisti competenti. Inoltre, è molto importante che la famiglia faccia sentire al proprio caro che non è solo, ma anzi che è compreso e supportato come lo sarebbe

Hunter Biden, Washington Post: “Da Federali prove per incriminarlo”

Adnkronos - 7 Ottobre 2022

Pensioni, Proietti (Uil): “Diremo al governo che 41 anni di contributi...”

Adnkronos - 7 Ottobre 2022

Loy (Civ Inail): “Trend infortuni preoccupa nonostante passi avanti in alcuni...”

Adnkronos - 7 Ottobre 2022

Haier AC Italy, TikTok academy per avvicinare ragazzi e aziende con...

Adnkronos - 7 Ottobre 2022

Carica altri ▾

Dona per un'informazione libera

Codice QR

Scannerizza QR code

Oppure vai a questo [link](#)

EVENTI

per qualunque altra patologia. Mai sminuire o ridicolizzare le sue emozioni così come non forzarlo a uscire o a praticare attività che non si sente di fare.

“La medicina generale – ribadisce la Dottoressa Daiana Taddeo, Referente Area Nazionale Ricerca

SIMG – è da sempre impegnata a cogliere gli aspetti più profondi della persona. Le alterazioni del tono dell’umore oggi rappresentano un problema che colpisce la popolazione di qualsiasi età, ma sono disponibili risposte terapeutiche e strumenti a sostegno del paziente che devono assolutamente essere implementati. È importante uscire dallo stigma e parlare delle nostre emozioni. Il medico di famiglia ascolta, riconosce e prende in carico. Le associazioni, le strutture del territorio, le famiglie, i medici di medicina generale e psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, volontari dei centri di accoglienza: tutto fa rete e ognuno può avere il proprio ruolo nel risolvere la Depressione”.

#OUTOFTHEBLACK è stata l’occasione per rinnovare la collaborazione della Fondazione The Bridge con Angelini Pharma, già sperimentata in altre iniziative di carattere sociale.

“Siamo orgogliosi di affiancare la Fondazione The Bridge in questo progetto di sensibilizzazione – conclude Domenico Lucatelli, Italy Market Access Manager di Angelini Pharma- La nostra Azienda è impegnata da sempre nel campo della salute mentale, attraverso investimenti nella ricerca e in iniziative in grado di migliorare la qualità di vita dei pazienti e di combattere pregiudizi e tabù che ancora oggi purtroppo gravano su chi soffre di queste patologie”.

Bibliografia:

1 _ Institute of Health Metrics and Evaluation. Global Health Data Exchange (GHDx) con accesso il 14/07/2022.

2_ Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder – American Psychiatric Association – 2013

3_Lancet: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(21\)02143-7/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(21)02143-7/fulltext)

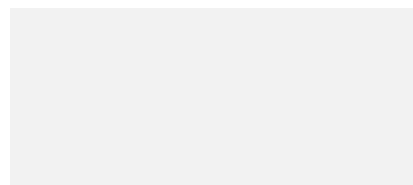
4_ISTAT, Mental health at various stages of life, 2018

5 _Bassi, Marta, et al. “The relationship between post-traumatic stress and positive mental health symptoms among health workers during COVID-19 pandemic in Lombardy, Italy.” Journal of affective disorders 280 (2021): 1-6.

6_Racine, Nicole, et al. “Global prevalence of depressive and anxiety symptoms in children and adolescents during COVID-19: a meta-analysis.” JAMA pediatrics 175.11 (2021): 1142-1150.

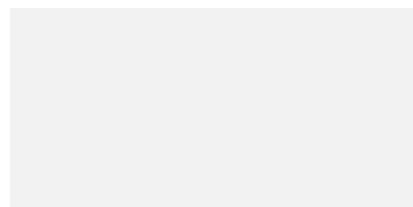
Fondazione The Bridge

È un soggetto indipendente e senza scopo di lucro che si occupa di politiche sanitarie ed ha come obiettivo la tutela del diritto alla salute. Si pone come tramite tra



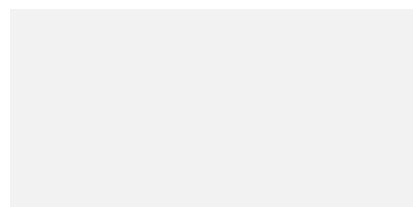
Al via la nuova stagione del Teatro Musco, grandi eventi nazionali...

Redazione CT - 5 Ottobre 2022



Presentato il percorso del IV Forum nazionale di Etica Civile

Redazione PA - 4 Ottobre 2022



L'artista visivo Dominique Robin con l'Accademia di Belle Arti in mostra...

Redazione CT - 4 Ottobre 2022

Carica altri ▾

istituzioni e associazioni di pazienti, società di ricerca scientifica e sociale, accademia, mondo clinico e industria per agevolare il corretto confronto. I suoi valori fondanti e irrinunciabili sono universalismo, equità, innovazione responsabile, sostenibilità, sensibilizzazione alla diversità, inclusione e pluralismo. Contribuisce al dibattito e al confronto con istituzioni e diversi attori del sistema sociosanitario, elaborando ricerche, indagini, campagne divulgative, organizzando iniziative volte a diffondere temi di interesse sociosanitario di grande attualità, promuovendo il dibattito pubblico grazie agli attori del settore.

In pochi anni si è imposta come punto di riferimento nel dibattito, regionale e nazionale, sui principali temi e problematiche del servizio sanitario nazionale, grazie agli esperti e membri del suo comitato scientifico e l'approfondito lavoro di ricerca e analisi. Punti di forza del suo lavoro sono i dossier e le ricerche in cui raccoglie i propri lavori, preziosi strumenti per comprendere la realtà, orientare le politiche e informare i cittadini, nonché l'organizzazione di consensus conference, convegni scientifici, momenti di confronto e corsi di formazione condotti da personalità altamente qualificate.

Ufficio stampa

GAS Communication

Mara Cochetti – Rita Cicchetti

Tel 347 8524261 – 349 4246236

m.cochetti@aimcommunication.eu

r.cicchetti@aimcommunication.eu



Sostieni siciliareport.it:

Non faremo mai pagare



le nostre notizie

Siamo un gruppo indipendente e sostenerci significa avere un giornale ricco d'informazione e

libero

Sostienici al costo di un caffè



haos
edizioni

Grazie

PAGAMENTI SICURI CON PayPal



PUOI PAGARE SICURO ANCHE CON LA CARTA DI CREDITO
NON E' NECESSARIO UN ACCOUNT CON PAYPAL

Clicca per una donazione

TAGS Immediapress

Articolo precedente

In arrivo il più piccolo 'salvavita' cuore-polmoni

Articolo successivo

MCLAREN INDEPENDENT INVESTIGATION
TEAM DELIVERS YEREVAN BOXING
CHAMPIONSHIPS REPORT



Adnkronos

<https://www.adnkronos.com/>

LINK: <https://www.tarantobuonasera.it/adn/uscire-dalla-depressione-e-possibile/>



.eague, il Var ferma la Lazio, con lo Sturm Graz è solo 0-0

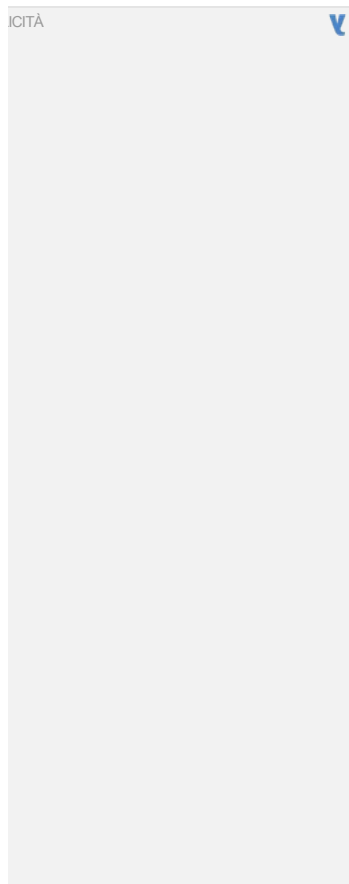
PUBBLICITÀ



ibile

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

...ne è possibile



...ncia la campagna di sensibilizzazione

...il buco nero della depressione in un
...scita dal male oscuro

...è possibile, ma serve chiedere aiuto

...milioni ne soffrono ma solo il 50%
...3 cure adeguate

...14 soffre di depressione

...a Giornata Mondiale della Salute che si
...bridge lancia #OUTOFTHEBLACK, la
...essione realizzata con il contributo non
...iva, che ha ottenuto il patrocinio della
...MG), della Società Italiana di Psichiatria
...a della SIP (SIP-LO) e del Municipio 8
...articolata campagna sui social

di Fondazione The Bridge con
e utili consigli su come affrontarla, sia

o: dalla depressione è possibile
rio per rompere il silenzio e lo stigma
ia. La depressione è come un buco
li uscita. È necessario invece
ia possibile, ma solo se si chiede aiuto.
Milano (Metro Bonola) dove
tutto il buco nero della depressione.
streetartist ha trasformato il buco nero
il concetto di rinnovo e rinascita, un
scita per antonomasia. L'opera è
issione e alla tendenza a sminuire
o territorio sia stato scelto per portare
nte – dichiara Giulia Pelucchi,
gno per la salute mentale è stato un
a di tale impatto possa dare la giusta
gente”.

delle principali cause di disabilità a
di persone, ossia il 5% della
re di 2/3 volte le donne rispetto agli
prevalenza di ansia e depressione ha
i% 3.

turbo della salute mentale e riguarda
lagine ISTAT, si stima che meno del
1 paziente su 3 ottenga cure adeguate

olgono allo specialista per un supporto
ia Rosaria Iardino, Presidente di
i forte stigma verso la malattia; i
il timore di chiedere aiuto e la scarsa
li che impediscono l'accesso a percorsi
nportante far luce su questa malattia
territorio tra tutti gli operatori che ogni
he soffrono di questo genere di

THEBLACK è arrivato anche dal

salute del Comune di Milano Lamberto
e non debba essere considerata un
o del nostro sistema sanitario, debba
isica. Perché questo accada è
gico diventi una priorità per tutti. Ben
one come quella della Fondazione The
he ancora colpisce chi vive una
ale, normalizzando la necessità di
cologico”.

zioni fisiologiche- ovvero momenti di
riodi di buon umore e di allegria -che
ssono riguardare chiunque, da quella
a, insoddisfazione e senso di vuoto, di
proprio futuro5che permane
questi casi la sofferenza diventa
re il funzionamento sociale e lavorativo
ro sociale 1.

attraverso occhiali con lenti scure: la
sembrano montagne insormontabili da
in senso di colpa, convinti che sia frutto
di forza di volontà, lontani dalla realtà in

User

Home
Login
Abbonati
Edicola

News

Cronaca
Politica
Attualità
Sport
Cultura
Spettacolo
Eventi

Taranto

News
Provincia
Attualità

Cronaca
Eventi

Inserti
Buonasera Sud

Rubriche
Agorà
L'avvocato
Il Commercialista
Il nutrizionista

Ricerca

opria che va curata, esattamente come
il Prof. Antonio Vita, Vicepresidente
del Dipartimento di Salute Mentale e
di Brescia- soprattutto perché dalla
i gravi, si può migliorare
il paziente. I sintomi possono includere
eresse verso le attività quotidiane,
ento, alterazioni del sonno e
i da fare è quella di rivolgersi al medico,
irbo e avviare la persona a un corretto
erimento per la cura della depressione
o include la terapia farmacologica,
rapia”.

omuni sulla depressione, il male oscuro
anti tra i giovani italiani, circa 8 milioni
i quali si assiste a un forte aumento di
emia [ISTAT, 2018], vanno aggiunti i
rti6 il problema riguarda oggi una
e su quattro ha sintomi clinici di
disturbo d'ansia.

uro Emilio Percudani, Direttore del
pendenze, Ospedale Niguarda di
fondersi di stili di vita scorretti – come
entari sbilanciati – alle trasformazioni
alle trasformazioni tecnologiche che
enti di inadeguatezza e sofferenza
i amplificato da una “sospensione” delle
a dalla pandemia”

mplesse interazioni fra fattori biologici,
ase c'è un fattore temperamentale, per
a questo genere di disturbi;
I eventi di vitastressanti possono agire
nfluenza il rischio, che è da 2 a 4 volte
amiliari affetti da depressione 5.

il ruolo della famiglia, che deve
i a rivolgersi al medico di fiducia per
enti. Inoltre, è molto importante che la
: non è solo, ma anzi che è compreso e
ue altra patologia. Mai sminuire o
on forzarlo a uscire o a praticare attività

toressa Daiana Taddeo, Referente
pre impegnata a cogliere gli aspetti più
il tono dell'umore oggi rappresentano
di qualsiasi età, ma sono disponibili
gno del paziente che devono
importante uscire dallo stigma e parlare
ia ascolta, riconosce e prende in carico.
le famiglie, i medici di medicina
apeuti, volontari dei centri di
ivere il proprio ruolo nel risolvere la

per rinnovare la collaborazione della
rma, già sperimentata in altre iniziative

zione The Bridge in questo progetto di
ucatelli, Italy Market Access Manager di
egnata da sempre nel campo della
ella ricerca e in iniziative in grado di
di combattere pregiudizi e tabù che
ffre di queste patologie”.

tion. Global Health Data Exchange

mental Disorder – American Psychiatric

nals/lancet/article/PIIS0140-

of life, 2018

etween post-traumatic stress and
health workers during COVID-19
affective disorders 280 (2021): 1-6.

ce of depressive and anxiety symptoms
COVID-19: a meta-analysis." JAMA pediatrics

o di lucro che si occupa di politiche
el diritto alla salute. Si pone come
zienti, società di ricerca scientifica e
stria per agevolare il corretto
iabili sono universalismo, equità,
ensibilizzazione alla diversità,
ibattito e al confronto con istituzioni e
laborando ricerche, indagini,
ative volte a diffondere temi di
tà, promuovendo il dibattito pubblico

riferimento nel dibattito, regionale e
iche del servizio sanitario nazionale,
itato scientifico e l'approfondito lavoro
lavoro sono i dossier e le ricerche in
nenti per comprendere la realtà,
ii, nonché l'organizzazione di
ici, momenti di confronto e corsi di
ente qualificate.

