
Salute mentale: Petra (Telefono Amico Italia), "negli ultimi 3 anni le richieste di aiuto sono raddoppiate rispetto al 2019 e continuano a crescere"

Oltre 110mila richieste di sostegno nel solo 2022 e segnalazioni di malessere emotivo più che raddoppiate nell'arco degli ultimi tre anni, con un forte aumento di contatti da parte dei giovani e una tendenza in netta crescita. A lanciare l'allarme, in occasione della Giornata mondiale della salute che ricorrerà il prossimo 7 aprile, è l'organizzazione di volontariato Telefono Amico Italia, che da oltre 50 anni, attraverso oltre 500 volontari distribuiti in 20 sedi su tutto il territorio nazionale, si prende cura di coloro che attraversano un momento di fragilità emotiva aiutandoli a superare le tensioni e a ritrovare il benessere emozionale attraverso l'ascolto e il dialogo. "Negli ultimi tre anni – spiega la presidente dell'organizzazione Monica Petra – abbiamo riscontrato una forte crescita, iniziata con la pandemia da Covid-19: le richieste di aiuto sono raddoppiate rispetto al 2019 e continuano a crescere, nell'ultimo anno abbiamo registrato una ulteriore crescita del 9% rispetto al 2021 e oltre 50mila nuovi utenti, ovvero persone che in passato non avevano mai sentito l'esigenza di rivolgersi al servizio, gestendo una media di una richiesta di aiuto al minuto. Stiamo vivendo un momento di forte fragilità emotiva, ma anche di maggiore propensione alla richiesta di sostegno: una tendenza che è importante incoraggiare, perché parlare con qualcuno, anche in forma anonima, ed essere ascoltati può aiutare a contrastare lo sviluppo di disagi più marcati e complessi da affrontare". La sfera emotiva e psicologica è una componente fondamentale dell'individuo e può influenzare anche lo stato di salute. "Un disagio psicologico può fare male quanto uno fisico", sottolinea Maurizio Pompili, professore ordinario di Psichiatria dell'Università di Roma La Sapienza e direttore della Uoc di Psichiatria al Sant'Andrea di Roma. "Bisogna sempre ricordarsi che siamo un tutt'uno di mente e corpo – aggiunge – è necessario non trascurare mai i segnali di malessere psicologico, che, a cascata, si ripercuotono su tutta l'esistenza dell'individuo". Telefono Amico Italia supporta emotivamente le persone in difficoltà attraverso tre modalità di ascolto riservate e confidenziali: colloquio telefonico attraverso il numero unico nazionale 02 2327 2327, attivo 365 giorni all'anno dalle 10 alle 24; Mail@mica, alla quale è possibile accedere attraverso la compilazione di un form anonimo sul sito www.telefonoamico.it e WhatsApp Amico, raggiungibile via chat al 324 011 72 52 tutti i giorni dalle 18 alle 21. Gli ultimi due servizi sono utilizzati prevalentemente dagli under 26, le cui richieste di sostegno sono in forte aumento. "Viviamo un periodo di grandi squilibri, dopo la pandemia, la guerra e le incertezze dovute ai cambiamenti socioculturali - evidenzia Pompili -. I giovani e le ragazze in particolare sembrano pagare un prezzo maggiore, adottando comportamenti ad alto rischio. In questo periodo l'autolesionismo sta dilagando: non equivale al rischio di suicidio, non c'è volontà di morire, ma può sfociare in situazioni più gravi, mettendo a repentaglio la vita dell'individuo. Così anche per l'abuso di alcol. Bisogna infondere molta speranza e sostegno ad una popolazione giovane che diverrà il mondo adulto di domani".

Gigliola Alfaro