

IL TEMA

Anziani, l'ombra della depressione

Ne soffre il 9%, il 14% oltre gli 85 anni, ma se ci sono difficoltà economiche il problema si allarga fino a una persona su tre. «Serve vigilanza nelle comunità»

In sintesi

1

Uno studio rivela che tra chi soffre di sintomi depressivi si estende la quota di persone in età avanzata. A complicare sempre di più il quadro sono la povertà e le altre malattie

2

Tra gli anziani chi è depresso vive una condizione di ulteriore fragilità che lo espone a solitudine e a trascurare la propria salute. Il 38% di loro non chiede più alcun aiuto

3

Per molti anziani non è facile accedere ai servizi di salute mentale. Per questo è necessario attivare una sorveglianza sul territorio, anche da parte delle parrocchie

L'INIZIATIVA Uildm nelle piazze Distrofia muscolare col "caffè dei diritti" servizi per i malati

GIOVANNA SCIACCHITANO

Si conclude domenica l'appuntamento annuale con la Giornata nazionale Uildm, Unione italiana lotta alla distrofia muscolare. Si tratta di una malattia ereditaria causata da mutazioni in diversi geni che determinano perdita di funzione, riduzione o assenza di proteine necessarie per la stabilità muscolare, con conseguente indebolimento dei muscoli e riduzione delle capacità motorie. Una condizione che nel tempo rende difficoltoso svolgere le attività quotidiane. In età evolutiva la più frequente è la Distrofia muscolare di Duchenne. I diecimila volontari Uildm sono presenti in questi giorni in molte piazze italiane per raccontare le attività che li vedono impegnati nel dare alle persone con distrofia e alle loro famiglie le stesse possibilità di tutti: come assicurare 1.100.000 km di trasporto annuale con mezzi attrezzati, offrire a 20mila persone una formazione specifica nell'ambito delle malattie neuromuscolari e garantire circa 1.000 ore di consulenza sociale e/o medica a chi si rivolge a Uildm. Sono i servizi che il progetto "E.R.E. - Esistenze resilienti", sostenuto anche dal Ministero del Lavoro e delle Politiche sociali, vuole garantire per un anno e per i quali verrà distribuito il "Caffè di Uildm - Diritti di tutti" in cambio di una piccola donazione.

«Alle istituzioni chiediamo il riconoscimento della figura del caregiver - dichiara il presidente nazionale Marco Rasconi - Non possiamo pensare che tutta la cura sia a carico delle famiglie: occorre trovare un equilibrio. Chiediamo anche risorse per garantire una vita indipendente a tutte le persone con distrofia, oltre ad assicurare livelli essenziali di assistenza sull'intero territorio. Vogliamo essere cittadini attivi come tutti».

Le distrofie e le altre malattie neuromuscolari sono circa 200 e colpiscono intorno alle 40mila persone in Italia. Sono patologie degenerative che hanno un impatto notevole sulla vita delle famiglie, dal punto di vista sanitario, sociale ed economico. A questo intende rispondere Uildm attraverso l'attività delle sue 66 sezioni locali. «La sfida da parte di Uildm è e sarà tessere relazioni e alleanze che funzionino come calamite, in grado di avvicinare in modo semplice i cittadini, i più giovani in particolare - spiega Rasconi - Le nostre battaglie appartengono a tutti, ed è per questo che metterci in gioco senza etichette sarà sempre più importante. Insieme siamo molto più forti della somma delle singole parti».

L'associazione offre uno Sportello sociale. Per i quesiti di carattere medico scientifico è attivo lo Sportello medico. Entrambi i servizi sono raggiungibili allo 049/8021001.

Il Caffè di Uildm viene distribuito a fronte di un contributo minimo di 12 euro e si può ordinare su Giornatanazionale.uildm.org o nelle sedi delle Sezioni Uildm.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

PAOLO LAMBRUSCHI

Paradosso tutto italiano, aumenta la depressione negli anziani, soprattutto in quelli più poveri e soli, e la nostra popolazione è tra le più vecchie del pianeta. Eppure la spesa sanitaria per la salute mentale è bassa. L'Italia impiega il 3,4% mentre la media Ue è del 10%. I dati epidemiologici sono stati ricavati dall'Istituto superiore di sanità nel biennio 2021-2022 in occasione della Giornata mondiale della salute Mentale del 10 ottobre.

Dalla ricerca emerge che circa il 6% della popolazione italiana adulta soffre di sintomi depressivi, più frequenti con l'aumento dell'età, legati alle condizioni sociali e al reddito. E tra gli anziani la stima di diffusione della depressione è del 9%, ma arriva al 30% tra quelli con difficoltà economiche. Dato che gli over 65 nel Belpaese sono 14 milioni circa, i depressi sarebbero almeno 1.260.000. Pesa la solitudine e nel nostro Paese, nell'arco di un ventennio, si è registrato un netto incremento degli ultra 65enni che vivono soli (dal 25 al 28,7 per cento), con molti pensionati in fila alla Caritas. I sintomi depressivi raggiungono il 14% della popolazione dopo gli 85 anni e il 19% tra chi riferisce due o più patologie croniche.

«La depressione nell'anziano - spiega lo psichiatra Michele Ribolsi, docente all'Università Campus Biomedico di Roma - è un tema effettivamente complesso. L'aumento epidemiologico ha più cause. L'allungamento della vita spesso si trascina comorbilità come diabete, ipertensione e artrite che condizionano la qualità della vita se non ricevono trattamenti adeguati. Perciò l'autonomia degli anziani viene limitata e si sentono un peso per la società e la famiglie. Molti non riescono nemmeno più a fare i nonni. Un'altra questione è la difficoltà di accesso ai servizi e le disuguaglianze socio-economiche che limitano le possibilità di cura». Ad esempio? «I trattamenti psicoterapeutici purtroppo oggi sono perlopiù privati. La cura della depressione non è strettamente farmacologica, dovrebbe prevedere psicoterapie di supporto. Ma sappiamo che la quota della spesa sanitaria dedicata alla salute mentale in Italia è inferiore a quella degli altri Paesi e gli anziani sono tra i più colpiti nonostante la popolazione anziana sia notevolmente cresciuta. Una visione miope perché poi i costi sociali di queste patologie sono importanti. Un paziente depresso di una certa età tende a trascurarsi, e si innesca un circuito vizioso per cui determinate comorbilità mediche si aggravano per la depressione e viceversa».

C'è anche una questione culturale da risolvere, secondo la ricerca, e riguarda lo stigma del depresso. «Come se dopo una certa età - ammette Ribolsi - non ci potesse più curare. La questione riguarda le fasce più svantaggiate dal punto di vista culturale ed educativo». Proprio quelle più colpite da depressione. Lo studio dell'Istituto superiore di sanità conferma che il 38% tra gli anziani con sintomi depressivi non chiede aiuto, e chi lo fa si rivolge soprattutto ai propri familiari o amici.

Lo psichiatra Marco Trabucchi considera l'aumento dell'aspettativa di vita sempre un evento positivo: «Le malattie degli anziani non inficiano questo dato del nostro tempo perché si possono avere esperienze vitali per tanto tempo in più. Questo dono va valorizzato costruendo le condizioni perché l'anziano possa viverlo nella maniera migliore. Bisogna poi distinguere la depressione che compare in età avanzata da quelle ricorrenti in chi ne soffre da molti anni. La solitudine e altri fattori di rischio come le malattie croniche richiedono un accesso ai servizi che per molti non è facile». Sulla questione occorre anche, secondo Trabucchi, un ruolo diverso della comunità cristiana. «Oltre a svolgere una vigilanza sui casi di povertà e solitudine dell'anziano dovreste creare luoghi di aggregazione, dando vita ad esempio a circoli per anziani in ogni parrocchia dove possono stare insieme e dove si possono fare emergere eventuali sofferenze. Potrebbero farsene carico i laici».

Parlare della propria salute anche al di fuori dell'ambito familiare è un indicatore. Secondo la ricerca la salute percepita risulta fortemente associata alla presenza di sintomi depressivi. Il 40% dei depressi anziani riferisce che la propria salute vada male o molto male, contro il 5% di chi non li ha.

Lo studio afferma che la depressione negli anziani italiani è diminuita durante la pandemia, forse per la mortalità in quella fascia di età, ma persiste la paura, nonostante la circolazione del virus sia stata ridotta dai vaccini. C'è infine una sperimentazione farmacologica in corso negli ultimi anni, condotta a Brescia dall'Irccs Fatebenefratelli in collaborazione con l'Asst Spedali Civili di Brescia, con fondi del Ministero della Salute e finalizzata a migliorare la risposta al trattamento nella depressione attraverso l'utilizzo di test di farmacogenetica.

Investire in interventi sulla salute mentale resta dunque fondamentale. La Costituzione italiana difende il diritto alla salute: e la salute mentale a ogni età non può rimanerne esclusa.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

ISTITUTO SUPERIORE SANITA

Autismo, arrivano le raccomandazioni per cure su misura

LAURA BADARACCHI

L'Istituto Superiore di sanità ha appena pubblicato il testo completo delle Linee guida sulla diagnosi e il trattamento del disturbo dello spettro autistico in bambini e adolescenti, che include 27 raccomandazioni e un'indicazione di buona pratica clinica formulate da esperti e familiari sulla base della letteratura più aggiornata, un testo corroborato anche dalla loro esperienza professionale e personale. Inoltre il documento contiene raccomandazioni relative agli interventi diagnostici - che non erano regolati dalle Linee guida precedenti - e terapeutici, sia



Maria Luisa Scattoni



Massimo Molteni

farmacologici sia abilitativi e riabilitativi, da implementare nella pratica clinica.

«Ora gli interventi raccomandati saranno pienamente esigibili e potranno essere integrati tra di loro, se ritenuto appropriato dal clinico, all'interno di un progetto terapeutico complesso che tenga conto delle caratteristiche specifiche di ogni bambino e adolescente, della sua età, del suo profilo di funzionamento e

del suo contesto di vita. Lo sviluppo di raccomandazioni diagnostiche, la partecipazione degli stakeholder, dalle associazioni di pazienti alle società scientifiche, e l'adozione di un metodo rigoroso che tiene conto degli aspetti di contesto sono elementi di grande novità rispetto a quanto sinora disponibile per le istituzioni e l'intera comunità», sottolinea Maria Luisa Scattoni, coordinatrice dell'Osservatorio nazionale Autismo e del Comitato tecnico scientifico per l'elaborazione delle Linee guida, dirette a tutti i professionisti sanitari e sociosanitari coinvolti nella diagnosi e presa in carico delle persone nello spettro autistico.

Membro del panel che ha sviluppato le Linee guida, il neuropsichiatra infantile Massimo Molteni, direttore sanitario de "La Nostra Famiglia" che comprende in Italia 27 centri di riabilitazione per l'età evolutiva, evidenzia «la necessità di personalizzare la cornice terapeutica e predisporre iniziative formative sulle metodologie di intervento, che deve essere effettuato da professionisti specializzati all'interno di un progetto complessivo che abbracci le caratteristiche specifiche di ogni paziente: età, profilo di funzionamento, contesto di implementazione educativo, sanitario, domestico». Anche i genitori «devono essere affiancati per trasferire loro competenze e poter continuare a casa ciò che fa l'operatore durante le terapie. Questi interventi personalizzati in base alla gravità e all'età del soggetto, di natura comportamentale o cognitiva, producono miglioramenti nel funzionamento del bambino, anche se manca una prova sui benefici raggiunti correlati a un maggior numero di ore di trattamento settimanale. Esiste però un trend di correlazione fra intensità dell'intervento e curve evolutive di miglioramento, anche se la letteratura scientifica non ha dati che lo dimostrino».

È certa, invece, la necessità di un cambio nell'organizzazione «della medicina territoriale, della rete che deve includere non solo le famiglie ma anche la scuola e suoi contesti, per un modello adeguato alla complessità della gestione di un bambino come autismo che può avere anche altre problematiche. Una sfida enorme e urgente, perché si conta almeno un caso di autismo ogni 80: in Lombardia ne registriamo 3 mila ogni anno e la maggioranza dovrà essere seguita per tutta la vita».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

© RIPRODUZIONE RISERVATA

INGHILTERRA

Indi come Alfie: la sua vita nelle mani di un tribunale



Un nuovo caso di "eutanasia di Stato" scuote il Regno Unito. L'Alta Corte di Londra è chiamata a decidere della vita (o della morte) di Indi Gregory, sette mesi, ricoverata sin dalla nascita al Queen's Medical Center di Nottingham, nel Derbyshire, per una rara malattia mitocondriale. La vicenda è molto simile a quella di Charlie Gard, Alfie Evans e Isaiah Hastrup, solo per ricordare alcuni dei bambini britannici morti per sentenza. L'ospedale chiede al tribunale l'autorizzazione a spegnere il ventilatore che l'aiuta a respirare perché non intravede possibilità di recupero. A detta dei medici, Indi «sta morendo». La famiglia, invece, si oppone. Per mamma Claire Staniforth e papà Dean Gregory, di Ilkerton la diagnosi è «erroneamente pessimistica». Nell'udienza di lunedì è emerso che la bambina interagisce con il mondo esterno. Piange, sorride e sgambetta «come tutti i neonati». «Siamo consapevoli che è disabile - ha detto il padre - ma non per questo deve morire». L'esito del procedimento è atteso entro la settimana. (Angela Napoletano)

IL PUNTO

Mens sana in corpore sano, affermavano gli antichi romani, che già avevano compreso come un buon equilibrio psichico fosse fondamentale per la salute di tutta la persona, perché mente e corpo costituiscono un'unità inscindibile. Il 10 ottobre si è celebrata la Giornata mondiale della salute mentale, istituita nel 1992 dalla Federazione mondiale per la salute mentale e sostenuta dall'Organizzazione mondiale della sanità (Oms), con l'obiettivo di sensibilizzare la popolazione sulle tematiche connesse al concetto di salute mentale, promuoverne la cultura e lottare contro lo stigma ancora oggi esistente su questo tema. Lo slogan di questa edizione afferma che «la salute mentale è un diritto umano universale» e riprende in parte il concetto sottolineato nell'edizione dello scorso anno, che ribadiva l'importanza di «rendere la salute mentale una priorità globale».

Il termine "salute mentale" definisce in realtà una dimensione ampia, che si riferisce a uno stato di benessere generale dell'indivi-

duo e non si esaurisce nella mera assenza di patologia psichica o di disagio esistenziale. Godere di una buona salute mentale significa raggiungere uno stato di equilibrio interiore che consente di utilizzare, in caso di necessità, tutte le risorse emotive, cognitive, sociali e fisiche di cui si dispone per affrontare in modo efficace le sfide che la vita pone. Oggi la medicina aiuta a comprendere meglio come non esista una separazione tra corpo e mente. Ecco perché la salute mentale non si esaurisce nel benessere psicologico, ma coinvolge una dimensione più globale della persona. Essere attenti alla propria mente significa occuparsi anche del proprio corpo e dunque della salute in generale. La sofferenza mentale è da sempre accompagnata dalla paura e dalla vergogna e, se oggi la patologia psichica è vista in modo differente rispetto al passato, anche perché esistono terapie efficaci in grado di far supera-

Salute mentale patologie alla larga

questa condizione di disagio, tuttavia il pregiudizio sociale e lo stigma dell'incurabilità sono ancora sovente troppo radicati. Le persone con disturbi mentali sono spesso considerate pericolose dalla società e la diffidenza e il pregiudizio nei confronti dei medici che si occupano di queste patologie rappresentano una delle più grandi barriere per l'accesso alle cure.

Sono proprio le testimonianze di chi ha dedicato la vita per trarre dalla sofferenza esistenziale questi malati che possono costituire motivo per superare gli ostacoli. Eugenio Borgna, decano della psichiatria italiana, in una delle sue ultime opere (*Nei luoghi perduti della follia*, Feltrinelli 2020), mostra come la sua lunga esperienza insegna che, senza negare la malattia, si può sempre riconoscere la dimensione umana di ogni malato. Lo ribadisce, con una storia e con parole diverse, lo psicoanalista Massimo Ammaniti,

VITTORIO A. SIRONI



© RIPRODUZIONE RISERVATA

© RIPRODUZIONE RISERVATA