SI PUÒ SPERIMENTARE UN BENESSERE QUOTIDIANO? SÌ, SI PUÒ

by Redaz1one
29 Novembre 2024
in Sanus Vivere
Reading Time: 4 mins read

Si ottiene un miglioramento del benessere sociale delle persone, un risparmio di spesa pubblica e privata e un ritorno sociale di 2,07. A sostenerlo, i dati raccolti ed elaborati a seguito dell’esperienza di “Vivere Meglio”, il progetto promosso e finanziato da ENPAP con borse lavoro per gli Iscritti Psicologi permettendo a più di 9.000 cittadini di usufruire di trattamenti psicologici gratuiti per ansia e depressione.

Roma, 29 novembre 2024 - Che benefici sociali ed economici si possono ottenere investendo in Psicologia, per fare prevenzione sul benessere mentale dei cittadini e trattando tempestivamente disturbi come ansia e depressione? La risposta arriva dal Convegno ENPAP, con la presentazione della valutazione di impatto sociale ed economica redatta da Triadi, spin-off del Politecnico di Milano, sui risultati della prima edizione del progetto “Vivere Meglio”. Dati che evidenziano un miglioramento del benessere delle persone e un impatto sociale ed economico per la collettività, in termini di risparmio di risorse pubbliche e private, con un ritorno sociale sull’investimento (SROI) pari a 2,07. Investire in Psicologia, quindi è utile non solo per i fruitori, ma anche per tutta la comunità. «Questi risultati mostrano come intervenire in modo intenzionale e addizionale su problemi così diffusi, come ansia e depressione, rappresenti una scelta strategica per costruire una società più sostenibile. Non si tratta solo di supportare il benessere individuale attraverso la terapia, ma di generare benefici che si riflettono sull’intera collettività», dichiara Irene Bengo, CEO di Triadi e professoressa associata del Politecnico di Milano. «I dati suggeriscono che i fattori sociali che influenzano la salute mentale, come lo status socio-economico, possono essere riequilibrati attraverso

interventi tempestivi e mirati alle determinanti principali. È cruciale promuovere il benessere in tutti gli ambiti della vita, dal lavoro allo studio fino all'ambiente domestico, attraverso un approccio collaborativo», aggiungono Enrico Bellazzecca, Assistant Professor del Politecnico di Milano, e Gabriele Guzzetti, direttore di Triadi.

"Vivere Meglio" è un progetto promosso e finanziato da ENPAP con borse lavoro per gli Psicologi iscritti all'Ente, e basato sul modello anglosassone IAPT (Improving Access to Psychological Therapies), che utilizza lo Stepped Care (modello di cura graduata). La prima edizione del 2022-2023 è stata destinata a tutti i residenti in Italia, permettendo a più di 9.000 persone di usufruire gratuitamente di terapie psicologiche per ansia e depressione. Tra i fruitori di "Vivere Meglio" il 75,9% sono donne e giovani, di cui circa il 67% con un'età compresa tra i 16 e i 34 anni. Il 57% del campione è celibe o nubile, il 12% ha riferito di convivere con una patologia cronica e l'11,5% è un caregiver che fornisce assistenza a uno o più familiari non autosufficienti a causa di una malattia, disabilità o anzianità. Chi si è rivelato più bisognoso di trattamenti psicologici più lunghi sono le persone con una condizione socio-economica più vulnerabile: sono a carico di altre persone e hanno un reddito inferiore a 1.000 euro mensili. Ragioni per cui, se non ci fosse stato un progetto come Vivere Meglio, non avrebbero potuto usufruire di servizi psicologici, che in Italia sono quasi esclusivamente a pagamento.

«ENPAP è impegnata da anni a valorizzare i risultati economici prodotti dagli interventi psicologici. Con 'Vivere Meglio', l'Ente ha 'investito' 5 milioni di euro con la formula welfare in cambio di welfare: ha cioè erogato una borsa lavoro a 1.000 Iscritti in difficoltà con i loro percorsi di vita in cambio di prestazioni di consulenza o di psicoterapia ai cittadini del loro territorio. A questo ha affiancato una serie di servizi, necessari a rendere queste azioni altamente efficaci: in collaborazione con le Università ha costruito un Percorso Diagnostico e Terapeutico (PDT) fortemente ancorato alla ricerca scientifica, e ha fornito aggiornamento professionale ai borsisti in linea con questo PDT. Non ultimo, ha creato il sito viveremeglio.enpap.it, attraverso cui favorire l'invio delle persone al professionista più adeguato e offrire servizi aggiuntivi ai cittadini come i manuali di auto-aiuto», spiega Felice Damiano Torricelli, psicologo psicoterapeuta e Presidente ENPAP. «I risultati descrivono 'Vivere Meglio' come un prototipo altamente efficiente di intervento di psicologia accessibile, il cui bisogno è oggi evidente: ENPAP registra, tra il pre e il post-pandemia (2018-2023), il doppio delle richieste di interventi psicologici agli psicologi liberi professionisti. Questa evoluzione rilancia il problema dell'accessibilità dei servizi di psicologia: alle prestazioni libero professionali tantissimi cittadini appartenenti alle fasce più fragili della popolazione non riescono ad accedere, soprattutto per motivi economici. Questo è il vero peccato: i disturbi psicologi, che interessano più del 20% della popolazione, rendono inaccessibili i talenti, la creatività, le intelligenze delle persone e, in questa fase di ricerca affannosa di risorse e di rilancio, questo spreco il nostro Paese non può permetterselo», fa notare Torricelli. «Ma ancora prima, questo rappresenta una limitazione del diritto alla salute e un'inaccettabile discriminazione di censo», aggiunge Paolo Michielin, psicologo psicoterapeuta, professore a contratto presso il Dipartimento di Psicologia Generale dell'Università degli Studi di Padova e operante presso lo SCUP. «Il sostegno psicologico e la psicoterapia sono inseriti nei LEA e dovrebbero, quindi, essere assicurati a tutti i cittadini. Ma così purtroppo non è: si stima che solo un italiano su 6 riceva assistenza e cura per i suoi disturbi psicologici; inoltre, quando le riceve quasi sempre è tardi e spesso si tratta di interventi inappropriati e poco efficaci. Il 63% di chi ha utilizzato 'Vivere meglio' ha dai 16 ai 35 anni, cioè la fascia d'età in cui i disturbi esordiscono, mentre solo il 27% dei pazienti dei Dipartimenti di Salute Mentale è in questa fascia. La tempestività è confermata anche nei tempi di attesa tra la richiesta della persona e il contatto con lo psicologo: dai 7 ai 12 giorni», aggiunge Michielin.

La spesa per la salute mentale si attesta intorno al 3,5% del Fondo Sanitario Nazionale, ma il bisogno

di salute mentale è uno dei bisogni più insoddisfatti nel Paese. Tant'è che il rapporto MORe (Mental Health Optimization of Resources) redatto da Deloitte Consulting e pubblicato un anno fa in collaborazione con Janssen Italia e altre Istituzioni pubbliche-private, indica che nei prossimi tre anni potrebbero essere necessari almeno 1,9 miliardi di euro aggiuntivi, oltre ai 4 miliardi già programmati, per rispondere alla crescente richiesta di supporto per la salute mentale.

Visto il successo della prima edizione di "Vivere Meglio", a fine 2023 è stata lanciata la seconda edizione del Progetto, destinato ai cittadini delle zone alluvionate di Emilia-Romagna, Marche e Toscana. E anche da questa seconda edizione i riscontri sull'attività svolta dagli Psicologici sono stati più che soddisfacenti, migliorando la qualità di vita delle persone che hanno usufruiti dei trattamenti psicologici. Sul sito viveremeglio.enpap.it resta attiva la possibilità di fare il test di screening scientificamente validato e di scaricare i 15 manuali di auto-aiuto con preziose indicazioni su come gestire diversi disturbi come ansia, stress, adottare uno stile di vita più salutare, e tanto altro.