



Roma, 9 ottobre 2018 - Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, in tutto il mondo una persona su quattro soffre di qualche tipo di disturbo legato alla salute mentale, ma circa il 60% dei malati non cerca aiuto. Questa percentuale aumenta sensibilmente quando si aggiungono fattori quali la persecuzione, la necessità di fuggire da conflitti armati o disastri naturali, la mancanza di accesso a cure mediche salvavita. Lo ricorda, nella Giornata Mondiale della Salute Mentale, Medici Senza Frontiere (MSF) che da vent'anni dedica alla salute mentale programmi specifici durante le emergenze umanitarie in decine di paesi.

Per le persone che hanno vissuto violenze o disastri naturali, che sono state separate dalle loro famiglie o hanno visto morire persone care, la sopravvivenza va oltre il benessere fisico. Anche quando le lesioni sono state trattate, possono rimanere ferite psichiche nascoste. Tuttavia, vi sono molti ostacoli che rendono difficile accedere alle cure di salute mentale, come la comprensione della sua utilità, le barriere linguistiche e culturali, il breve tempo di contatto tra professionisti e pazienti o lo stigma sociale.

“In tutto il mondo siamo impegnati a supportare ed aiutare i pazienti a superare i traumi che hanno subito, affinché il corso delle loro vite non sia del tutto compromesso - spiega Ester Russo, psicologa di MSF in Italia - Spesso le persone che incontriamo hanno difficoltà a riconoscere sé stesse, a raccontarsi e a chiedere aiuto, sono donne e uomini completamente sfiduciati e hanno perso ogni forma di speranza”.

Nel Campo di Protezione dei Civili (PoC) di Malakal, in Sud Sudan, che da anni accoglie migliaia di sfollati in fuga dalle violenze nella regione, MSF ha visto aumentare il numero di suicidi e tentati suicidi, anche tra i bambini, a causa delle disastrose condizioni di vita, il senso di impotenza e le limitate opportunità di vita.

Nel campo di Moria, sull'isola greca di Lesbo, dove la politica di contenimento dei richiedenti asilo sulle isole greche ha bloccato indefinitamente oltre 9.000 persone, stiamo assistendo a un'emergenza senza precedenti, sia per la salute fisica che psicologica degli uomini, delle donne e soprattutto dei bambini.

Dopo quattro anni di conflitto, nell'est dell'Ucraina, i villaggi semi abbandonati sono abitati soprattutto da persone anziane, che vivono nella solitudine, soffrono di ansia e depressione e hanno un disperato bisogno di assistenza psicologica e cure mediche per malattie croniche, come il diabete o l'ipertensione, aggravate dallo stress dovuto al conflitto.

In Iraq Amir, 35 anni, è in cura con MSF in un campo rifugiati a Sulaymaniyah. Ha lasciato la sua casa quando il gruppo dello Stato Islamico ha assediato la sua città. "Penso troppo e non riesco a dormire. Resto sveglio tutta la notte seduto in un angolo. Così facendo mi ammalo. Ho avuto dolori allo stomaco e al petto, ho visto dei medici ma non mi hanno aiutato. Lo psicologo di MSF mi ha incoraggiato a uscire dalla tenda ogni giorno, parlare con altre persone, evitare di rimanere solo, e oggi mi sento meglio".

Ogni situazione richiede un approccio diverso da parte dei consulenti, psicologi e psichiatri di MSF. Aiutiamo le persone a parlare delle proprie esperienze, a processare i loro sentimenti e imparare ad affrontarli, oppure conduciamo sessioni individuali con focus specifici. In molti casi, i membri delle équipes di salute mentale di MSF provengono dalle comunità assistite, che svolgono un ruolo fondamentale perché conoscono i tabù sociali che circondano la salute mentale nelle loro comunità, così come gli eventi traumatici a cui le persone sono state sottoposte.

"Spesso la sfida più grande per i team di salute mentale di MSF è ottenere la fiducia delle persone, condizionate negativamente dalle loro storie e dagli incontri disumani che ne hanno causato la sofferenza - sottolinea Ester Russo - La maggior parte di queste persone non ha mai parlato con uno psicologo e potrebbe non comprendere in che modo le consultazioni possano aiutarle. Sottolineare il legame indissolubile tra salute fisica e mentale ci permette di guadagnare la loro fiducia, avviando un importante percorso insieme e restituendo loro dignità e fiducia nelle relazioni umane".

MSF porta avanti interventi di salute mentale e psicosociali come parte del proprio lavoro nelle emergenze dal 1998. Nel 2017, le équipes di MSF hanno effettuato 306.300 consultazioni individuali di salute mentale e 49.800 sessioni di gruppo in 52 paesi sui 72 in cui opera.

Anche in Italia l'attività di assistenza psicologica è fondamentale per rifugiati e migranti, come nel centro di riabilitazione per le vittime di tortura a Roma, dove gli psicologi e i mediatori di MSF aiutano le persone a superare i traumi che hanno subito durante il viaggio e le difficili condizioni di vita che spesso si trovano a vivere nel nostro Paese.

Inoltre MSF ha offerto primo soccorso psicologico agli sbarchi in Italia, nella provincia di Trapani ha fornito supporto psicosociale ai richiedenti asilo nei CAS e ha aperto una clinica psicoterapeutica in collaborazione con autorità italiane per affrontare i casi più gravi.