

La cura della salute mentale è un diritto ma in troppi sono esclusi

LE ESPERIENZE DEL PORTALE “PSICOTERAPIA APERTA” E DELLO SPORTELLO “TI ASCOLTO!”

In Italia l'assistenza psicologica non è pienamente garantita e il servizio pubblico dà giustamente priorità a emergenze sanitarie e sociali gravi. Così si difondono le pratiche per rendere inclusivo il servizio sui territori

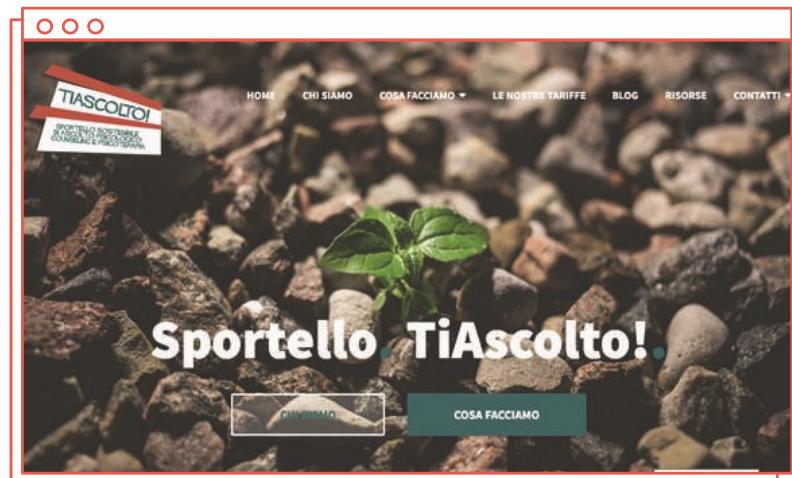
di **Marta Facchini**



www.istockphoto.com/it/portfolio/lorenzoantonucc

“In Italia, se non puoi permetterti di pagare uno psicologo privato, fisci per rinunciare alla terapia. Succede perché i costi per una seduta sono molto elevati: nelle città del Nord si può arrivare anche a una media di 80 euro l'ora, 50-60 euro nel Sud. Il Servizio sanitario nazionale delega alle Asl regionali l'assistenza psicologica ma il servizio pubblico tende a dare priorità alle emergenze sanitarie e sociali gravi. Il risultato è che una parte della popolazione rimane esclusa dalla cura della salute mentale e, soprattutto, dalla prevenzione di eventuali patologie”. Luigi D'Elia, psicologo e psicoterapeuta con più di trent'anni di lavoro alle spalle, è il fondatore del portale Psicoterapia aperta (psicoterapia-aperta.it). Nato due anni fa, il progetto ha l'obiettivo di rendere la psicoterapia accessibile a tutti mettendo in collegamento pazienti e professionisti che decidono di offrire un servizio a un prezzo inferiore rispetto a quello di mercato. A D'Elia l'idea è venuta riflettendo su come aiutare chi vive una condizione di disagio ma non può aggiungere ai normali costi mensili anche quelli di un supporto psicologico: giovani studenti, precari, persone che hanno perso il lavoro, famiglie in difficoltà economica. “Il progetto ha subito ricevuto sostegno da molti colleghi e si è creata una rete molto estesa”, spiega D'Elia. Secondo i dati aggiornati al 16 marzo 2020, al portale sono registrati 1.018 psicologi in 297 città. Sono state avviate almeno 1.855 psicoterapie. Per i terapisti l'iscrizione è gratuita ma è necessario rispondere ad alcuni requisiti come avere maturato nella propria carriera professionale un monte ore equivalente ad almeno cinque pazienti, essere iscritti all'Ente nazionale di previdenza e assistenza per gli psicologi (Enpap) e all'Ordine regionale. Non ci sono costi nemmeno per i pazienti che accedono al sito che, dopo essersi geolocalizzati, possono trovare il professionista più vicino e fissare un primo colloquio. I prezzi variano: si arriva fino ai 40 euro per un'ora di terapia individuale, fino ai 30 euro per quella di gruppo e fino ai 60 euro per le copie e le famiglie. Non è richiesto l'Isee perché si

In Italia sono le Regioni a occuparsi della distribuzione dei servizi e delle risorse legate all'assistenza psicologica attraverso le aziende sanitarie locali



vuole instaurare un rapporto di fiducia con il paziente sin dal primo momento. “La salute mentale è parte integrante del benessere di una persona. Come ricorda l'Organizzazione mondiale della sanità ha la stessa importanza di quella fisica e sociale. Anche per questo l'assistenza psicologica non deve essere considerata un lusso che possono permettersi solo le persone con maggiore disponibilità economica”, commenta D'Elia. “Rientra nel diritto alla salute tutelato dalla Costituzione ma, nel Paese che vanta la legge Basaglia che ha portato alla chiusura dei manicomii, non è esigibile per tutti”.

In Italia sono le Regioni a occuparsi della distribuzione dei servizi e delle risorse legate all'assistenza psicologica attraverso le aziende sanitarie locali. Sui territori definiti dalle Asl, il Dipartimento di salute mentale (Dsm) riunisce le strutture e i servizi che devono occuparsi della cura, l'assistenza e la tutela della salute mentale. Una persona che senta la necessità di rivolgersi a uno psicologo ha due possibilità iniziali: entrare in contatto con un consultorio oppure con un Centro di salute mentale (Csm) che è il centro di primo riferimento per i cittadini con un disagio psichico. I primi gestiscono anche i rapporti con gli assistenti sociali e i tribunali; i secondi si occupano principalmente delle situazioni di →

Dal 2013 a Torino è attivo lo Sportello TiAscolto! che offre sostegno psicologico, *counseling* e psicoterapia a un prezzo sostenibile. La tarifa è negoziata con il paziente e il ricavo è redistribuito in modo equo tra i componenti dell'équipe di psicoterapeuti (sono otto a Torino; quattro a Milano e due a Bolzano). A Torino c'è anche il servizio Sportellino, dedicato a famiglie e adolescenti

→ emergenza. Le modalità di accesso dipendono dalle singole Regioni: ci sono circostanze in cui si può prenotare direttamente un appuntamento e altre, invece, in cui è necessario avere la prescrizione del medico di base. Dopo il primo colloquio conoscitivo, si decide se e quale terapia psicologica intraprendere oppure se è necessario rivolgersi a uno psichiatra. “Uno dei punti critici di questa forma di assistenza è che si lavora in una condizione di emergenza e si dà priorità ai casi gravi. Per chi non rientra in una patologia clinica, le liste di attesa sono molto lunghe: possono passare anche molti mesi prima di avere un appuntamento oppure tra il primo colloquio e l'inizio effettivo del percorso terapeutico”, precisa D'Elia. Secondo l'ultimo rapporto sulla salute in Italia, pubblicato a dicembre 2018 dal ministero della Salute, nel 2017 solo state 11.474.311 le prestazioni erogate dai servizi territoriali. Tra queste, il 6,5% è stato rappresentato da attività psicologica e psicoterapica (quella che prevede un colloquio con uno psicologo, la psicoterapia individuale, familiare e di gruppo, e la valutazione del terapista) e il 24,1% da attività psichiatrica. Nello stesso rapporto è possibile trovare i dati sul personale medico impiegato nei dipartimenti di salute mentale. Anche se le cifre non sono recenti perché risalgono al 31 dicembre 2016, è possibile avere una misura del numero di psicologi impiegati nei Dsm delle Asl. Per esempio in Piemonte ci sono 98 psicologi; in Toscana gli psicologi sono 170; in Campania gli psicologi sono 93. Sono 10 in Basilicata e 18 in Molise. “La psicoterapia deve essere incentivata perché agisce come uno strumento di prevenzione di disturbi, come il caso dell'ansia e della depressione, che tendono a cronizzarsi, possono peggiorare e poi diventare un costo sanitario considerevole”, spiega D'Elia. L'Oms -che celebra la Giornata mondiale della salute il 7 aprile- ha classificato la depressione come una delle principali cause di disabilità. In uno studio su “depressione e altri disturbi mentali” pubblicato nel 2017 ha stimato che circa 300 milioni di persone nel mondo ne sono affette.

“Noi non vogliamo sostituirci al sistema sanitario nazionale”, spiega D'Elia. “Il nostro è un servizio privato che agisce secondo un principio di sussidiarietà. Nè vogliamo che a questo progetto si avvicinino persone con scopi di lucro che mirano a prendere in carico il maggiore numero possibile di pazienti. Infatti, definiamo un limite rispetto al numero massimo di persone con cui si può iniziare un percorso”, chiarisce.

Psicoterapia aperta non è il solo progetto che offre tariffe calmierate. Dal 2013 a Torino esiste lo

“Non vogliamo sostituirci al Servizio sanitario nazionale. Il nostro è un servizio privato che agisce secondo un principio di sussidiarietà”

- Luigi D'Elia

Sportello TiAscolto! (sportellotiascolto.it) che offre sostegno psicologico, *counseling* e psicoterapia a un prezzo sostenibile. “Vogliamo garantire l'accessibilità alle cure psicologiche a una fascia di popolazione che ne sarebbe altrimenti esclusa”, spiega Pietro Sarasso, psicologo che si occupa della comunicazione del progetto che, oltre a Torino, ad oggi è attivo a Milano e Bolzano. A Torino nel 2019 le richieste di accesso sono state 370 e ne sono state evase circa la metà. Le restanti sono state indirizzate verso servizi territoriali specifici in base alle loro necessità. Il prezzo delle sedute è concordato con il paziente in base alle sue disponibilità economiche ed è più basso rispetto a quello del libero mercato torinese che può arrivare a 80 euro all'ora. Negli studi dello Sportello per le terapie individuali si oscilla tra i 30 e i 50 euro. “Non chiediamo l'Isee e definiamo il prezzo in base alle disponibilità economiche di chi si rivolge al nostro servizio che prevede almeno un primo ciclo di dieci sedute. Se durante il percorso le condizioni cambiano, il prezzo può essere rivisto e modificato, alzando o abbassando la tariffa”, spiega Sarasso. Gli incontri si tengono presso il Torino Youth Center e in una sede vicina al Politecnico. Si possono svolgere anche in francese, inglese, spagnolo e portoghese per agevolare l'accesso a persone di lingua straniera e in modalità on-line. “Alla base del nostro lavoro c'è l'idea che la salute mentale sia inevitabilmente intrecciata al contesto in cui viviamo”, spiega la psicologa e psicoterapeuta Miriam Bertuzzi. “Se una persona che vive una condizione di disagio non può accedere alle cure, vuol dire che stiamo assistendo a una diseguale distribuzione di sapere e potere. Il ruolo dello psicologo può colmare questa disparità ed è l'obiettivo dello sportello: supportare o colmare le carenze del pubblico, agendo per garantire il benessere del singolo e insieme della comunità”. 