



LA SALUTE MENTALE: UNA SFIDA PER LA FAMIGLIA

Giornata Mondiale per la Salute Mentale

10 ottobre 2008

Messaggio del Cardinale Arcivescovo

La 16ª Giornata Mondiale per la Salute Mentale

Il 10 ottobre 2008 ricorre la 16ª Giornata Mondiale per la Salute Mentale, un tema che ci tocca da vicino come cristiani e come cittadini del nostro tempo. La sfida che viene posta dalla carenza o assenza di salute mentale è infatti sempre più estesa e non risparmia nessuno per età, situazione sociale o economica. Da qui la necessità di cogliere questa *occasione come preziosa per fermarsi e riflettere* su quali siano le ricadute sulla nostra realtà ecclesiale e civile, su *come rispondere alle numerose domande che ci interpellano e che non possiamo fingere di non sentire*.

A questo proposito mi avevano colpito nel 2001 le considerazioni fatte dall'allora Direttore Generale dell'Organizzazione Mondiale della Sanità in occasione della Giornata Mondiale per la Salute Mentale che si celebrò il 7 aprile 2001 con il tema "*Salute mentale: contro il pregiudizio, il coraggio delle cure*": affermava che la strada verso una reale presa di coscienza della situazione era ancora lunga e piena di ostacoli quali, ad esempio, la vergogna e i miti. A suo parere sarebbero state poche le famiglie che nel corso della loro vita non si sarebbero imbattute con il problema della salute mentale o che sarebbero state in grado di gestire e risolvere momenti difficili senza chiedere aiuto e assistenza. Proseguiva rilevando però che, nonostante tutto, sembrava che la società, che noi tutti fingessimo di non sapere o intenzionalmente evitassimo di considerare tale realtà assai complessa¹.

È infatti questo un tema che spesso allontaniamo con timore piuttosto che affrontare con interesse e solidarietà verso coloro che ne soffrono in modo più evidente e grave. Se infatti la salute mentale riguarda la vita di ciascuno, come parte dei disagi che spesso segnano l'esistenza umana, solo alcune persone, e purtroppo in numero

¹ Cfr. "*Messaggio della dott.ssa Gro Harlem Brundtland, Direttore Generale dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, Ginevra*" – Giornata Mondiale per la Salute Mentale, 7 aprile 2001.



crescente, ne soffrono in modo veramente cronico e grave. Nel suo messaggio dal Vaticano dell'otto dicembre 2005 il Papa Benedetto XVI, in occasione della Giornata Mondiale del Malato, annunciò che l'anno successivo tale ricorrenza sarebbe stata celebrata ad Adelaide in Australia e dedicata al disagio mentale. Il Santo Padre ricordava in questo messaggio come la malattia mentale abbia colpito un quinto dell'umanità e sia una vera e propria "emergenza socio-sanitaria"².

La famiglia, anima della società, custode della sofferenza e dell'ospitalità

Oggi vorrei rivolgermi a tutti: laici e cattolici, professionisti e volontari, comuni cittadini e coloro che rivestono ruoli di responsabilità civile ed istituzionale, e in particolare a coloro che soffrono e alle loro famiglie perché prendano sempre più coscienza che è compito proprio e singolare della famiglia di insegnare alla società come custodire la sofferenza e vivere l'ospitalità con amore³. Sebbene la famiglia mostri segni di malattia al suo interno e una certa fragilità strutturale che la rende talora poco capace di affrontare e gestire i tanti ostacoli che incontra nel suo cammino, forse una certa difficoltà a vivere appieno la sua vocazione, resta comunque quel luogo nativo e insostituibile ove sperimentare di essere amati gratuitamente.

La società civile e pubblica in tutte le sue dimensioni dovrebbe guardare alla famiglia per imparare a svolgere le proprie funzioni non solo come compito assegnato e professione remunerata, ma anche come prezioso contributo a generare una cultura nuova, diversa da quella attuale spesso ripiegata su di sé e poco attenta a chi ci vive accanto. "Ogni famiglia, dunque, racchiude in sé una meravigliosa possibilità di bene: può veramente donare un'anima a questa nostra società, a questo nostro tempo"⁴.

Chi soffre di malattia mentale o chi ha un parente, amico, vicino malato sa bene come questa realtà sia spesso segnata dall'assenza di speranza, di gioia, a volte anche di affetto. Anche nella nostra Diocesi ci sono persone che, dopo anni di degenza manicomiale, si sono ritrovate sole, abbandonate dai propri cari proprio a causa della malattia e incapaci di badare a se stesse una volta che tali strutture sono state chiuse. Ad

² Cfr. "Messaggio del Santo Padre in occasione della XIV Giornata Mondiale del Malato" 8 dicembre 2005.

³ Cfr. DIONIGI TETTAMANZI, L'amore di Dio è in mezzo a noi. La missione della famiglia a servizio del Vangelo, Milano: Centro Ambrosiano 2008, 5.

⁴ *Ibidem*, 9.



una restituzione alle realtà locali e territoriali della cura, a seguito della Legge 180 (conosciuta anche come Legge Basaglia) del 1978, spesso non è seguita la presa in carico civile ed anche della comunità cristiana di tali persone. In un tempo nel quale sono estremizzati i criteri di efficienza, bellezza esteriore e guadagno è sempre più necessaria una inversione di rotta per saper portare speranza in ogni ambito di cura e di vita, nel rispetto dei tempi dell'uomo e della sua dimensione interiore⁵.

Creare una nuova mentalità, capace di curare la persona

Facciamo nostra, insieme alle preoccupazioni emerse a Bruxelles il 12 -13 giugno 2008 nella conferenza sulla salute mentale, nella quale è stato presentato un "Patto Europeo per la Salute Mentale e il Benessere", la convinzione che "non c'è salute senza salute mentale". *Ogni anno infatti l'11% dei cittadini europei presenta una qualche forma di sofferenza mentale*, la depressione è uno dei disordini mentali più gravi e più diffusi e spesso è connessa alle numerose condotte suicidarie (ogni 9 minuti in un Paese della Comunità Europea una persona arriva al suicidio).

Il Patto Europeo ha preso atto delle sfide che si dovranno sostenere per far fronte al problema della salute mentale e ha individuato cinque ambiti chiave di intervento: la prevenzione del suicidio e della depressione, la salute mentale tra i giovani, sul lavoro, tra gli anziani e la lotta contro la stigmatizzazione e l'esclusione sociale. Mi hanno colpito questi dati che evidenziano come sia complesso il quadro della malattia mentale e come nessuno possa non sentirsi interpellato.

Da qui *la necessità di una sinergia di interventi* che veda protagonisti non solo i tecnici addetti ai lavori, ma anche le associazioni di familiari e di volontari insieme a coloro che possono organizzare corsi di sensibilizzazione e formazione perché, oltre alle necessarie azioni di cura, si prevedano a monte interventi culturali e di prevenzione. Solo una nuova mentalità, capace di *curare* la persona e di non ridurla alla propria malattia, potrà contribuire a estirpare i tanti pregiudizi che avvolgono tale contesto e a rilanciare la necessità di un'assunzione di responsabilità da parte di ciascuno.

⁵ Cfr. *ibidem*, 11.



Quale futuro per chi soffre un disagio psichico?

In questo cammino educativo la famiglia è anima del mondo, ma necessita altresì di un supporto da esso, dalla società civile, dalla comunità cristiana e dalle istituzioni pubbliche⁶. Sono infatti le buone leggi, che governano la società, che possono favorire o meno l'inserimento in essa delle persone con disagio mentale, la presa in carico della loro situazione, il sostegno alle loro famiglie, la sensibilizzazione del contesto sociale. Lo stesso Santo Padre sollecitava l'urgenza di dare a tutti i malati mentali le cure necessarie e si augurava che potesse crescere la "cultura dell'accoglienza e della condivisione, grazie pure a leggi adeguate ed a piani sanitari che prevedano sufficienti risorse per la loro concreta applicazione"⁷.

Mi sento provocato in particolare da un aspetto assai problematico che viene messo al centro dell'attenzione da parte di tutti coloro che accompagnano persone con disagio mentale, dai familiari in particolare: *che ne sarà di queste persone quando i familiari verranno meno?* Chi continuerà a prendersi amorevole cura di loro? Questo interrogativo desta non poca preoccupazione e a volte addirittura disperazione nelle attese dei familiari. È infatti sempre alla porta la possibilità che il proprio caro, abbandonato a se stesso, possa perdere i suoi diritti di cittadinanza ossia di una casa e quindi della residenza, del medico di base, di una cura, di una comunità di appartenenza....

Se ho già accennato all'emergenza abitativa che connota le nostre città e che vede in difficoltà soprattutto le famiglie povere, immigrate o comunque non agiate⁸, a maggior ragione tale emergenza riguarda le persone con malattia mentale che, spesso alla morte dei genitori se non prima, si trovano senza casa e senza qualcuno che li possa accudire. "Abitare una casa... favorisce conoscenze e relazioni, dà sicurezza per il futuro..... dà stabilità all'esistenza"⁹.

E se la casa permette di sentirsi parte di una realtà locale, di una cittadinanza, non meno importante è la possibilità di esercitare una professione. Il posto di lavoro gioca infatti un ruolo centrale nell'inclusione sociale della persona disabile: anche chi ha una malattia psichica può dare il suo contributo alla crescita della società e godere di una

⁶ Cfr. *ibidem*, 12.

⁷ "Messaggio del Santo Padre in occasione della XIV Giornata Mondiale del Malato", 8 dicembre 2005.

⁸ Cfr. DIONIGI TETTAMANZI, *L'amore di Dio è in mezzo a noi. La missione della famiglia a servizio del Vangelo*, 87.

⁹ *Ibidem*, 87.



propria autonomia grazie ad una minima indipendenza economica e alla soddisfazione legata al riconoscimento sociale per l'attività svolta¹⁰.

I nostri vicini di casa

Se da una parte sollecitiamo coloro che sono preposti a sostenere con il loro contributo queste situazioni di difficoltà, di sofferenza e di emarginazione, dall'altra parte non possiamo non ricordare con gratitudine coloro che nella nostra Diocesi, nel pubblico e nel privato sociale, così come nel volontariato e nel contesto ecclesiale, già si adoperano in difesa delle persone con malattia mentale.

Le famiglie con malato mentale necessitano di ogni tipo di sostegno ed intervento, non solo quello tecnico professionale, ma anche quello del vicino di casa che dedica un po' del suo tempo per accompagnare la persona in difficoltà a fare una passeggiata, a vedere un film, a mangiare un gelato... Ciò permette ai familiari, duramente messi alla prova da una situazione di sofferenza che "logora e non concede tregua"¹¹, di avere una pausa, un momento di sollievo. Se da queste famiglie possiamo imparare ad "*amare, nel segno della massima concretezza, la vita in tutte le sue stagioni e in ogni sua situazione*"¹², non possiamo però lasciarle sole nell'affrontare il senso di vergogna e di impotenza che spesso vivono, la tendenza a isolarsi, la paura di non farcela....

Mi sembrano significativi i percorsi sperimentali avviati sul territorio diocesano grazie all'iniziativa del privato sociale, in alcuni casi anche con la partecipazione di Caritas Ambrosiana: sono percorsi finalizzati alla restituzione delle persone con disagio mentale al territorio come *cittadini con uguali diritti e doveri*. Mi riferisco alle persone che clinicamente stabilizzate stanno abitando appartamenti in quartieri ordinari della nostra città. Da qualche anno, e probabilmente sempre di più in futuro, le persone con disagio psichico con queste caratteristiche stanno diventando nostri "vicini di casa". Uscire dalle strutture residenziali preposte alla cura perché giudicati idonei nel tornare a vivere la vita ordinaria non deve spaventarci: è una buona notizia per restituire a queste persone una dignità spesso dimenticata. Ma se è difficile per persone sane andare a vivere in un luogo sconosciuto, tanto più lo sarà per chi vive un disagio mentale.

¹⁰ Cfr. *ibidem*, 91.

¹¹ *Ibidem*, 55.

¹² *Ibidem*, 48.



Da qui il mio appello: è urgente umanizzare le nostre città, tornare a salutarsi ossia a considerarsi persone e, di fronte al prevalere di paura e sospetto, è necessario scegliere nuovamente di aprire le porte della propria casa e del proprio cuore per la relazione e l'incontro¹³.

La possibilità di abitare autonomamente in appartamento potrebbe essere una delle plausibili risposte alla domanda dei familiari "che ne sarà dopo di noi?". Con questa opportunità inizia una nuova tappa della vita per queste persone e per loro, accanto a figure professionali, sono necessari nuovi volontari che scelgano di dedicare tempo non solo ad ascoltarle, ad accompagnarle in momenti di ricreazione e tempo libero, ma anche che sappiano insegnare loro nuovamente le piccole cose quotidiane, quelle abilità domestiche andate perse a causa della malattia, come il cucinare e il pulire la casa. Per questo sono necessari appartamenti, donazioni, sostegni di ogni tipo.

Quale appello a noi da questa Giornata Mondiale?

In occasione di questa Giornata Mondiale per la Salute Mentale vi invito allora a promuovere *momenti di sensibilizzazione* aperti a tutta la cittadinanza per sconfiggere pregiudizi e paure.

Sollecito le comunità cristiane locali a mettere in cantiere *corsi di formazione* per preparare nuovi *volontari* e percorsi educativi per *giovani*, "non solo per contrastare la cultura che presenta la normalità della vita sempre contraddistinta dai tratti della salute e del benessere fisico e psichico, ma anche per offrire una visione cristiana completa della vita umana"¹⁴.

Pensando ai non pochi giovani affetti da malattia mentale, *invito i giovani* appartenenti ad associazioni giovanili o che operano nelle parrocchie e negli oratori, i giovani lavoratori e gli universitari *a offrirsi come volontari*, acquisendo la competenza necessaria e dedicandosi con generosità all'assistenza nel campo della salute mentale.

Ringrazio in particolare la Caritas Ambrosiana per la sua instancabile opera nel contrastare una cultura di pregiudizio e paura verso coloro che hanno un disagio mentale; per la sua presenza capillare sul territorio, che riesce a raggiungere anche i paesini più

¹³ Cfr. *ibidem*, 112-113.

¹⁴ *Ibidem*, 58.



sperduti delle nostre valli con corsi di sensibilizzazione e formazione; per la paziente disponibilità a lavorare in rete con tutti coloro che sono pronti a collaborare: enti pubblici, aziende ospedaliere, uffici provinciali ed enti del privato sociale. Invito tutte le realtà interessate: le associazioni, le caritas parrocchiali e decanali ad avvalersi dell'aiuto di Caritas Ambrosiana per potersi formare e formare altri in una corretta cultura della salute mentale; e di riferirsi a Caritas Ambrosiana per mettere a disposizione appartamenti o possibilità di lavoro da offrire alle persone con disagio mentale che vorrebbero riprendere a vivere nelle nostre città.

L'apertura e l'accoglienza verso le persone psichicamente fragili che potrebbero venire ad abitare nei nostri quartieri ci saranno restituite in una più ricca maturità umana e cristiana. Nel tempo ci potremo rendere conto di come tale apertura ha realmente cambiato la nostra prospettiva sul mondo e sull'altro. Non sapremo mai quanto abbiamo dato, ma sapremo quanto avremo ricevuto!

A tutti voi, nel nome e con l'amore del Signore, il mio saluto grato e incoraggiante.

+ Dionigi card. Tettamanzi
Arcivescovo di Milano

Milano, 12 settembre 2008
Santissimo Nome di Maria