

---

## Salute mentale: Progetto Itaca, in un video le testimonianze di medici, pazienti e familiari sulla depressione maggiore

"Secondo l'Oms, dopo la pandemia la salute mentale è peggiorata in tutto il mondo: da un'indagine Eurobarometro condotta nel giugno 2023 è emerso che quasi 1 persona su 2 (il 46% della popolazione dell'Ue) aveva incontrato problemi emotivi o psicosociali, come sintomi di depressione o ansia, nei 12 mesi precedenti". Lo ricorda oggi Progetto Itaca, che, in occasione della Settimana europea della Salute mentale, ha deciso di affidarsi alla testimonianza di chi affronta il mondo del disagio psichico per raccontare l'importanza di una diagnosi e l'avvio di un percorso psichiatrico. E lo fa attraverso [la voce e il racconto](#) di chi ha vissuto in prima persona la depressione, dei familiari che gli sono stati accanto e dei medici che li hanno seguiti in questo difficile percorso. "Abbiamo deciso di condividere la storia di chi vive la malattia in prima persona, che non attacca solo il paziente ma tutti coloro che gli sono attorno", afferma Felicia Giagnotti, presidente di Fondazione Progetto Itaca. "All'interno di questa video testimonianza - aggiunge -, due pazienti raccontano come la loro vita - e quella della loro famiglia - sia stata inghiottita dal vortice nero della depressione maggiore. Accanto, ci sono le voci dei familiari che li hanno accompagnati negli alti e bassi di un percorso difficile e altalenante. Intervengono, infine, i medici che hanno seguito diagnosi e guarigione dalla malattia. Le loro parole descrivono i contorni di una malattia oscura, ma sottolineano con veemenza l'importanza di chiedere aiuto: perché guarire si può!". "Non preoccuparti: dalla depressione si guarisce", dice uno dei pazienti protagonisti del racconto. "Venirne fuori è stata una grande soddisfazione", continua, ma sottolinea: "L'importante è affidarsi alla medicina". Il medico può aiutare "trasmettendo al paziente soprattutto la speranza di potersi riappropriare della sua vita". E infine incoraggia: "Non bisogna mai avere paura di chiedere aiuto". Accanto alle testimonianze, intervengono gli esperti: Gaia Sampogna, professore associato di Psichiatria nel Dipartimento di Psichiatria all'Università della Campania "Luigi Vanvitelli", e Alessandro Galluzzo, responsabile del "Servizio psichiatrico di diagnosi e cura. Unità Operativa di Psichiatria n. 22" dell'Asst degli Spedali Civili di Brescia. Il video è un'idea di Progetto Itaca, con il supporto di FB&Associati e realizzato con il contributo non condizionante di Johnson&Johnson. <https://www.youtube.com/watch?v=wU-GdteFFrI>

Gigliola Alfaro