
Suicidio. Telefono Amico: “Basta tabù, servono un tavolo nazionale e un'efficace strategia di prevenzione”

Oggi 10 settembre ricorre la **Giornata mondiale per la prevenzione del suicidio**, fenomeno che nel nostro Paese appare in continuo aumento anche se, fortunatamente, sono cresciute in parallelo anche le domande di aiuto. Sono infatti oltre 7mila le persone che nel 2023 si sono rivolte a [Telefono Amico Italia](#) (al numero **02 2327 2327** attivo dalle 9 a mezzanotte) per gestire un pensiero suicida, proprio o di un caro. Mai così tante e cresciute del 24% rispetto al 2022. Quest'anno, fa sapere l'organizzazione, si intravede una piccola inversione di tendenza: nel primo semestre le richieste d'aiuto sono state 3.500, -6,5% dal primo semestre 2023. Tuttavia i numeri sono ancora molto lontani dai livelli pre pandemia, quando l'organizzazione di volontariato gestiva circa un migliaio di chiamate l'anno. **Tavolo nazionale e piano di prevenzione.** “In questi anni abbiamo visto come le persone abbiano imparato sempre più a chiedere aiuto”, afferma **Cristina Rigon**, presidente di Telefono Amico Italia, commentando i dati dell'organizzazione diffusi in occasione della Giornata mondiale. “Ora – prosegue - sono le istituzioni che devono imparare ad ascoltare e a dare una risposta puntuale e strutturale. Noi continueremo ad aiutare chi si rivolge a noi, ma possiamo arrivare solo fino a un certo punto. Ci mettiamo a disposizione per partecipare a un tavolo nazionale, per individuare i giusti interventi e le strategie da mettere in atto”. La necessità di un piano di prevenzione è sottolineata anche dai dati Istat che, nell'ultimo anno monitorato, il 2021, segnalano un aumento dei suicidi: 3.870, a fronte dei 3.748 del 2020. Incremento che si riscontra in tutte le fasce d'età ad eccezione dei 50-64enni, ed è più elevato tra gli under 49.

Tra i 15 e 34 anni, in particolare, la crescita dei suicidi nel 2021 è stata del 16%.

Telefono, chat Whatsapp e-mail. Un aumento “forse dovuto anche all'effetto della pandemia che si è sommato alle fragilità già esistenti in alcuni individui”, osserva **Maurizio Pompili**, professore ordinario di psichiatria presso Sapienza Università di Roma e direttore dell'Uoc di psichiatria presso l'Azienda ospedaliero-universitaria Sant'Andrea di Roma. Per l'esperto, “avere a disposizione il dato epidemiologico dei suicidi è centrale nell'analisi del fenomeno perché permette di osservarne l'andamento e di implementare le misure preventive”. Oltre al telefono, esistono altre due modalità per chiedere aiuto a Telefono Amico, sempre più usate: il servizio di chat **WhatsappAmico (324 011 7252)** e la mail, accessibile attraverso la compilazione di un form anonimo sul sito www.telefonoamico.it. E' l'età degli utilizzatori a fare la differenza. Il telefono è usato per il 18,5% da persone tra i 26 e i 35 anni, per il 17,5 tra i 46 e i 55 anni e per il 17 dai 56-65enni. La chat è usata soprattutto da giovani tra i 19 e i 25 anni (25%), dai 26-35enni (22%) e dai giovanissimi tra i 15 e 18 anni (21%). Anche l'email ha un'utenza più giovane del telefono: il 14,5% ha tra i 19 e i 25 anni, il 13% tra i 15 e i 18 e tra i 46 e i 55. **Approccio multidisciplinare ed helpline.** “La creazione di contesti dedicati alla prevenzione del suicidio, che utilizzino tutte le conoscenze specifiche e multidisciplinari sul fenomeno, aiuta sicuramente a salvare vite”, osserva ancora Pompili. Fondamentale “la prevenzione primaria, che aumenti cioè la consapevolezza circa la prevenzione del suicidio. Poi è necessario soffermarsi sui gruppi a rischio e definire interventi preventivi ad hoc, come ad esempio nel caso di giovani o anziani. Infine, la prevenzione terziaria interviene su coloro che hanno fatto tentativi di suicidio o hanno ideazione suicidaria grave”. Secondo l'esperto “l'organizzazione di interventi preventivi che vadano in queste tre direzioni potrebbe contrastare il fenomeno”. Imprescindibile “l'ausilio di helpline e centri di ascolto”. Proprio per questo è stata allungata di un'ora la fascia d'ascolto garantita dal servizio telefonico nazionale al numero 02 2327 2327: dallo scorso 1° settembre i volontari rispondono allo dalle 9 del mattino (non più dalle 10) a mezzanotte. **L'appello alle istituzioni.** “La prevenzione è l'unico modo per contrastare il fenomeno dei suicidi”, ribadisce **Cristina Rigon** rivolgendosi alle istituzioni. “Negli ultimi anni abbiamo assistito

a una crescente attenzione verso la salute mentale. Il bonus psicologo è sicuramente un esempio. Un primo passo verso la giusta direzione, ma non basta. Servono interventi strutturali, che arrivino anche a chi non sa chiedere aiuto, e più specifici per la prevenzione al suicidio". Occorre inoltre

"passare da una visione in cui il suicidio è uno stigma e un tabù, a una in cui è un fenomeno che può e deve essere prevenuto".

Per farlo sono indispensabili "politiche e legislazioni che considerino la salute mentale una priorità, che migliorino l'accesso alle cure e forniscano supporto a chi ne ha bisogno". Di qui la richiesta che suicidio e salute mentale divengano "oggetto di un dialogo pubblico, aperto, costruttivo, che coinvolga tutti i soggetti e le professionalità coinvolte.

Solo un approccio strutturale e multidisciplinare, che sappia prendere in carico con i giusti strumenti ogni fase del dolore mentale che può portare al suicidio, può essere efficace".

Eventi di sensibilizzazione. Per aprire un "dialogo" sul tema questa sera alle 18 è in programma il talk social in diretta Facebook #nonparlarneè1suicidio con gli stessi Rigon e Pompili, Michela Gatta, direttrice Unità operativa di neuropsichiatria infantile dell'Azienda Ospedale-Università di Padova; Beatrice De Luca, co-fondatrice di Tutto Annodato (ore 18). Questa sera verranno inoltre illuminati in blu i monumenti di diverse città. Domenica 15 settembre si terrà invece un evento di sensibilizzazione in 18 piazze italiane.

Giovanna Pasqualin Traversa