

La Giornata Europea sulla Depressione 2019

Report giornalistico-fotografico
Siddi (SU)

SIDDI. La comunità cittadina mobilitata per la XIV "Giornata Europea sulla depressione"

Come aiutare a uscire dal tunnel

Sabato 19 ottobre, in una piazza gremita, si è svolta a Siddi la XIV Giornata europea della depressione, nato in Europa nel 2004 per volontà di un gruppo di psichiatri e operatori della salute mentale con lo scopo di fornire corrette informazioni sulla natura delle malattie depressive. Oltre all'Italia, il *Depression Day* si svolge contemporaneamente in Belgio, Croazia, Francia, Germania, Grecia, Lettonia, Polonia, Portogallo, Regno Unito, Repubblica Ceca, Slovacchia, Spagna, Svizzera e Ungheria. La manifestazione è stata organizzata dall'*Azienda Tutela Salute Sardegna ASL Sanluri*, col patrocinio del Comune di Siddi e in collaborazione del *CSV Sardegna Solidale*. L'evento ha avuto luogo anche grazie alla fattiva collaborazione dei Barracelli di Siddi, del Gruppo AVIS, della Pro Loco e delle Associazioni del Medio Campidano. Il convegno si è aperto alle 9,30 con i saluti di accoglienza del vicesindaco Daniela Pilloni e del parroco don Roberto Lai, presenti i carabinieri della stazione di Lunamatrona e della Compagnia di Sanluri e il dott. Alessandro Montisci, direttore Area Socio Sanitaria ASL Sanluri. Protagonisti in assoluto sono stati i medici, gli infermieri e i volontari che con sei gruppi di pazienti sono stati il cuore di tutta l'intensa giornata, animandola e partecipando con entusiasmo ai vari laboratori di danza, arte e cucina. I sei gruppi avevano infatti anche il compito di preparare il pranzo comunitario e i dolci per la colazione, supportati dagli studenti della Scuola Albergiera di Oristano. Per questo, divisi in squadre coordinate dai volontari di Siddi, alle 9,50 si sono cimentati in una gara di cucina e collaborazione, sapendo che i loro piatti sarebbero stati



"giudicati" da una giuria competente. A seguire il "Buongiorno in musica", cantato dal coro del CSM ASL Sanluri diretto dai maestri Ottavio Farci e Veronica Maccioni, che hanno proposto anche un laboratorio di *musicoterapia*. Il seminario vero e proprio è iniziato con la relazione sul *primo approccio terapeutico*, presentata dall'infermiera Paola Atzori, che ha sottolineato l'importanza fondamentale della prima accoglienza per i pazienti che si presentano la prima volta in una struttura sanitaria. Ma il cuore e l'anima di tutta la manifestazione è stata la dott.ssa Jeanne Thérèse Sanna, psichiatra presso il CSM Sanluri, che insieme alla referente Marielara Melis ha preparato l'evento. Nella sua relazione, la dott.ssa Sanna ha evidenziato come la depressione e il disturbo dell'umore in genere siano patologie in continua crescita e di cui ci si ammala sempre di più. Nel 2020, secondo l'OMS, sarà la

seconda malattia più diffusa al mondo dopo quelle cardiovascolari. Si tratta di una patologia che coinvolge tutte le età e che esordisce frequentemente in età giovanile. Nella sua evoluzione, la depressione si manifesta in maniera subdola, precisa la psichiatra, perché i suoi sintomi si mascherano con stati d'animo di apparente normalità: tristezza, svogliatezza, insonnia, ansia, sensazione di preoccupazione continua, difficoltà di concentrazione. Se non trattata la depressione risulta perciò una malattia fortemente invalidante, che può compromettere la funzionalità della persona sia nell'ambiente di lavoro come nelle relazioni interpersonali e sociali e nelle pratiche quotidiane. Questa giornata, continua la dott.ssa Sanna, ha lo scopo di abbattere le barriere del pregiudizio sulla malattia mentale, perché è solo attraverso la conoscenza sana, diretta e personale che

riusciamo a combatterla. Perché ci siano dei risultati positivi è necessaria però la vicinanza e la collaborazione tra gli esperti della sofferenza psichica e la comunità che vive accanto a chi soffre di questi disturbi. La dott.ssa Jeanne Thérèse Sanna, nata in Canada da genitori emigrati da Sorradile e Neoneli e rientrata in Sardegna all'età di tredici anni, ha coinvolto il pubblico sulla necessità di stringersi tutti attorno a chi soffre di questi disturbi per accelerarne il recupero e aiutarla a ritrovare il senso dell'autostima e dell'appartenenza alla nostra comunità. E di gente impegnata e sensibile, capace di donare parte del proprio tempo per stare vicino a chi soffre e a chi è più sfortunato, per l'occasione ne era tanta, disponibile e sensibile, capace di far propri i sentimenti di accoglienza della sofferenza altrui suscitati dalla dott.ssa Sanna e dalla sua équipe. Nella piazza affollata erano presenti il laboratorio artistico *Associazione Gama* di Guspini, il laboratorio di danza *Zumba Loka* con gli infermieri Luisa Mereu e Bruno Artizzu, l'*Associazione Famiglia insieme* di Sanluri con i loro bricolage, il laboratorio del pane *Associazione Arte Bianca* di Sarda, il Centro Cinofilo *Mi filo di te* con il responsabile Milko Congia, specializzato nell'addestramento di cani capaci di riconoscere i problemi diabetici del proprio padrone. Nel pomeriggio sono state presentate dal dott. Montisci le attività di salute mentale nella ASL di Sanluri, che oltre al supporto sanitario promuove laboratori di musica e canto, ceramica, danza e trekking. Nei saluti finali, l'équipe medica ha rivolto un particolare ringraziamento a tutto il paese di Siddi per l'accoglienza speciale riservata alla manifestazione. Arcangelo Cau

fa capo ai docenti redattori e coordinatori Annalisa Manca e Corrado Scassedu, è quello di accompagnare gli studenti in un percorso di cittadinanza consapevole, che fa proprie le nozioni di rispetto, confron-

zionale ma anche a livello europeo. Il prossimo appuntamento è a marzo 2020 in Romania, l'ultima mobilità internazionale che chiuderà il progetto Erasmus. Fabiola Corona

rurali. Stiamo proseguendo da tempo su questa strada per creare occasioni di lavoro e nello stesso tempo sistemare le piazze, il

verde del paese e gestire gli spazi culturali. Abbiamo già portato a termine un precedente progetto che ha già coinvolto 20 perso-

ne in difficoltà economica impegnate in lavori utili al paese in cambio di un supporto economico. Gian Luigi Pittau

SIDDI

Si è svolto lo scorso 19 ottobre, nella piazza Leonardo Da Vinci, "La giornata europea sulla depressione" l'evento messo in atto dall'amministrazione comunale in collaborazione con "ATS Sardegna, ASL Sanluri" e il centro di servizi per il volontariato di "Sardegna solidale". L'iniziativa è il risultato di un programma che ha valenza europea: dal 2004, infatti, l'EDA (l'associazione europea sulla depressione) ha istituito una giornata di sensibilizzazione sul tema della depressione indirizzata a tutti i paesi UE. L'istituzione della giornata, a livello continentale, ha quindi come obiettivo quello di informare correttamente la popolazione su un malessere molto diffuso che, secondo il rapporto dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, rappresenterà, per il 2020, la seconda patologia per diffusione a livello planetario, dopo le malattie cardiovascolari. La depressione, riporta ancora l'OMS, è un problema spesso sottovalutato dai pazienti: per questo, contrariamente a quanto troppo spesso non succede, accade curarsi come altre malattie "più visibili" al fine di evitare un aggravamento nella qualità di vita di queste persone. Il Comune di Siddi, per l'occasione, ha ospitato l'evento territoriale: la giornata ha avuto inizio dalla mattina con il



Giornata europea sulla depressione

saluto della vice sindaca Daniela Pilloni e il direttore del CSM Sanluri, Alessandro Montisci. L'evento, proseguito per l'intera giornata, è stato caratterizzato da seminari e dibattiti presieduti da esperti del settore dove sono stati esposti diversi focus di analisi e discussione sulla patologia con annesso le possibili soluzioni di intervento per fronteggiarla.

paggiate da altrettanti concorrenti tutti di Siddi: Valentino Murru, Maria Fenu, Maria Pietrina Scanu, Lucia Dessi, Ennio Seave e Gianni Orrù. Per la cronaca a vincere la competizione è stata Maria Fenu con la pietanza "Is tallutzas cun cabouscu". Simone Muscas

«È stata una bellissima esperienza, oltre che un onore per la nostra comunità ospitare questa manifestazione», ha commentato la vice sindaca Daniela Pilloni, «la partecipazione di pubblico è stata più che soddisfacente, durante il pranzo abbiamo contato ben 300 coperti. I presenti hanno espresso il proprio apprezzamento per un'iniziativa che, a loro dire, è stata ricca di interessanti contenuti e spunti di riflessione. Ringrazio, oltre i presenti, la compagnia barricellare, l'AVIS locale, la Pro loco i volontari per l'aiuto nell'organizzazione». La giornata è stata caratterizzata anche da attività ricreative, fra queste: laboratori artistici (danza, bricolage, musicali) ed enogastronomici. Di questi ultimi, ha riscosso molto successo la "gara culinaria" che ha visto contendersi con diversi piatti il primo premio stabilito da una giuria. Le sei squadre erano ca-

con il

Lo scorso 30 ottobre, il "Trio", fondata asiatico che, o nam e l'India, sta cagliata. Andrea Paro ma esperienza. Nicola ha porta un pr «La nostra ritmico, h non suone cale "himi quella di co, ripre lodiche to del r dente, comp che per ble po p

Simone Muscas

