La Giornata Europea sulla Depressione 2020

Report giornalistico e fotografico
Chieri (TO)

24 CRONACA CITTADINA

CORRIERE DI CHIERI
Venerdì 16 ottobre 2020

SABATO - Incontro con la psicologa Ferella e presentazione del libro di Falbo

Depressione, ti affronto

■ Far conoscere la depressione e spiegare come uscirne: sono gli obiettivi dell'incontro che si terrà alle 17 di domani, sabato, nella libreria Mondadori di via Vittorio Emanuele II 42 (l'ingresso è gratuito ma è necessaria la prenotazione al 340-476.25.73).

L'evento è organizzato in occasione della Giornata europea della depressione, nata nel 2004 e fissata per domani dall'Associazione italiana sulla depressione (Eda onlus): *«Il tema di quest'anno è "Depressione fra mondo reale e virtualità"* - introduce Giovanna Ferella, psicologa, specializzanda in psicoterapia psicodrammatica, socia dell'Eda e promotrice dell'incontro chierese - *Spesso la malattia può spingere a rifugiarsi nella vita virtuale e far perdere i contatti con la realtà. E' uso inconsapevole, eccessivo e patologico. D'altro canto internet e i social network sono stati fondamentali per avere un altro modo per mantenere relazioni affettive e sociali durante il distanziamento giustamente imposto nei mesi scorsi. Strumenti come Zoom e Skype hanno anche permesso di portare avanti i percorsi psicologici: è stato fondamentale soprattutto per chi soffre di disturbi dell'umore o stava attraversando un periodo di ansia intensa, aggravata dalla percezione di paura sollecitata dall'emergenza sanitaria».*

L'incontro di domani, sabato, servirà per ragionare su questo tema ma anche a sensibilizzare: *«Vogliamo informare, combattere lo stigma, spiegare come comportarsi se si soffre di depressione o se si conosce qualcuno che ne soffre: ci sono percorsi medici, farmacologi, psicologici che possono permettere di guarire».*

Poi ci sarà la presentazione di "Finchè brucia la neve", libro di Antonio Lorenzo Falbo, autore, videomaker e docente di storia dell'arte: racconta la storia e le difficoltà quotidiane di Desy, educatrice in una comunità psichiatrica, e di uno dei suoi assistiti, Alex.

Sottolinea Ferella: *«A me il libro ha colpito perché unisce il tema della depressione con quello del "burnout", la sindrome che colpisce i professionisti sotto grande stress: vale soprattutto per gli operatori sanitari e la storia mette ben in luce la necessità di offrire un supporto anche a loro. Credo che sia un bel messaggio, anche alla luce della pandemia: è importante prenderci cura di medici e infermieri che in questi mesi hanno lavorato senza sosta».*