

Uffici di staff · Direzione Generale

Parma, 21/12/2009

Comunicato stampa

Panico e Ansia: nasce a Parma l'Associazione Liberi dal Panico (Alpa)

In occasione della Giornata nazionale contro il Panico, sabato 19 dicembre l'Associazione si è impegnata in piazza per informare sui disturbi e su come riconoscerli.

E' nata anche a Parma, sul modello di altre regioni italiane e in linea con la forte espansione in Emilia-Romagna, l'Associazione Nazionale Liberi dall'Ansia e dal Panico (ALPA).

La Giornata Nazionale contro il Panico, organizzata sabato **19 dicembre**, è stata occasione a Parma per incontrare i cittadini in piazza e nelle principali strade e farmacie del centro e informarli con materiali informativi sui disturbi di ansia e panico (DAP) e su come trattarli.

L'Associazione, coordinata da **Giuseppe Patanè**, referente per Parma e l'Emilia-Romagna dell'Alpa, ha già mosso così primi passi e per i prossimi mesi sono già in corso i lavori per un Convegno Nazionale sulla patologia da Attacchi di panico a Roma, presso la Camera dei Deputati.

Studi OMS in Italia testimoniano che **circa il 3% della popolazione** soffre di attacchi di ansia e panico. Una percentuale che anche a Parma è destinata a salire vertiginosamente se si allarga l'obiettivo anche verso i **"disturbi sotto soglia"**, che pur non rientrando nei criteri medico-scientifici del DAP, influiscono ugualmente sull'autonomia del paziente.

"Emerge la necessità, nella comunità medico-scientifica, di saper riconoscere il DAP anche quando le manifestazioni non portano propriamente a stati patologici. Il DAP è infatti un riscontro frequente e produce disabilità di tipo per lo più sociale attraverso l'isolamento. È dovere dell'associazione, come di tutta la comunità medico-scientifica, ridare opportunità e voce a questi pazienti spesso invisibili", spiega **Maurizio Vescovi**, consulente per i gruppi di auto-mutuo aiuto.

A Parma è inoltre attivo il progetto Leggeri, coordinato da **Franco Giubilini**, direttore del DSM dell'Ausl di Parma, che promuove un lavoro di squadra tra Medici di Medicina Generale e Psichiatria nel trattamento di queste patologie nelle cure primarie, oltre all'ISD (Italian study on depression) coordinato a livello nazionale dall'istituto Mario Negri Sud.

Tutte le informazioni sulle attività dell'Alpa a Parma sono disponibili sul sito web dell'associazione www.infoalpa.it o rivolgendosi a Giuseppe Patanè, socio e responsabile regionale Alpa, nonché referente per le province di Parma, Reggio e per tutta l'Emilia-Romagna, al sito web www.g-patane.it o al numero 339.566021.

L'ALPA in Italia

L'Associazione Liberi dal Panico è oggi in tutta Italia un valido esempio con cui dar voce a chi soffre di patologie DAP (disturbo da attacchi di panico). È infatti possibile superare in prima persona la tendenza all'isolamento, principale manifestazione del disagio del DAP, attraverso il confronto, la condivisione e lo scambio di esperienze e problemi, che sono la base terapeutica dei gruppi di auto-mutuo aiuto.

Il **gruppo di auto-mutuo aiuto, attivato anche a Parma**, offre un sostegno emotivo alla persona, tramite lo scambio delle proprie risorse, in un clima armonioso in cui si ascolta e si è ascoltati, e che può condurre alla rottura dell'isolamento.

Uffici di staff · Direzione Generale

Questa metodologia, infatti, stimola l'adattamento a condizioni di vita percepite come emotivamente stressanti, rendendo chi partecipa protagonista attivo della ricerca del benessere reciproco. Esperienza socializzante per eccellenza, il gruppo di auto-mutuo aiuto favorisce autostima ed emotività e lega l'individuo al contatto con gli altri.

Attacchi di panico: ne soffre il 3% della popolazione italiana e in particolare nella fascia d'età tra il 19 e 45 anni, in cui ad essere colpite sono soprattutto donne.

Legata alla sensazione di pericolo, l'ansia nasce come manifestazione patologica della paura, in mancanza di una condizione di rischio effettivo e quando il disagio si manifesti in modo tanto prolungato da compromettere l'attività quotidiana.

Durante un attacco di panico, ai sintomi fisici come difficoltà respiratorie, tachicardia, sbalzi di pressione, tensione muscolare o irrequietezza, si aggiungono sintomi psichici come sensazione di pericolo imminente, preoccupazione ingiustificata, difficoltà di concentrazione e memoria, confusione.

Quando l'ansia si manifesta attraverso un attacco di panico, si è colti da una violenta crisi psico-fisica che può condurre a sensazioni di depersonalizzazione, derealizzazione, paura di morire e di impazzire. Il DAP (disturbo da attacchi di panico) è una condizione ripetuta di attacchi, imprevedibili e inattesi, slegati da malattie organiche.

Il paziente colpito manifesta per lo più reazioni di evitamento per limitare le situazioni o le attività potenzialmente pericolose: ne è un esempio l'agorafobia, in cui si avverte la necessità di allontanarsi da luoghi in cui risulta difficile chiedere aiuto, con la conseguente fuga da tali situazioni fino a una fase di cronicizzazione della patologia che appare una vera e propria "gabbia per il cervello".

L'approccio integrato è ad oggi il metodo più completo ed efficace per il DAP. Si tratta di una combinazione di approcci terapeutici che abbinano alla terapia farmaceutica, usata per diminuire la tensione del sintomo, un percorso di psicoterapia breve con cui studiare l'origine del sintomo e i gruppi di auto-mutuo aiuto per ridurre il senso di isolamento, angoscia ed emarginazione dei soggetti colpiti.

In questi trattamenti terapeutici, è importante porre l'individuo al centro di se stesso, quindi "soggetto" e non "oggetto" in un programma di cura. Un passaggio fondamentale, questo, perché molto spesso la persona colpita da DAP vive un ulteriore stato di disagio dovuto all'incapacità di uscire in tempi brevi dal panico, fattore che lo porta ad entrare automaticamente in uno stato di "rassegnazione" o "disperazione" ed "autoconvincimento" di non potervi guarire.

Ufficio stampa
Alberto Nico
Cell. 320.8391412
Simona Rondani
Cell. 320.6198715

Azienda USL di Parma

L'Ausl di Parma costituisce, per la Regione Emilia-Romagna, un esempio virtuoso di azienda sanitaria per le performance garantite a livello assistenziale. Nell'area di competenza vi sono 47 Comuni, raggruppati territorialmente in quattro Distretti sanitari (Parma, Sud-Est, Fidenza, Valli Taro e Ceno), con una popolazione di circa 430.000 abitanti. L'Azienda dispone di due ospedali a Fidenza (località Vaio) e Borgotaro, impiegando in totale circa 2.500 dipendenti. Il bilancio d'esercizio aziendale nel 2008 ha raggiunto i 759 milioni di euro (circa il 10% dei 7.600 milioni della sanità della Regione Emilia-Romagna)