

Lidap: una realtà di solidarietà e condivisione

Dalla nascita agli sviluppi recenti analizzando i traguardi raggiunti e gli obiettivi futuri

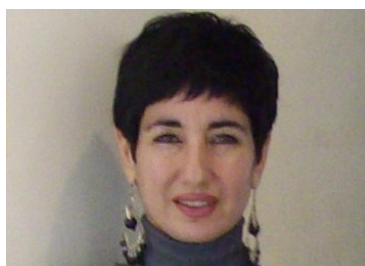
La **Lidap**, Lega Italiana contro i Disturbi d'ansia, Agorafobia e attacchi di Panico, nasce come associazione di volontariato nel 1991 per combattere disturbi d'ansia, agorafobia, attacchi di panico e depressione su tutto il territorio nazionale. Ne abbiamo parlato con Patrizia Peretti, Segretario Regionale Lidap Lazio e Patrizia Arizza, Addetto Stampa nazionale Lidap.

Come siete nati e quali sono state le difficoltà iniziali nel proporsi a persone che nella maggior parte dei casi hanno problemi ad ammettere il proprio disturbo?

Patrizia Arizza: La nostra avventura inizia nel 1991 quando Valentina Cultre-
ra ha partecipato al Maurizio Costanzo Show dichiarando che soffriva di attacchi di panico. Da allora la redazione del programma ha ricevuto tante lettere e telefonate che diventò spontanea l'iniziativa di mettere insieme tutte quelle persone. All'inizio è stato facile proprio perché era una delle prime volte che se ne parlava in televisione e questa iniziativa è stata accolta con grande favore da chi si è riconosciuto in quel racconto.



Patrizia Peretti: C'è anche da dire che la patologia oggi è riconosciuta, ma 17 anni fa non lo era e tutte le persone che sentivano di avere questo disturbo cercavano di capire attraverso gli altri cosa fosse.



Oggi invece se ne parla, prima un malessere del genere veniva diagnosticato come ansia o esaurimento nervoso e non preso in considerazione come un vero e proprio attacco di panico. Successivamente le persone hanno iniziato a capire cosa fosse effettivamente questo sintomo.

Nel 2004 si è costituito il Coordinamento Regione Lazio della Lidap onlus; i canali utilizzati sono stati quelli della rete telefonica, del sito internet e, soprattutto, il forum. La Lidap Nazionale è una Onlus, mentre nel Lazio ci siamo costituiti come associazione di volontariato.



La tecnica dell'auto-aiuto che voi praticate è alla base del percorso di crescita di un paziente, di che si tratta?

PP: La Lidap è stata la prima associazione in Italia a promuovere i gruppi di auto aiuto per questa patologia.

Le persone che compongono un gruppo hanno in comune lo stesso disagio, la stessa patologia e possono confrontarsi e fare un percorso alla pari; all'interno del gruppo non c'è la figura di un professionista, ma c'è un facilitatore della comunicazione.

Se un nostro terapeuta, all'atto del colloquio d'ingresso nella nostra associazione, si accorge che la patologia non è conforme a quelle di cui ci occupiamo, viene accompagnato verso qualche altra struttura più adeguata, con la quale c'è una collaborazione.

PA: Si può diventare soci dell'associazione solo se si è avuto un passato con questo tipo di patologie. Tutte le figure esterne come medici e psicologi che collaborano con noi sono "soci sostenitori".

Anche la figura del facilitatore dei gruppi di auto aiuto ha un vissuto di panico, ha fatto un percorso di crescita e in seguito ha fatto un corso di formazione per facilitare la comunicazione all'interno dei gruppi.

Le persone hanno bisogno di stare insieme a chi ha gli stessi sintomi e quindi confrontarsi e fare un cammino di crescita e guarigione comune.

Per entrare nei gruppi di auto-mutuo aiuto della Lidap il paziente deve partecipare all'incontro che organizziamo a Roma una volta al mese. Nella giornata di accoglienza informiamo le persone sulle attività della Lidap e ognuno può avere un colloquio con un terapeuta. Questo è molto importante in quanto il terapeuta può capire se i problemi di ansia siano una patologia primaria o meno. Per esempio nel caso degli alcolisti l'ansia è da considerarsi una patologia secondaria in quanto subordinata all'effetto dell'alcol.

In seguito, se si registra l'idoneità, il paziente può entrare nel gruppo di auto-mutuo aiuto e diventare socio dell'associazione a tutti gli effetti.

Il paziente diventa subito parte attiva dell'associazione? Come facilitate il suo periodo iniziale di ambientamento?

PA: Nella fase di accoglienza il paziente viene informato dei possibili percorsi da seguire e, dopo una visita con un terapeuta, ha la possibilità di scegliere liberamente il percorso di cura da seguire.

Ci sono persone per le quali è meglio un percorso individuale con uno psicologo, senza l'opzione del gruppo di auto aiuto. A quel punto diventa un suo percorso personale e l'associazione non gestisce questo tipo di scelta. Esistono poi quei casi in cui una persona, oltre al lavoro con il gruppo, vuole intraprendere anche

un percorso di psicoterapia.

Per me, come anche per Patrizia Peretti, attivarsi all'interno dell'associazione ha significato continuare il nostro percorso di guarigione, entrando come utenti e poi restando per aiutare gli altri.

Puntate a un riconoscimento istituzionale della patologia?

PP: La Lidap ha un comitato scientifico che attualmente sta lavorando al riconoscimento a livello istituzionale della patologia, che è stata già riconosciuta nel dizionario medico scientifico, ma noi vorremmo andare oltre.

Vorremmo per i pazienti il riconoscimento di un'invalidità temporanea affinché la persona che si trova nella sintomatologia acuta possa svolgere mansioni lavorative diverse. Non un declassamento, ma un minor aggravio dei suoi incarichi.

È importante sottolineare che la nostra è un'associazione di volontariato che prevede una quota annuale di soli 60 euro per il paziente; questo è importante anche perché forse è la sola presente in Italia.

PA: Ci stiamo focalizzando anche nell'ambito lavorativo per far valere quelle garanzie e quelle tutele per evitare che l'individuo venga emarginato o sottoposto a mobbing. Ad esempio, una persona che fa l'autista di autobus per un periodo può essere messo in ufficio fino a che la situazione non migliori e non torni in grado di riprendere il suo lavoro normale.

Rispetto alle terapie normalmente seguite nel percorso medico ospedaliero nazionale, voi come vi ponete?

PA: L'attività della nostra associazione non si pone come alternativa a un'altra terapia. In realtà le terapie normalmente seguite sono: la farmacoterapia, che viene prescritta da un medico, la psicoterapia e i gruppi di auto aiuto; poi esistono molte altre attività come lo yoga o che hanno a che fare con la meditazione.

La Lidap utilizza i gruppi di auto aiuto senza la presunzione di voler scalzare o sostituire altri metodi che comunque possono essere sempre affiancati in modo compatibile.

PP: Siamo presenti con le nostre attività su tutto il territorio nazionale. Abbiamo un progetto, a livello istituzionale, per ottenere i farmaci a titolo gratuito.

Come sono i rapporti tra la vostra associazione e i soggetti con cui vi trovate a interagire come le istituzioni e la classe medica?

PP: C'è collaborazione con la classe medica ma se si parla di istituzioni io ho trovato sempre un muro. Sono 4 anni che presentiamo un progetto alla Regione Lazio per avere dei fondi e cercare di finanziare le nostre attività. L'ultimo,

Patrizia Arizza e Patrizia Peretti

quest'anno, riguarda la possibilità di aprire uno sportello presso le ASL, negli ospedali e nei centri sociali per creare una rete con l'obiettivo di canalizzare e informare le persone che credono di avere questo problema. Questo perché riceviamo ogni giorno tantissime telefonate dalle persone dei centri sociali che non sanno come gestire questo tipo di patologie.

