

UNA SANTA A CUI VOTARSI, AL TEMPO DELLA DEPRESSIONE MALATTIA GLOBALE

In Inghilterra il terzo lunedì di gennaio è indicato come "Blue Monday", il giorno più deprimente dell'anno. I vescovi inglesi hanno lanciato un servizio di volontariato, ispirato a Santa Dinfna, patrona dei depressi e martirizzata per mano del padre affetto da gravi disturbi, per pregare e stare vicino alle persone depresse. E quanto ce ne sia bisogno, lo conferma la previsione dell'Oms: nel 2020 la depressione sarà la patologia prevalente nel mondo.

Se non l'avesse pubblicata il Sir, la notizia mi sarebbe suonata quasi come una bufala mediatica. Si parla di una Santa dal nome mai sentito, Dinfna, patrona dei depressi e martirizzata per mano del padre affetto da gravi disturbi mentali, di una bizzarra tradizione inglese, il "Blue Monday", cioè il giorno più triste dell'anno, che cadrebbe, sulla base di una equazione matematica il terzo lunedì di gennaio, e di vescovi, che approfittando del clamore mediatico suscitato dal "Blue Monday", istituiscono un gruppo di volontari, intitolato alla Santa in questione, per pregare e stare vicino alle persone depresse.

Se wikipedia ha ancora un senso, Santa Dinfna è davvero una Santa cattolica e il "Blue Monday", per quanto bizzarro, è realmente celebrato in Inghilterra. E i vescovi inglesi hanno avuto una intuizione geniale. Infatti nel 2020 l'Oms (Organizzazione mondiale della sanità) calcola che la depressione sarà la patologia che in tutto il mondo costituirà la principale causa di disabilità. Insomma, sarà la patologia prevalente del pianeta.

Nel complesso assistiamo ad un incremento del disagio psichico: in particolare, oltre la depressione, sono in vorticoso incremento le dipendenze comportamentali (cioè la dipendenza da comportamenti: dipendenza dal gioco, dal computer, dal sesso, dal lavoro, dallo shopping), che trasformano uomini e donne in caricature deformi schiave di piaceri altrettanto deformi. L'impatto sempre più precoce e sempre più pervasivo delle nuove e vecchie droghe sul cervello in via di sviluppo dei nostri figli adolescenti è correlato ad un incremento notevole del rischio di patologie mentali gravi nei giovani. Sempre più alcune condizioni lavorative esaltano fenomeni di mobbing e di burnout. Alcune forme di bullismo e di cyber bullismo raggiungono forme di violenza tra i bambini e i ragazzi che sorprendono e inorridiscono noi adulti. Insomma, nel complesso lo scenario mondiale sembra caratterizzato da una maggiore espressività del disagio psichico.

Ovviamente nessuno sa spiegare i dati dell'incremento delle diagnosi di depressione e in generale dell'aumento complessivo del grado di sofferenza psichica nel mondo. Da un lato c'è sicuramente l'emersione di quadri clinici in passato nascosti: per vergogna o per ignoranza molte persone depresse per esempio non hanno potuto ricevere le cure, nascondendo la loro condizione. Dall'altro lato, però, c'è a mio parere un fenomeno impietoso: questa organizzazione sociale è altamente stressante e evidenzia vulnerabilità un tempo forse più facilmente compensate da relazioni più autentiche e salde, da contesti sociali più accoglienti e meno veloci. Direi che un fattore patogeno tipico della società liquida post moderna è proprio la velocità. Tutto è estremamente più veloce, forse troppo.

Ed ecco perché i vescovi inglesi hanno avuto un'intuizione geniale: il "Blue Monday" è una specie di invenzione, una sorta di bizzarria inglese, ma la depressione no e parlarne serve. La depressione è ancora una malattia schiacciata dallo stigma e dalla vergogna, troppo spesso sottovalutata, persino nascosta e taciuta. Ma soprattutto l'intuizione davvero geniale è dar vita ad un gruppo di volontari (vabbè intitolati ad una Santa dal nome

improbabile) disponibili a offrirsi come sostegno e accompagnamento “porta a porta” per le persone depresse o affette da disagio psichico. Si certo, le cure sono necessarie, farmaci, psicoterapie e riabilitazione, ma la vera risposta sociale al male oscuro è abbattere l’isolamento e riaccendere la speranza attraverso relazioni, vicinanza, ascolto e affetto, cose davvero rare nella società iperveloce, tecnomediata e narcisista dell’era postmoderna.

Tonino Cantelmi

SIR, 14 gennaio 2016

(<http://agensir.it/europa/2016/01/14/una-santa-a-cui-votarsi-al-tempo-della-depressione-malattia-globale/>)