



Psichiatria sul territorio: dal luogo della malattia allo spazio della salute

Come gli ambulatori di salute mentale possono diventare parte della prevenzione e del benessere quotidiano.



DR. MED. LORENZO FOLINI
FMH Psichiatria e psicoterapia
Responsabile servizio ambulatoriale
Clinica Santa Croce

Negli ultimi anni la salute mentale è sempre di più uscita dall'ombra. **Sempre più persone, infatti, hanno cominciato a parlare apertamente e pubblicamente di ansia, stress, depressione o difficoltà relazionali.** Eppure, lo stigma verso la psichiatria rimane forte. Troppo spesso l'ambulatorio, o lo studio dello psichiatra, viene percepito come **“il luogo del malato”**, da frequentare solo in casi di grave necessità. In realtà, **la psichiatria ambulatoriale sta ultimamente vivendo una profonda trasformazione** e ha oggi una grande opportunità: quella di diventare, da spazio di cura tardiva, un **punto di salute e prevenzione, radicato nel territorio e aperto alla comunità.**

UN AMBULATORIO CHE PREVIENE

La prevenzione in salute mentale non riguarda solo l'evitare la cronicizzazione dei disturbi, ma anche **l'intercettare precocemente**

segnali di disagio: insonnia persistente, calo di energia o dell'umore, irritabilità, isolamento sociale. In questi casi un contatto rapido con un ambulatorio può ridurre il rischio di peggioramento e favorire un recupero più veloce. Accanto alla prevenzione secondaria, sorge dunque la necessità di muoversi anche sul fronte della **prevenzione primaria:** programmi di psicoeducazione, eventi pubblici, progetti e collaborazioni con istituti formativi e associazioni, con l'obiettivo di **promuovere una cultura della salute mentale alla pari della salute fisica.**

Accanto a questa prevenzione clinica, si colloca anche una forma di prevenzione più ampia che è attenta al territorio, ne studia le esigenze e crea nuove opportunità di cura. Proprio da questo ascolto nasce e si evolve dalla Clinica Santa Croce, un nuovo servizio ambulatoriale più indipendente e più prossimo all'utente, pensato per facilitare l'accesso a cure di alta qualità in tempi rapidi.

UNA RETE CHE FUNZIONA INSIEME

Un ambulatorio moderno non dovrebbe più lavorare da solo. **Il medico psichiatra interviene e coordina, ma accanto a lui operano psicoterapeuti, infermieri, assistenti sociali.** Il dialogo con il medico di famiglia è costante, così come i collegamenti con le reti associative locali. In questo modo si crea un tessuto che sostiene la persona nella sua interezza, evitando frammentazioni e tempi morti. Un esempio concreto? Un giovane adulto che manifesta sintomi di una depressione, con importante impatto sul proprio funzionamento quotidiano, può ricevere una valutazione psichiatrica, iniziare un percorso psicoterapeutico, essere seguito da un terapeuta per il reinserimento sociale o lavorativo. Tutto questo senza mai sentirsi “abbandonato tra i servizi”, ma accompagnato da una rete integrata.

Proprio in questa prospettiva, il nuovo ambulatorio non si limiterà a offrire una consulenza specialistica, ma si inserirà in una rete di cura più ampia ed integrata con la Clinica Santa Croce e lo Spitec Umaniti, condividendo una comune filosofia di cura, competenze ed esperienza. L'obiettivo è garantire un **supporto solido e coordinato**, sempre più centrato sulle necessità dell'utente, affinché la presa a carico sia continua ed efficace in tutte le sue dimensioni.

OLTRE LO STIGMA: UN LUOGO DI SALUTE

Per troppo tempo psichiatria ha significato etichette, paura e silenzi. Cambiare questa percezione è parte stessa della cura.



La direzione futura è quella rendere gli spazi di cura, e in particolare modo gli ambulatori, luoghi accoglienti, vicini, accessibili, dove si parla di salute e non solo di malattia. L'ambulatorio, con la sua rapidità di accesso e il suo legame con il territorio, vuole favorire questo cambiamento culturale: ridurre lo stigma e **facilitare la possibilità di chiedere aiuto senza paura o esitazioni.**

Il filosofo Seneca scriveva: “Non esiste vento favorevole per il marinaio che non sa dove andare”. La psichiatria territoriale può offrire proprio questo: una rotta chiara, un orientamento, anche nei momenti in cui la persona si sente smarrita.

Non solo farmaci e diagnosi, ma ascolto, strumenti e relazioni che aiutano a ritrovare direzione.

La psichiatria ambulatoriale dà l'occasione di diventare, a mio parere, anche un presidio di salute comunitaria, non più un luogo “separato” ma una risorsa diffusa, parte integrante del benessere collettivo.

Avvicinarsi a uno psichiatra non significa dichiararsi malati, ma prendersi cura di sé prima che il disagio diventi malattia. È questo il messaggio che può cambiare lo stigma e rafforzare il tessuto sociale: **la salute mentale è un bene di tutti, da coltivare giorno dopo giorno, insieme.** 