



DALLA PREVENZIONE DEL SUICIDIO NELLE FORZE ARMATE ALLA PROMOZIONE DEL BENESSERE DEL PERSONALE E DELLA SUA FAMIGLIA.



Introduzione

Al fine di analizzare in maniera dettagliata e organica il fenomeno dei suicidi nelle Forze Armate e definire tutte le possibili azioni da porre in essere per prevenire il fenomeno in oggetto, il Sig. Capo di Stato Maggiore della Difesa ha disposto la costituzione di un Tavolo Tecnico i cui lavori si sono conclusi nel mese di dicembre 2018. Sono seguite determinazioni da parte del suddetto Tavolo Tecnico, distinte temporalmente in tre fasi di realizzazione: a breve, medio, lungo termine. Tra le misure previste sono stati anche realizzati un sito web e una applicazione per *smartphone*, allo scopo di intercettare capillarmente l'utenza mediante i canali comunicativi maggiormente utilizzati e promuovere la campagna preventiva del fenomeno. L'efficacia delle campagne mediatiche nella prevenzione del suicidio è ampiamente condivisa in letteratura scientifica (*Evidence review 8 for suicide awareness campaigns; NICE guideline, September 2018; Suicide prevention research and campaign. Integrate findings and recommendation, Nicholas et al. June 2017*) fermi restando gli opportuni accorgimenti sottolineati anche dalla WHO da adottare nella trattazione dell'argomento. Informare capillarmente consente di diminuire lo stigma associato al fenomeno, di aumentare le conoscenze delle persone a rischio o che vogliono offrire supporto; di sfatare false credenze che possono ostacolare la comprensione

Metodo

A partire dalla redazione di tre documenti/brochure, aventi specifica finalità informativa e rivolti, rispettivamente, a tutto il personale militare, alla linea di Comando e agli operatori sanitari, pubblicati all'interno di una sezione del sito del Ministero della Difesa e inviati tramite posta elettronica a tutto il personale appartenente all'A.D., si è ritenuto opportuno implementare l'attività di sensibilizzazione e informazione pubblicizzando la campagna preventiva sul web e realizzando una Applicazione per *smartphone* che rendesse ancor più immediati e fruibili i contenuti informativi pubblicati online. Tuttavia, allo scopo di non ridurre l'attenzione dell'A.D. al solo fenomeno suicidario, ma trasmettere l'interesse rivolto all'individuo nel suo complesso e alla valorizzazione della risorsa umana, il sito e la *app* sono stati sviluppati ponendosi come obiettivo centrale la promozione del benessere psicologico e della salute mentale. Contengono pertanto informazioni non solo sulla prevenzione del suicidio ma anche sul mantenimento della salute psicologica, sulla gestione dello stress, sullo sviluppo della resilienza, sull'importanza delle relazioni come fattore protettivo, sulle forme più frequenti di disagio psichico e come affrontarle, indicando risorse utili per fronteggiare le difficoltà attraverso una maggiore consapevolezza e ad incrementare le abilità personali.



Risultati

Nel mese di luglio è stato pubblicato *online* il sito web ed è in fase di completamento una versione 1.0 dell'*app* per *smartphone*. I contenuti pubblicati hanno lo scopo di sensibilizzare tutto il personale sulle tematiche psicologiche proposte non sostituendo in alcun modo gli interventi di consulenza e terapeutici dei professionisti della salute mentale. A tal proposito sia nel sito web che nell'*app* è presente anche l'elenco dei consultori/servizi sanitari operativi sul territorio afferenti alle diverse FA/CC a cui il personale può rivolgersi per ricevere supporto professionale.

Conclusioni

I programmi di prevenzione primaria del disagio psichico, sino al rischio suicidario, prevedono la realizzazione di interventi informativi e formativi sui fattori di rischio e sulle misure da intraprendere per fronteggiarlo, al fine di rendere le persone maggiormente consapevoli delle situazioni di vulnerabilità in cui possono venirsi a trovare. Tuttavia è necessario altresì sostenere azioni continue e mirate alla promozione del benessere e al sostegno di tutti quei fattori personali, familiari e sociali che costituiscono la resilienza, reale armatura protettiva di un militare, capace di proteggerlo dagli eventi stressanti, dai *life event*, sino agli incidenti critici traumatici che potrebbe incontrare nel corso della vita privata e professionale. Infine, essendo di fondamentale importanza combattere lo stigma sociale che si accompagna alla richiesta di aiuto psicologico, proporre lo stesso come una opportunità a sostegno del benessere e dell'efficienza operativa piuttosto che come esclusivo intervento in caso di sintomatologia clinica, può aiutare a scardinare il pregiudizio e la distanza percepita che rischiano di limitarne l'efficacia.



Bibliografia:

- Suicide prevention: toolkit for engaging communities. WHO, 2018
- Pompili. La prevenzione del suicidio. Bologna, 2013.
- Pompili M Tatarelli R. Parlare di Suicidio, Roma, 2009.
- J Can Acad Child Adolesc Psychiatry. 2016 Spring; 25(2): 73-79. Web-Based and Mobile Suicide Prevention Interventions for Young People: A Systematic Review (Perry et al., 2016).
- J Can Acad Child Adolesc Psychiatry. 2016 Spring; 25(2): 80-86. Online and Social Media Suicide Prevention Interventions for Young People: A Focus on Implementation and Moderation.(Robinson et al., 2016).
- Evidence review 8 for suicide awareness campaigns. Nice guideline, September 2018.
- Suicide prevention research and campaign; Nicholas et al. Journal of University of Melbourne. June 2017.