



AGOSTO 2011

[www.prevenireilsuicidio.it](http://www.prevenireilsuicidio.it)

SERVIZIO PER LA PREVENZIONE DEL SUICIDIO: Prof. Maurizio Pompili  
Coordinamento Scientifico: dott.ssa D. Erbutto, dott.ssa V. Tomaselli, dott.ssa D. Luciano  
Progetto Grafico a cura di Enjoy Roma srl - [www.enjoyeventi.com](http://www.enjoyeventi.com)

ANNO I  
NUMERO 1

## Saluto ai lettori

“Quando ho iniziato questo lavoro non immaginavo quanto affascinante potesse essere per me l’argomento. In realtà ho potuto comprendere profondamente alcune delle dinamiche legate al concetto di morte come scelta. Ho imparato che la morte può essere una via di uscita accolta all’interno di una vasta gamma di possibilità umane, e come tale ha bisogno di essere ascoltata, considerata, compresa”.

### prof. Maurizio Pompili

Responsabile del Servizio per la Prevenzione del Suicidio

Referente italiano della IASP.

Ricercatore Universitario.

Dipartimento di Neuroscienze,  
Salute Mentale Organi di Senso,  
Ospedale Sant’Andrea.

Via di Grottarossa, 1035

00189 Roma

Tel: 06/33775675

Email: [maurizio.pompili@uniroma1.it](mailto:maurizio.pompili@uniroma1.it)

**A**scoltare, comprendere, sostenere questi gli interventi che sostengono le attività del Servizio per la Prevenzione del Suicidio e la Prevenzione dei Disturbi dell’Umore e del Suicidio, avente sede in Roma, presso la U.O.C. di Psichiatria dell’Ospedale Sant’Andrea - Cattedra di Psichiatria, Facoltà di Medicina e Psicologia Sapienza Università di Roma. In sinergia con L’SPDC della stessa struttura, diretta del Prof. Paolo Girardi, Ordinario di Psichiatria, il Centro è coordinato dal prof. Maurizio Pompili sotto la cui egida si muove una task-force costituita da medici, psichiatri, psicologi formati ad hoc nell’intervenire e aiutare quanti vogliono tentare o hanno tentato in passato il suicidio o hanno perso un caro per suicidio.

La consolidata tradizione nel campo del suicidio ha reso al gruppo del prof. Pompili alta credibilità e stima nei massimi ambienti scientifici internazionali, permettendo collaborazioni con numerose istituzioni, universitarie e non, nelle quali hanno sede sviluppi scientifici di grande rilievo. Non meno importante è l’impegno che la suddetta struttura effettua nel campo del suicidio grazie alle interazioni con l’International Association for Suicide Prevention, l’American Association of Suicidology, l’International Academy of Suicide Research e l’Organizzazione Mondiale della Sanità.

Le collaborazioni con il McLean Hospital – Harvard Medical School, la Columbia University, la UCLA di Los Angeles, la University of Chicago, la University of San Diego

e numerose altre istituzioni governative e non, compresi numerosi centri per la prevenzione del suicidio nel mondo, completano l’intensa attività scientifica della cattedra, rendendola uno dei principali poli della suicidologia al mondo.

Scopo principale del Centro è fornire uno spazio di cura capace di fronteggiare una specifica crisi nata all’interno di un conflitto tra desiderio di morire e volontà di vivere. Le attività del centro garantiscono un approccio diretto e continuativo con i pazienti e i loro familiari al fine di evitare l’emarginazione sociale e affettiva. A tale scopo vengono offerte visite ambulatoriali settimanali svolte da psichiatri preparati, colloqui di sostegno e programmi psicoeducazionali funzionali a ristabilire un contatto con le proprie emozioni e con il proprio corpo e ad alleviare o meglio gestire il dolore mentale soverchiante nei soggetti a rischio.

L’esperienza clinica e la letteratura evidenziano come, avvolti da un clima di attenzione e di ascolto empatico, molti di coloro che decidono di morire sceglieranno di vivere.

Al fine di aumentare e ampliare il potenziale di fruibilità del nostro operato e fornire una risposta immediata alle situazioni di emergenza è stata istituita una help-line telefonica. Servizio che, attuato nel pieno rispetto dell’anonimato, garantisce, a ogni chiamante, la possibilità di parlare ed essere ascoltato senza pre-giudizio e con il massimo rispetto.

## Il suicidio...

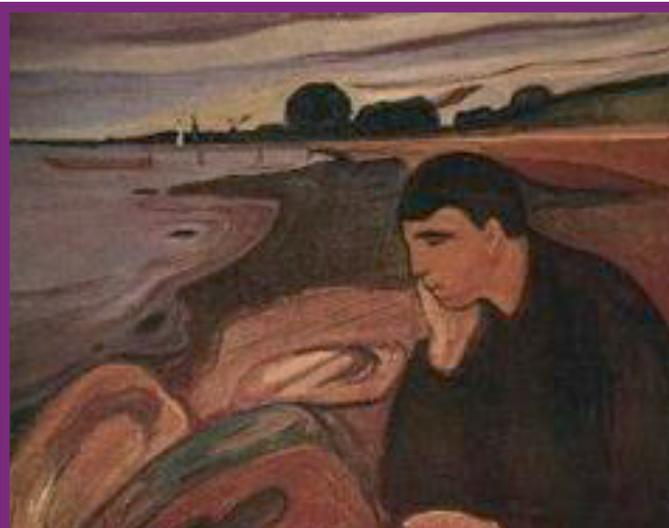
Allo stato attuale, il suicidio è un problema grave nell'ambito della salute pubblica. L'Organizzazione Mondiale della Sanità stima un peggioramento del fenomeno suicidario dall'attuale milione di morti per suicidio potrebbe raggiungere un milione e mezzo nel 2020. E' la tragedia umana che ogni anno si consuma superando le morti per attentati terroristici, conflitti bellici e calamità naturali messe insieme. Stando ai dati forniti dall'Istituto Superiore di Sanità, in Italia su circa 4.000 persone morte per suicidio in Italia nel 2002, ben 3.000 erano uomini.



Il suicidio e' il risultato di una complessa interazione di fattori psicologici, biologici e sociali. Il suicidio non emerge mai dal piacere (sebbene vi siano delle eccezioni del tutto particolari), piuttosto e' sempre legato a dispiaceri, vergogna, umiliazione, paura, terrore, sconfitte ed ansia; sono questi gli elementi del dolore mentale che conducono ad uno "stato perturbato". Si tratta di uno stato della mente in cui il soggetto perde gli abituali punti di riferimento. Si sente angosciato, frustrato, senza aspettative nel il futuro e inaiutabile. Questa miscela di emozioni diviene "esplosiva" quando l'individuo si rende conto che per risolvere tale sofferenza estrema, il suicidio è la migliore soluzione. Nella trattazione del suicidio la parola chiave non e' 'morte' ma 'vita' dal momento che questi individui sono fortemente ambivalenti circa la loro scelta; piuttosto vogliono vivere ma senza il loro dolore mentale insopportabile.

## Fattori di rischio e miti da sfatare

La conoscenza dei fattori di rischio, pur non essendo l'unico strumento, è un elemento importante per riconoscere l'individuo a rischio (Tabella 1). Questi, in interazione con i fattori positivi, costituiscono le basi empiriche per la prevenzione del suicidio. La comprensione dei fattori di rischio può aiutare a dissipare il mito che il suicidio è un atto casuale o semplice risposta ad uno stress. Al contrario, è il punto di svolta per una situazione divenuta insostenibile, nella quale l'individuo sperimenta sentimenti di disperazione, inappagamento dei bisogni primari, inaiutabilità e conflitti ambivalenti tra sopravvivere con uno stress divenuto insopportabile nei confronti del quale si sperimenta un restringimento delle opzioni per fronteggiarlo e il bisogno di sottrarsi a questa situazione.



## Fattori di rischio per il suicidio

Fattori biopsicosociali:	Fattori di rischio ambientali:	Fattori di rischio socioculturali:
Disturbi mentali, in particolare disturbi dell'umore, schizofrenia, ansia grave e alcuni disturbi di personalità	Perdita di lavoro o perdita finanziaria	Mancanza di sostegno sociale e senso d'isolamento
Alcol e altri disturbi da abuso di sostanze	Perdite relazionali o sociali	Stigma associato con necessità di aiuto
Hopelessness	Facile accesso ad armi letali	Ostacoli nell'accedere alle cure mediche, soprattutto relative alla salute mentale e all'abuso di sostanze
Tendenze impulsive e/o aggressive	Eventi locali di suicidio che possono indurre fenomeni di contagio	Alcune credenze culturali e religiose
Storia di un trauma e abusi		L'essere esposti ad atti di suicidio, anche attraverso i mass media
Alcune patologie mediche gravi		
Precedenti tentativi di suicidio		
Storia familiare di suicidio		

## Miti e Fatti sul suicidio

MITO	FATTO
le persone che commettono il suicidio raramente parlano del suicidio.	le persone che commettono il suicidio, spesso, danno dei segnali verbali della loro intenzione.
le persone suicide sono determinate a morire.	molte persone sono indecise sul vivere o morire e "scommettono" con la morte, lasciando agli altri il compito di salvarli.
una volta che una persona è suicida lo è per sempre.	gli individui che vogliono uccidersi sono suicidi solo per un periodo limitato di tempo.
il suicidio colpisce molto di più i ricchi o all'opposto si verifica esclusivamente tra i poveri.	il suicidio non riguarda da vicino né il ricco né il povero. Il suicidio è molto "democratico" ed è rappresentato proporzionalmente in tutti i livelli della società.
il parlare di suicidio può dare l'idea di commettere il gesto.	molti soggetti alle prese con problematiche psichiche e fisiche hanno già considerato il suicidio. La discussione aperta dell'argomento aiuta la persona in crisi a capire meglio i suoi problemi e le possibili soluzioni e, spesso, fornisce sollievo e comprensione.
: la persona suicida vuole morire e ritiene che non ci sia il modo di tornare indietro.	la persona suicida spesso si sente ambivalente sul voler morire.

Una corretta conoscenza del fenomeno suicidario deve basarsi sui fatti e debellare quanto più possibile false credenze

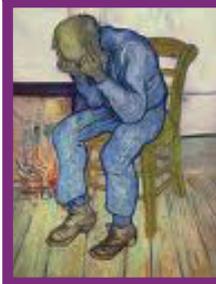
### La prevenzione del suicidio riguarda tutti



Quotidianamente ci battiamo per diffondere il messaggio di varie organizzazioni internazionali che operano nella prevenzione del suicidio, ovvero "La prevenzione del suicidio riguarda tutti". Nell'ambito di questa campagna si ribadisce l'importanza del riconoscimento dei segnali d'allarme non solo da parte degli operatori della salute, ma anche dell'intera comunità.

L'individuo prima di compiere l'atto letale spesso indica la sua intenzione o usa espressioni come "Magari fossi morto" o "Ho intenzione di farla finita", oppure meno dirette come "A che serve vivere?", "Ben presto non dovrai più preoccuparti di me" e "A chi importa se muoio?" Questi soggetti tendono ad isolarsi dagli amici e dalla famiglia; ad esprimere la convinzione che la vita non abbia senso e speranza. Spesso si notano cambiamenti delle abitudini alimentari, del sonno, delle attività quotidiane e del rendimento scolastico o lavorativo. Si può verificare un maggiore consumo di alcol o l'abuso di sostanze. Questi individui tendono ad non avere cura dell'aspetto esteriore e a disfarsi facendo una specie di testamento. In alcuni casi si nota un miglioramento improvviso e inspiegabile dell'umore dopo essere stati depressi, poiché il soggetto avendo preso la decisione, ha trovato la soluzione alla propria angoscia. Non dovrebbe mai sfuggire l'accumulare farmaci, comprare un'arma da fuoco o il possibile accesso ad altri mezzi letali. I soggetti suicidi sembrano aver perso le speranze nel futuro e manifestano un sentimento di disperazione.

### Cosa fare e cosa non fare



Colui che deve confrontarsi con il rischio di suicidio ha la naturale paura di dare al persona idee di suicidio durante l'indagine sul tema. Tuttavia non esiste alcuna prova che sostenga tale timore; il suicidio è un atto serio e cosciente che necessita molto di più di un

singolo colloquio per essere agito. Parlarne con onestà e franchezza, senza timori aiuta notevolmente coloro che lo hanno meditato. Ci sono delle semplici regole che è importante seguire nel comunicare con gli individui a rischio di suicidio come di seguito indicato.

#### Come comunicare

- Ascoltare attentamente, con calma
- Comprendere i sentimenti dell'altro con empatia
- Esprimere rispetto per le opinioni e i valori della persona in crisi
- Parlare onestamente e con semplicità
- Esprimere la propria preoccupazione, l'accudimento e la solidarietà
- Concentrarsi sui sentimenti della persona in crisi

#### Come non comunicare

- Interrompere troppo spesso
- Esprimere il proprio disagio
- Dare l'impressione di essere occupato e frettoloso
- Dare ordini
- Fare affermazioni intrusive o poco chiare
- Fare troppe domande

## Per saperne di più...

Incontro con Papa Benedetto XVI: Maurizio Pompili incontra Papa Benedetto XVI in occasione della Giornata Mondiale per la Prevenzione del Suicidio 2010 dopo l'Assemblea Generale del Mercoledì (8 settembre 2010). Il Papa con molto calore ha stretto per alcuni secondi entrambi le mani di Maurizio Pompili, ha ascoltato alcune parole e poi ha benedetto la prevenzione del suicidio. In quei momenti, ricorda Maurizio Pompili "ho visto passare tra il mio sguardo e quello del Santo Padre secoli di difficoltà nel trattare il tema del suicidio ... dopo secoli il tema della prevenzione del suicidio è stato posto anche nelle mani della Chiesa".



Un evento, questo che oltre a porre l'accento sulla necessità di non rimanere indifferente alla solitudine e al dolore di ogni essere umano, restituisce dignità ad una problematica da sempre considerata tabù nella nostra società.

Race for Life: Il Centro organizza, sotto la diretta gestione del CONI, del CSEN (Centro Sportivo Educativo Nazionale) organizza la Race for Life da un'iniziativa di Maurizio Pompili e del Servizio per la prevenzione del suicidio) e dell'assistenza logistica della Maratona di Roma, la Race for Life, evento sportivo nato da un'iniziativa del Direttore del Centro, Prof. Maurizio Pompili e promosso dall'International Association for Suicide Prevention e dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (World Health Organization).

La manifestazione, ascritta all'interno della Giornata Mondiale della Prevenzione del Suicidio, si colloca in un'ottica di sensibilizzazione pubblica e mediatica sulla tematica del suicidio e della prevenzione con fini umanitari, sanitari e sociali. Si tratta di una corsa su strada competitiva e non in due distanze, 3 e 6 km che, nella prima edizione, ha avuto come cornice lo stadio delle Terme di Caracalla, nel pieno centro di Roma. La gara podistica è stata organizzata sotto il patrocinio del Comune di Roma, Provincia di Roma, Agenzia Sanità Pubblica, Istituto Superiore della Sanità, Ministero della Gioventù e con la collaborazione di sponsors di alto profilo come AREA-SPORTINGCLUB, ACEA, CENTRALE DEL LATTE DI ROMA, ATAC.

Il successo riscosso lo scorso anno, il 12 Settembre, muove con entusiasmo i preparativi per la II<sup>a</sup> edizione che si svolgerà il 02 Ottobre sempre nel contesto delle Terme di Caracalla. L'organizzazione tecnica sarà curata, anche per quest'anno, dal CSEN e dal CONI, ormai partners solidi del Centro per la Prevenzione del Suicidio.

## I Nostri Servizi

**Helpline centro prevenzione suicidio:** attiva dal lunedì al venerdì dalle ore 9:00 alle ore 16:30 al numero 06/33777740.

Visite ambulatoriali e colloqui di sostegno: prenotazioni ogni lunedì, mercoledì e venerdì dalle 11:00 alle 12:00 telefonando allo 06/33775675.

**Gruppi di Psicoeducazione:** l'attività si svolge ogni lunedì dalle 15:00 alle 16:30 e prevede un ciclo di 8 incontri, alla fine del quale si può accedere ad un programma di mantenimento in cui poter approfondire i temi trattati ed enfatizzare ulteriormente gli obiettivi conseguiti.

**Il nostro sito:** [www.prevenireilsuicidio.it](http://www.prevenireilsuicidio.it)  
[prevenireilsuicidio@uniroma1.it](mailto:prevenireilsuicidio@uniroma1.it)



### LIBRI CONSIGLIATI

Tatarelli, R, Pompili, M; Il suicidio e la prevenzione  
Giovanni Fioriti Editore. Roma: 2008

Pompili, M, Tatarelli, R; La prevenzione del suicidio in psicoterapia  
Alpes. Roma: 2010