

Usciamo dall'apatia

Trovo sul dizionario Zingarelli questa definizione della parola Apatia: Stato di insensibilità di fronte alla vita, ai sentimenti.

E' chiaro che un simile stato d'animo, privo di interessi che ci stimolino a vivere, è del tutto negativo per chiunque, e non è consono alla vita umana, e anzi allontana chi ne è preso dalla società, e lo trascina prima nell'indifferenza, poi nella depressione, fino a raggiungere forme di malessere psichico che necessitano di terapia. Se il soggetto è già clinicamente malato, il sopravvenire dell'apatia crea un grosso ostacolo al miglioramento delle sue condizioni di salute, meno che mai favorisce la guarigione. Perché il paziente psichico ha bisogno, come ogni altro essere umano, di interessi che lo stimolino a vivere, a pensare, ad avere, sì, un proprio mondo interiore, ma al tempo stesso ha bisogno che questo mondo interiore si concili col mondo esterno, cioè con la realtà. Lasciandoci prendere dall'apatia, rifiutiamo invece questo accostamento, e pregiudichiamo la guarigione, quando non creiamo addirittura un peggioramento della nostra salute psichica; proprio perché l'apatia è una forma di inerzia e noi abbiamo semmai bisogno di cose che ci stimolino, di interessi che ci facciano apprezzare la vita, sia quella interiore che quella reale. Chiudersi così alle emozioni, può servire all'inizio a evitarci sofferenze, e se soffriamo meno ci sembra di stare meglio, di essere, se non felici, almeno non-infelici; ma è un errore, perché nella vita ci sono anche molte belle cose, fonti di gioia e di piacere, e lasciandoci prendere dall'apatia, ci neghiamo anche quelle. Nella vita c'è sofferenza e c'è gioia, e negandoci l'una, ci neghiamo anche l'altra; e noi pazienti psichici abbiamo, più di ogni altro, bisogno di "partecipare" alla vita, di tornare a star bene.

Per questo la moderna psichiatria produce molte iniziative (prime tra tutte i Centri Diurni) per stimolare gli interessi del paziente, affinché non si chiuda in se stesso, estraniandosi dal mondo. Una logica completamente opposta a quella dei vecchi manicomi, dove l'80% dei ricoverati non faceva altro che "pascolare" tutto il giorno, in attesa dell'ora di andare a dormire la sera, essendo in questi casi il sonno una forma di vita "non cosciente" che permette per alcune ore di non soffrire. Perché l'apatia dà l'illusione di non soffrire, è simile al sonno, nel senso che anestetizza all'inizio il dolore, assieme ai sentimenti; poi il dolore ricompare più grande, e via via in una spirale perversa di indifferenza e di dolore alternati e sempre più forti. In fin dei conti, in qualsiasi malattia anche fisica si cerca di guarire il male, mentre l'anestesia, l'antidolorifico, vengono dati soprattutto all'inizio, per lenire un dolore di cui però si cerca di curare la causa, cioè la malattia che lo ha generato. Così nelle patologie psichiche una specie di anestesia si fa all'insorgere del malessere psichico, soprattutto durante i ricoveri ospedalieri, con dosi massicce di farmaci, che in questo caso servono più che altro a "sedare" il paziente che, una volta uscito, verrà curato nei Servizi di Salute Mentale, per rimuovere la causa del male, e del dolore, con cure non soltanto farmacologiche.

Così, proseguendo in quest'opera, facciamo al Centro Lugli, stimolando i soci con varie iniziative, come i Corsi (computer, inglese, disegno eccetera), cercando di coinvolgerli in iniziative che li stimolino a essere sempre mentalmente attivi, e interessati alle varie cose della vita, perché nelle patologie mentali dev'essere l'organo "malato" (scusate il termine) a impegnarsi a curare se stesso; e noi stimoliamo il socio, ogni socio, perché questo possa succedere.

In sostanza, uscire dall'indifferenza, non cadere nell'apatia, porta il paziente a migliorare e/o guarire e di conseguenza diminuisce le sue sofferenze, e gli procura maggiori (sia per quantità che per qualità) motivi e stati d'animo di piacere di vivere, e di gioia; perciò è auspicabile che ogni paziente psichico, stimolato dalle USL e da centri come il nostro, e moltissimo dai familiari, non si chiuda in se stesso, non cada nell'indifferenza e nell'apatia, perché, non cadendoci o uscendone se c'è già, riceverà, assieme a quella che astrattamente chiamiamo "guarigione", una migliore qualità della vita.

Armando Misuri