

# Guida ai servizi di salute mentale nelle comunità

## Riassunto esecutivo

Durante gli ultimi decenni, il tema della salute mentale ha ricevuto sempre più attenzione da parte di governi, organizzazioni non governative (ONG) e organizzazioni multilaterali come l'ONU e la Banca Mondiale. Grazie a un'aumentata consapevolezza dell'importanza di fornire cure e servizi che siano centrati sulla persona, rispettosi dei diritti umani e orientati al recupero, i servizi di salute mentale di tutto il mondo si stanno sforzando di fornire sostegno e cure di qualità.

Tuttora, però, molti servizi si scontrano con una notevole inadeguatezza di risorse, agiscono sulla base di criteri e leggi sorpassati, o sono radicati in maniera eccessiva sul modello biomedico, in cui le cure sono prevalentemente incentrate su diagnosi, farmaci e riduzione dei sintomi, trascurando l'ampio spettro di fattori sociali che hanno impatto sulla salute mentale della gente: tutte cose che ostacolano il progresso verso la piena realizzazione di un approccio basato sui diritti umani. Ne risulta che, nel mondo, molte persone con problemi di salute mentale e disabilità psicologiche sono soggette a violazioni dei loro diritti umani, in alcuni casi persino nelle strutture di cura, carenti dal punto di vista di supporto e cura.

La guida OMS per i servizi di salute mentale nella comunità viene pubblicata con lo scopo di aiutare i paesi nei loro sforzi di allineare i sistemi e servizi di salute mentale agli standard internazionali di diritti umani, inclusa la Convenzione sui Diritti delle Persone con Disabilità (CRPD – Convention on the Rights of Persons with Disabilities). Ciò viene attuato promuovendo un approccio centrato sulla persona e basato sui diritti, e attivandosi per migliorare i servizi di salute mentale nelle comunità che promuovono un tale approccio. La guida fornisce esempi, presi dal mondo reale, di buona pratica nei servizi di salute mentale in diversi contesti, e descrive i necessari collegamenti con diversi ambiti - come quello abitativo, dell'istruzione e dei servizi sociali - per assicurare che le persone con disagio mentale siano incluse nella comunità e siano in grado di condurre una vita piena e significativa. La guida, inoltre, fornisce esempi di alcune reti integrate, a livello regionale e nazionale, che forniscono sostegno e servizi sul territorio. Infine, vengono fornite alcune raccomandazioni e azioni a regioni e paesi per sviluppare servizi di salute mentale nelle rispettive comunità che siano rispettosi dei diritti umani delle persone e siano orientati al recupero.

Questa esauriente guida è accompagnata da sette pacchetti tecnici che contengono descrizioni dettagliate dei servizi di salute mentale descritti nella guida stessa:

1. Servizi di salute mentale per le crisi
2. Servizi di salute mentale ospedalieri
3. Centri di salute mentale nel territorio
4. Servizi di salute mentale di supporto tra pari
5. Servizi di salute mentale che si estendono nel territorio
6. Sostegno al vivere per la salute mentale
7. Reti integrate di servizi di salute mentale

## Messaggi chiave di questa guida

- Molte persone con problemi di salute mentale e disabilità psicosociali si scontrano con cure di scarsa qualità e violazioni dei loro diritti umani. Ciò richiede cambiamenti profondi nei servizi di salute mentale.
- In molte parti del mondo esistono esempi di buone pratiche, servizi di salute mentale presenti nel territorio, che sono centrati sulla persona, orientati al recupero e aderiscono agli standard del rispetto dei diritti umani.
- In molti casi, questi servizi caratterizzati da buone pratiche costano meno dei servizi tradizionali.
- Sono necessari dei cambiamenti significativi nel settore sociale per sostenere l'accesso all'istruzione, all'impiego, all'abitazione e ai benefici sociali per le persone con problemi di salute mentale e disabilità psicosociale.
- Per implementare i cambiamenti richiesti dal CRPD, è essenziale migliorare le reti integrate di servizi di salute mentale nel territorio.
- Le raccomandazioni e le azioni concrete contenute in questa guida forniscono una mappa chiara che consente ai paesi di raggiungere questi obiettivi.

## Introduzione

Relazioni provenienti da tutto il mondo evidenziano la necessità di occuparsi della discriminazione e promuovere i diritti umani nei servizi di salute mentale. Ciò include l'eliminazione delle pratiche coercitive come il ricovero e il trattamento coatto, la contenzione manuale, fisica o chimica o l'isolamento, e abbattere lo squilibrio di potere che esiste tra il personale sanitario e le persone che usufruiscono dei servizi. Sono necessarie azioni ad ampio spettro, non solo nei paesi a basso reddito, ma anche in quelli a reddito medio o alto.

Il CRPD riconosce queste sfide e richiede importanti riforme e la promozione dei diritti umani, una necessità ribadita con forza negli Obiettivi di Sviluppo Sostenibile (SDG – Sustainable Development Goals). Serve un fondamentale cambio di paradigma nel campo della salute mentale, che comprende il ripensare regole, leggi, sistemi, servizi e pratiche in vigore nei diversi settori che impattano negativamente sulle persone con problemi di salute mentale e disabilità psicofisiche.

Dall'adozione del CRPD nel 2006, un crescente numero di paesi sta cercando di riformare le proprie leggi e regolamenti per promuovere i diritti in direzione di: inclusione nella comunità, dignità, autonomia, emancipazione e recupero. A oggi, tuttavia, pochi paesi hanno stabilito regolamenti e dispositivi legali sufficienti a implementare quei cambiamenti epocali richiesti dal modello internazionale dei diritti umani. In molti casi, i regolamenti e le leggi esistenti perpetuano le cure basate su istituzionalizzazione, isolamento e pratiche terapeutiche dannose e coercitive.

Fornire servizi di salute mentale radicati nel territorio, che aderiscano ai principi dei diritti umani delineati dal CRPD – inclusi i diritti fondamentali a uguaglianza, non discriminazione, piena ed effettiva partecipazione e inclusione nella società, e rispetto per autonomia e dignità connaturati alla persona - richiede drastici cambiamenti nelle metodiche e prassi diffuse in molti paesi. L'implementazione di tali cambiamenti può rappresentare una sfida in un contesto caratterizzato dalla presenza di risorse umane e finanziarie insufficienti.

Questa guida presenta diverse opzioni che ciascun paese può prendere in considerazione e adottare come atte a migliorare i propri sistemi e servizi di salute mentale. Presenta un menu di buone pratiche ancorate a

servizi di salute mentale basati sul territorio, e svela un percorso per migliorare i servizi di salute mentale che siano innovativi e basati sui diritti delle persone. In presenza delle limitazioni cui molti servizi di salute mentale sono soggetti, la realizzazione di questo approccio presenta diverse sfide ma, nonostante queste limitazioni, gli esempi di servizi di salute mentale di cui si parla in questa guida mostrano concretamente che si può fare.

## Esempi di buone pratiche nei servizi di salute mentale sul territorio

In molti paesi, i servizi di salute mentale offerti alla comunità forniscono una gamma di servizi che vanno dai servizi di salute mentale per le crisi, servizi che si estendono nel territorio, servizi di supporto tra pari, servizi ospedalieri, servizi di sostegno al vivere e centri di salute mentale. Gli esempi descritti in questa guida coprono diversi contesti, per esempio il servizio territoriale di Atmiyata, India, quello della Aung Clinic di Myanmar e la Friendship Bench (panchina dell'amicizia) nello Zimbabwe, i quali, tutti, fanno uso di operatori territoriali di salute e sistemi di salute primari. Altri esempi includono i servizi ospedalieri come quello di BET in Norvegia, specializzato nel recupero, e i servizi di crisi come quello di Tapu Ake, in Nuova Zelanda. Questa guida rende conto anche di servizi di sostegno al vivere come la rete Key Ring Living Support nel Regno Unito e i servizi basati sull'aiuto tra pari come il gruppo Utenti e Sopravvissuti della Psichiatria in Kenya e i gruppi Hearing Voices in tutto il mondo.

Se da una parte ognuno di questi servizi è unico, la cosa più importante è ciò che hanno in comune: il promuovere un approccio di recupero ai servizi di salute mentale che sia centrato sulla persona e basato sui diritti umani. Nessuno di questi è perfetto, ma sono esempi da cui trarre ispirazione e speranza perché coloro che li hanno creati hanno intrapreso azioni concrete in una direzione positiva tendente all'allineamento con i principi della CRPD.

Ogni descrizione di servizio per la salute mentale mostra i principi chiave su cui il servizio stesso è fondato, incluso l'impegno a rispettare capacità giuridica, pratiche non coercitive, inclusione nella comunità, partecipazione e approccio mirato al recupero. È interessante notare come ognuno dei centri qui descritti abbia implementato un metodo di valutazione che risulta utile nelle valutazioni di qualità, prestazioni ed efficacia dei costi. In ogni esempio, si riferiscono i costi, confrontandoli con quelli di servizi regionali o nazionali di grandezza paragonabile.

Questi esempi di servizi di salute mentale che adottano buone pratiche saranno utili per coloro che vorranno stabilire un nuovo servizio di salute mentale e riconfigurare quelli esistenti. La descrizione dettagliata, nei pacchetti informativi, contiene una panoramica delle sfide che questi servizi hanno dovuto affrontare nel corso della loro evoluzione, e le soluzioni che sono state implementate per farvi fronte. Queste strategie o approcci possono essere replicati, trasferiti o migliorati in altri contesti. La guida contiene i passi pratici e le raccomandazioni per stabilire o trasformare servizi di salute mentale caratterizzati da buone pratiche che possano operare con successo, in un ampio spettro di sistemi legali, rispettando i diritti umani, rinunciando alla coercizione e sostenendo la capacità giuridica dell'individuo.

## Sono richiesti anche sostanziali cambiamenti nel settore sociale

In un contesto più ampio, i fattori sociali critici che hanno impatto sulla salute mentale della gente, come violenza, discriminazione, povertà, esclusione, isolamento, insicurezza lavorativa, e la mancanza di accesso a soluzioni abitative, reti di sicurezza sociale e servizi sanitari, sono spesso trascurati o esclusi dalla discussione e dalla pratica della salute mentale. In realtà, chi deve confrontarsi con problemi mentali e disabilità psicosociali, spesso si scontra con barriere sproporzionate che impediscono l'accesso a diritti umani fondamentali, come istruzione, lavoro, abitazione e benefici sociali, proprio a causa della loro disabilità. Come risultato, molti di loro vivono in povertà.

Per tali motivi, è importante sviluppare servizi di salute mentale che si occupino di questi importanti problemi del vivere e assicurino che i servizi disponibili per la popolazione generale siano anche accessibili alle persone con problemi mentali o disabilità psicosociali.

A prescindere da quanto siano ben organizzati, i servizi di salute mentale non sono sufficienti a sostenere il bisogno di tutti, in particolare delle persone che vivono in povertà, prive di abitazione, istruzione o reddito. Per questo è essenziale assicurare che i servizi di salute mentale e i servizi sociali s'impegnino e collaborino in maniera pratica e significativa per fornire un supporto olistico.

In molti paesi è già stato compiuto un notevole progresso per diversificare e integrare i servizi di salute mentale all'interno di quelli più ampi offerti all'intera comunità. Un tale approccio richiede vero impegno e coordinazione tra i diversi servizi e attori presenti sul territorio, incluso welfare, sanità, giustizia, autorità locali e regionali, il mondo della cultura, dello sport ecc. La realizzazione di questa collaborazione richiede cambiamenti non solo nel settore sanità, ma anche in quello sociale.

## Migliorare le reti di servizi di salute mentale

Questa guida dimostra che il miglioramento delle reti di salute mentale che s'interfacciano con i servizi sociali è di vitale importanza se si vuole fornire un approccio olistico che copra l'intera gamma di servizi e funzioni della salute mentale.

In diversi luoghi del mondo, singoli paesi, regioni o città hanno sviluppato una rete di servizi di salute mentale che s'indirizza ai succitati fattori sociali che influenzano la salute e le associate sfide affrontate quotidianamente dalle persone con problemi mentali e psicosociali.

Alcuni degli esempi citati in questa guida sono costituiti da reti consolidate e ben strutturate, che hanno riformato e riorganizzato in maniera significativa il sistema di supporto alla salute mentale; altri sono delle reti in una fase di transizione che però hanno già raggiunto qualche traguardo importante.

Quelli ben strutturati hanno evidenziato un impegno forte e continuo (perseguito anche per decenni) per la riforma del sistema di salute mentale, adottando un approccio basato sui diritti umani e sul recupero. La base del loro successo è un insieme di nuove regole e leggi, sostenuto da un aumento di risorse allocate ai servizi offerti alla comunità. Per esempio, la rete brasiliana di servizi di salute mentale territoriali mostra come un paese possa implementare servizi su vasta scala, che siano ancorati ai principi dei diritti umani e del recupero. La rete francese di Est Lille dimostra inoltre come il passaggio da un sistema basato sul ricovero a un sistema d'interventi diversificato e basato sulla comunità possa essere realizzato con un investimento paragonabile a quello necessario per un sistema convenzionale.

Infine, anche il sistema di reti comunitarie di servizi di salute mentale implementato a Trieste si fonda su un approccio alla cura e al sostegno che fa leva sui diritti umani e su una forte enfasi alla deistituzionalizzazione. Queste reti riflettono lo sviluppo di servizi di salute mentale territoriali ottimamente integrati e collegati con un variegato insieme di attori, inclusi servizi sociali, sanità, occupazione, giustizia e altri.

Più recentemente, paesi come Bosnia Erzegovina, Libano, Perù e altri si sono impegnati in uno sforzo concertato per espandere rapidamente le reti esistenti e offrire servizi e sostegno basati sulla comunità, orientati ai diritti e focalizzati sul recupero. Un aspetto chiave di molte di queste reti emergenti è lo sforzo per spostare i servizi di salute mentale fuori dai reparti psichiatrici ospedalieri e portarli a operare su scala locale, in maniera da assicurare la piena partecipazione e inclusione nella comunità degli individui con problemi mentali e disabilità psicosociali. Se da una parte ciò richiede tempo e risorse, alcuni cambiamenti importanti si stanno già materializzando. Queste reti rappresentano un esempio, a cui ci si può ispirare, di ciò che può essere ottenuto se le cose sono sostenute da volontà politica, determinazione e da un forte orientamento ai diritti umani.

## Raccomandazioni chiave

In tutto il mondo, i sistemi sanitari di paesi a reddito basso, medio o alto, avvertono sempre più la necessità di fornire servizi di salute mentale di alta qualità, centrati sulla persona e orientati al recupero, che proteggano e promuovano i diritti umani. Governi, operatori sociosanitari, ONG, organizzazioni di persone con disabilità (OPD) e altri soggetti o enti coinvolti, possono compiere passi avanti significativi per migliorare la salute e il benessere della popolazione tramite azioni concrete, che introducano e gradualmente migliorino i servizi e il sostegno per la salute mentale e che facciano uso di buone pratiche, fino a creare ampi sistemi sociali e a proteggere e promuovere i diritti umani.

Questa guida fornisce alcune raccomandazioni chiave per paesi e organizzazioni, delineando le specifiche azioni e i cambiamenti che sono richiesti nel campo della salute mentale, inclusi regolamenti e strategie, riforme legislative, consegna dei servizi, finanziamento, sviluppo e formazione degli operatori, interventi psicosociali e psicologici, farmaci psicotropi, sistemi informativi, fino al coinvolgimento della società civile, delle comunità e della ricerca.

È cruciale che i paesi compiano sforzi significativi per allineare il loro schema legislativo ai requisiti del CRPD, ma sono necessari anche cambiamenti a livello di regolamenti, strategie e sistemi. Attraverso la creazione di regole comuni, e con una forte collaborazione tra i settori sociale e sanitario, i paesi miglioreranno la loro abilità di affrontare i fattori chiave della salute mentale. Molti paesi hanno già implementato con successo dei cambiamenti di finanziamento, regole e leggi che favoriscono la riforma dei sistemi di salute mentale. L'utilizzo dei diritti umani e di un approccio mirato al recupero come fari guida produce sostanziali miglioramenti, sociali, economici e politici per i governi e le comunità.

Per poter introdurre con successo un approccio alla salute mentale che sia centrato sulla persona, orientato al recupero e basato sui diritti, i paesi devono cambiare e allargare le loro vedute, risolvere l'attitudine allo stigma ed eliminare le pratiche coercitive. Per questo, è cruciale che i sistemi e i servizi di salute mentale allarghino le loro vedute per superare il modello biomedico e includere un approccio più olistico, che consideri tutti gli aspetti della vita di una persona. La prassi attuale in tutto il mondo, tuttavia, privilegia le cure farmacologiche mentre, nell'ambito di un approccio centrato sulla persona e basato su diritti e recupero, occorrerebbe esplorare e offrire il sostegno tra pari e gli interventi psicosociali e psicologici. Questi cambiamenti richiedono un cambiamento significativo di conoscenza, competenze e abilità da parte degli operatori sociosanitari.

## Guida sui servizi comunitari di salute mentale

Più in generale, occorre sforzarsi di creare società e comunità inclusive, in cui la diversità venga accettata e i diritti umani di tutti vengano diffusi e rispettati. La modifica degli atteggiamenti negativi e delle pratiche discriminatorie non è solo essenziale in ambito sociosanitario, ma nella comunità in generale. Le campagne che aumentino la consapevolezza sui diritti delle persone che abbiano vissuto questi problemi sono molto importanti, e le organizzazioni della società civile possono giocare un ruolo chiave nel sostenerle.

Inoltre, siccome nei decenni recenti la ricerca nel campo della salute mentale è stata dominata dal paradigma biomedico, vi è scarsità di ricerca che esamini un approccio alla salute mentale che sia basato sui diritti umani. È necessario uno sforzo finanziario a livello internazionale per effettuare ricerche che esaminino gli approcci basati sui diritti, per confrontarli col modello biomedico - sia sul piano dei costi che su quello dei risultati in termini di recupero -. Questo riorientamento delle priorità della ricerca creerà una solida base per un approccio alla salute mentale e ai servizi e sistemi di protezione sociale veramente basato sui diritti umani.

Infine, lo sviluppo di un programma che includa i diritti umani e un approccio mirato al recupero non può essere attuato senza l'attiva partecipazione di individui con problemi mentali e disabilità psicosociali. Le

persone che hanno sperimentato queste condizioni nella loro vita sono partner necessari ed esperti non solo per la promozione dei loro diritti, ma anche per lo sviluppo di servizi e opportunità che meglio rispondano alle loro esigenze.

I paesi impegnati in maniera forte e sostenuta in un continuo sviluppo di servizi di salute mentale centrati sul territorio che rispettino i diritti umani e adottino un approccio mirato al recupero, miglioreranno enormemente non solo le vite di persone con problemi di salute mentale e disabilità psicosociale, ma anche le loro famiglie, le singole comunità e la società in senso lato.