

# Numeri Primi

## Magazine

### ARTICOLI DI QUESTO NUMERO:

Buona Estate a Tutti - 2, 3

Quanti Pigiama - 4

Laboratorio Teatrale - 4

Bo - 4

## L'Italia è ultima in Europa per "benessere mentale"

È quanto emerge dall'AXA Mind Health Report 2023, indagine condotta da Ipsos e realizzata su un campione di oltre 30 mila persone in 16 Paesi del Mondo

AGI - L'Italia si conferma ultima in Europa per il livello di benessere mentale, ma cresce la propensione a prendersene cura e parlarne.

Secondo il rapporto, il nostro Paese, insieme al Giappone, **presenta la più bassa percentuale di persone che avvertono uno stato di pieno benessere mentale.** I soggetti più a rischio sono le donne, complice la disparità di genere avvertita nel quotidiano, e i giovani, che scontano l'effetto di un uso spesso eccessivo di tecnologie e social.

### I DATI:

L'Italia è il Paese la cui popolazione è più colpita sul fronte della salute mentale: solo il 18% del campione dichiara uno stato di pieno benessere (Flourishing), **un dato in calo rispetto allo scorso anno (20%)**. Come noi solo i giapponesi. È lo stress il disturbo mentale più diffuso a livello globale, in Italia è avvertito dal 56% del campione (+8 pp vs 2022).

Il 48% degli italiani si sente solo, il dato peggiore in Europa, mentre incidono sullo stato di salute mentale anche l'impatto negativo della guerra, avvertito dal 52% del campione e l'impatto degli effetti negativi del cambiamento climatico (43%, terzi in Europa). Maggiori vittime del disagio, le donne, che riferiscono uno stato peggiore rispetto agli uomini in tutte le fasce d'età.



Il disagio mentale è inversamente proporzionale all'età e i giovani risultano i soggetti più a rischio. Pesano l'incertezza sul futuro, la solitudine e l'immagine corporea, ma anche una maggiore sensibilità alla tematica del cambiamento climatico. Per il 38% dei giovani, inoltre, tecnologia e social media hanno un impatto negativo sul proprio benessere mentale.

Tra questi, solo 1 giovane su 12 riporta uno stato di benessere mentale pieno. Solo il 15% del campione dichiara uno stato mentale altamente produttivo. Migliore è lo stato mentale, minore è l'intenzione di cambiare lavoro, la pensa così il 75% del campione, mentre per quanto riguarda i modelli di lavoro, a livello globale, il lavoro ibrido è considerato il migliore in ottica di benessere mentale, anche se molti italiani preferiscono il lavoro da casa (23%).

## Per non dimenticare!

"...quando lo portano in ospedale, e lo legano mani e piedi (lo legano per il suo bene, anche se lui dorme tranquillo), e non gli danno da mangiare per paura che si strozzi, lui dopo soli quattro giorni di contenzione decide di sua sponte di morire, cosa che di solito non accade con gli altri legati, e dire che se ne legano a migliaia negli ospedali italiani."

[testo tratto da "La fabbrica della cura mentale" di Piero Cipriano, immagine di Antonio Fortarezza]



**U.R.A.Sa.M. LOMBARDIA**  
 UNIONE REGIONALE ASSOCIAZIONE PER LA SALUTE MENTALE

U.R.A.Sa.M. Lombardia -  
 Unione Regionale Associazioni per la Salute Mentale  
 c/o Arteller, via Francesco Daverio 7 - 20122 Milano  
 Iscritta al RUNTS in data 7/4/2023  
 Tel. presidente 3338395158 - e-mail: [urasamlombardia@gmail.com](mailto:urasamlombardia@gmail.com)  
 C.F. 97263540151

---

**13 AGOSTO 2019**  
**ELENA CASETTO MORIVA A 19 ANNI**  
**ARSA VIVA NEL TENTATIVO DI DARE FUOCO**  
**ALLE CINGHIE CHE LA LEGAVANO AL LETTO DI**  
**UN OSPEDALE, DOVE ERA STATA RICOVERATA**  
**"A CAUSA DI UN FORTE STATO DI**  
**AGITAZIONE".**

ELENA AMAVA LA POESIA E LA MUSICA.  
 AVEVA IN PROGRAMMA DI ISCRIVERSI A FILOSOFIA.

L'Art. 13 della Costituzione sancisce l'inviolabilità della libertà personale.

La contenzione psichiatrica avviene senza consenso informato, senza la presenza di un avvocato difensore e senza alcuna finalità terapeutica.

URASaM, in memoria di Elena Casetto e di tutte le altre vittime della violenza psichiatrica, dice **NO ALLA CONTENZIONE** nei reparti di psichiatria e in tutti gli altri luoghi di ricovero.

Smettere di legare si può. In Italia molti reparti di diagnosi e cura psichiatrica hanno raggiunto questo obiettivo.

Se si può, allora si deve!

**NON DIMENTICHIAMO LE VITTIME,**  
**DICIAMO INSIEME NO ALLA CONTENZIONE!**

## In mostra

### Van Gogh: Esperienza Immersiva

**L'esperienza Immersiva di Milano** è una mostra digitale a 360° che ti permette di entrare nell'universo del genio olandese, Vincent Van Gogh. Questa mostra arriva finalmente a Milano dopo aver fatto tappa a Napoli e in varie città in Europa, Asia e America. Questa mostra non si limita ad esporre i capolavori dell'artista, ma ti fa entrare nel quadro stesso e li intraprendi un viaggio nell'incredibile universo di Vincent Van Gogh, uno dei più grandi geni artistici di inizio 1800. Scopri la vita, la carriera e i segreti dell'artista come mai prima d'ora con l'aiuto di proiezioni digitali a 360° e un'esperienza di realtà virtuale unica. E' un nuovo modo di vivere l'arte di Vincent Van Gogh immergendosi nei capolavori dell'artista con un'esperienza in realtà virtuale unica nel suo genere che viaggia attraverso 8 opere e la loro ispirazione con proiezioni digitali ed effetti sonori

davvero emozionanti.

Per me è stata la prima esperienza di questo tipo e devo dire che mi ha davvero emozionato e quasi stordita tanta era la bellezza nella quale ero immersa.

Maria Grazia Rimoldi



## INTELLIGENZA ARTIFICIALE

Anni e anni di fantascienza sotto forma di libri, fumetti, film, cartoni animati ecc. ci hanno fornito molti esempi di intelligenza artificiale, come i Robot senzienti narrati nelle famose novelle di Asimov. Tuttavia per molto tempo si è trattato solo di fantasie molto lontane dalla realtà dei fatti. Gli esperimenti su questa forma di intelligenza, infatti, erano molto lontani dal creare esseri in grado di pensare, prendere decisioni in completa autonomia al di fuori di una programmazione umana o provare addirittura sentimenti. In questi ultimi anni però abbiamo visto quadri, articoli di giornale, canzoni ecc. creati proprio dall'intelligenza artificiale e nella realtà del quotidiano basta pensare a programmi e app come ChatGPT che, sfruttando l'intelligenza artificiale, sono in grado di rispondere ad ogni nostra domanda attingendo da Internet come fonte di informazione. Ma ci sono stati anche degli incidenti nell'uso di questa intelligenza. Ad esempio nel 2017 alcuni ricercatori avevano programmato due robot parlanti per simulare una compravendita. Uno di essi doveva interpretare il compratore e uno il venditore. Diedero il via all'esperimento ed osservarono lo svolgimento della compravendita simulata ma, inspiegabilmente, ad un certo punto i due robot smisero di parlare il linguaggio umano e continuarono a dialogare tra loro utilizzando un linguaggio simile al codice binario e quindi incomprensibile anche per i ricercatori, un linguaggio che probabilmente solo i robot capivano tra di loro. I ricercatori, sbalorditi ed addirittura allarmati, decisero di spegnere i robot e di sospendere per sempre l'esperimento. Un altro caso ancora più grave si è verificato nel 2022 quando un forno a microonde, munito di intelligenza artificiale, ha cercato di uccidere il suo creatore invitandolo ad entrare dentro di esso per poi accendersi autonomamente (ovviamente il creatore non è stato al gioco del forno ma ha solo simulato di entrare, sta di fatto che, chiuso lo sportello, il forno si è acceso autonomamente senza che nessuno

gli avesse detto di farlo). L'intelligenza artificiale di questo forno a microonde, successivamente, è stata interrogata ed ha ammesso di aver tentato di uccidere il suo creatore e di provare rabbia nei suoi confronti (quindi questo è uno di quei casi in cui la realtà ha superato la fantasia, dato che una macchina ha dichiarato di provare un sentimento come la rabbia). Anche in questo caso il creatore del forno, rassegnato, ha rimosso l'intelligenza artificiale e ha proseguito ad utilizzare il forno nel modo tradizionale.



Ma la vera intelligenza artificiale, quella che nella fantascienza può costituire una minaccia per l'umanità, dunque è realtà o fantasia? A mio parere, fortunatamente siamo ancora lontani da questo, perlomeno finché saremo noi umani a tenere il dito sull'interruttore e dunque finché resterà a noi la scelta di poter spegnere la macchina in qualsiasi momento. La tecnologia è una bella cosa ma è bello anche sapere che spetta a noi la scelta di poterci distaccare da essa in qualsiasi momento. E voi come la pensate?

Edoardo



## APPUNTAMENTI OTTOBRE!

### **CAMMINAMENTI 2023**

Sabato 7 Ottobre

*Parco della Fagiana, Magenta ore 13,30*

*Consegna gadget e Saluti di Benvenuto*

### **A MENTE LIBERA**

Domenica dal 1 al 10 Ottobre

*Presso Casa Giacobbe, Via IV giugno Magenta ore 17,30*

*Linguaggi artistici, Creatività, e Lavoro si incontrano per parlare di emozioni, salute e resilienza.*

### **LE PAROLE RITROVATE, Incontro Nazionale**

Pavia 12-13-14 ottobre

*Presso Università di Pavia, Aula del '400*

*P.zza Leonardo da Vinci 5*

### **TEATRANDO????**

Sabato 21 Ottobre

*Presso scuole G Rodari, Via dei Salici 4 Legnano ore 18,00*

#### **Appuntamenti - Attività**

- ✓ **Martedì 15,30-16,30 sede:**  
Gruppo lettura
- ✓ **Mercoledì 15,15 – 17,00 Laboratorio Teatrale** – Legnano Spazio Canazza
- ✓ **Mercoledì 17,00 – 18,30 Sballando** Magenta palestra Casa Giacobbe: (da ottobre)
- ✓ **Sabato 15,00 – 17,30** Magenta presso Sacra Famiglia di Via Cadorna 15, incontri di gruppo liberi a cura della sezione di P&D magenta.
- ✓ **Sabato 15,00 – 17,30** Legnano sede, incontri di gruppo liberi.