
Premessa

Le misure di prevenzione, come il confinamento, associate alla pandemia da COVID-19 rappresentano un rilevante fattore di stress cronico di natura psicologica, sociale e relazionale, con un impatto maggiore nelle fasce di popolazione più a rischio, come le persone con Disturbo bipolare. Le evidenze cliniche mostrano come l'emergenza sanitaria stia determinando nei pazienti con Disturbo bipolare significativi cambiamenti nella routine quotidiana, aumento dell'isolamento sociale, alterazioni dei ritmi circadiani e più frequenti oscillazioni dell'umore, che influenzano negativamente la qualità di vita loro e dei familiari, caregiver e/o conviventi che svolgono una funzione quotidiana di accudimento e sostegno. Inoltre, il prolungarsi dello stato di emergenza e delle misure di prevenzione può esporre allo sviluppo di reazioni post-traumatiche nel medio o lungo periodo.

Gli obiettivi

Il progetto vuole offrire una valida opportunità di presa in carico dei pazienti con Disturbo bipolare e dei loro familiari, attraverso interventi di tipo psico-educativo e la promozione di azioni di supporto psicosociale. L'obiettivo generale è valutare l'efficacia di diverse azioni di sensibilizzazione e sostegno a distanza con finalità informativa e preventiva, rivolte ai pazienti con Disturbo bipolare e alle loro famiglie/caregiver, nonché a tutta la popolazione sul territorio regionale che, a vario titolo, può trarre beneficio da tali azioni.

Le attività previste

Dal mese di Settembre 2021 saranno avviati i seguenti servizi:

1) **Percorso gratuito di psico-educazione di gruppo**, basato sull'Approccio Integrato di Reinares, Martínez-Arán e Vieta (2019)*.

Il percorso sarà rivolto a un gruppo di pazienti con Disturbo bipolare e ai loro caregiver e consisterà in 12 incontri settimanali di un'ora e mezza ciascuno, per una durata complessiva di tre mesi. Gli incontri saranno realizzati in modalità a distanza e saranno condotti da due psicologhe-psicoterapeute e un medico psichiatra dell'équipe del Centro Lucio Bini.

2) **Percorso gratuito laboratoriale di gruppo** di natura creativa ed espressiva, rivolto ai pazienti attivamente coinvolti nel percorso di psico-educazione di gruppo. Le attività saranno realizzate in modalità a distanza da personale specializzato della Cooperativa A.P.E.ratamente, Ente Capofila del Progetto. Le attività avranno lo scopo di promuovere e potenziare le abilità sociali, comunicative e relazionali dei partecipanti, stimolando il confronto tra pari, la condivisione delle difficoltà e la riduzione dell'isolamento e dello stigma legato al disturbo.

3) **Seminari tematici gratuiti** rivolti alla popolazione generale. I seminari saranno realizzati in modalità a distanza e avranno lo scopo di promuovere la diffusione e l'approfondimento delle conoscenze sul Disturbo bipolare, la sua natura e trattamento. Particolare attenzione sarà posta a favorire il supporto nella gestione delle nuove criticità connesse con l'emergenza CODIV-19. I seminari saranno condotti da psicologi, psicoterapeuti, medici psichiatri dell'équipe del Centro Lucio Bini e da operatori della Cooperativa A.P.E.ratamente.

4) **Sportello gratuito di consulenza** rivolto a tutta la popolazione. Esso sarà attivo per tutta la durata del Progetto con finalità informative, di prevenzione, promozione del benessere e di ascolto, con particolare riferimento al Disturbo bipolare. Le persone interessate a richiedere informazioni, porre quesiti o ricevere un supporto per la gestione di una problematica inerente questo disturbo, potranno contattare il servizio via email all'indirizzo **progettobipolari.apertamente@gmail.com**.

Il servizio sarà curato dai professionisti dell'équipe del Centro Lucio Bini e dagli operatori della Cooperativa A.P.E.ratamente.

* Reinares, Martínez.Arán, Vieta [a cura di] (2019), *Psychotherapy for Bipolar Disorders. An Integrative Approach*. Cambridge University Press.

Chi siamo

La *Cooperativa Sociale A.P.E.rtamente* nasce nel 2014 a Quartu Sant'Elena, con lo scopo di consentire alle persone che si trovano in una qualsiasi condizione di difficoltà di avere un miglioramento nella conduzione della loro vita quotidiana, attraverso la fruizione dei propri servizi.

L'Ente opera attraverso la personalizzazione degli interventi sulla base dei bisogni dell'utenza, anche grazie all'integrazione tra organizzazioni diverse. Ciò favorisce l'arricchimento e la crescita della persona coinvolta, per valorizzare e favorire lo sviluppo della sua identità. La Cooperativa si pone l'obiettivo di essere un valido partner per gli Enti Territoriali nella fase di progettazione ed erogazione dei servizi rivolti alla persona.

Il *Centro Lucio Bini* è un'associazione fra professionisti che opera a Cagliari dal 1977.

Il Centro offre uno spazio di ascolto e cura della sofferenza psichica, con particolare riferimento per i disturbi d'ansia e dell'umore, il disturbo dell'attenzione con iperattività (ADHD), i disturbi correlati al trauma e le patologie dell'infanzia e dell'adolescenza.

L'équipe di psichiatri, psicologi e psicoterapeuti di diverso orientamento opera in modo sincronico e integrato per lo studio e la cura del disagio psichico, offrendo percorsi di trattamento specifici per ogni persona e fondati sulle più attuali evidenze scientifiche di efficacia.



Progetto *La cura del paziente con Disturbo bipolare e della sua famiglia durante la pandemia da Covid-19*

Per informazioni:

Cooperativa Sociale A.p.e.rtamente

Via Diaz n. 45 – 09045 Quartu Sant'Elena

tel. 349.5886676

apertamente.coopsociale@legalmail.it

Segreteria Centro Lucio Bini

Via G. Cavalcanti n. 28 - 09128 Cagliari

tel. 070.486624 – 070.496354

centrobini@aol.com

Sportello informativo on-line

progettobipolari.apertamente@gmail.com

