

# Gli attacchi di panico non fanno più paura

**PIP** Il convegno sul tema, aperto al pubblico, si terrà domani alle 21 a Bologna nella Cappella Farnese

Una patologia che colpisce sempre più persone e spesso non viene riconosciuta e adeguatamente curata. A far luce sul problema degli attacchi di panico è **Pronto Intervento Panico (P.I.P.)**, Onlus nata nel 2011 dalla volontà dell'Avvocato **Barbara Prampolini** che, prima di guarire, grazie all'aiuto di un vero esperto, ha vissuto in prima persona tutti i disagi e i percorsi tortuosi, spesso sbagliati, nei quali incappano solitamente le persone quando cadono in questa rete. *Epicentro Panico!* è il convegno organizzato dal P.I.P. aperto al pubblico e a ingresso gratuito, che si terrà domani alle 21 a Bologna nel palazzo del Comune, all'interno della Cappella Farnese (in Piazza Maggiore). Un incontro moderato da **Michele Cucuzza**, a cui intervorranno il neurologo **Rosario Sorrentino**, **Laura Bellodi**, psichiatra del San Raffaele di Milano, i neurologi **Franческа Romana Pezzella** e **Francesco Cesarino**, medico di Villa Torri Hospital di Bologna (struttura di GVM Care & Research), la psicoterapeuta **Maria Pia Bagnato** e **Matteo Gamba**, vice capo redattore di Vanity Fair. "È importante che le persone partecipino al convegno perché tutti direttamente o indirettamente possono venire a contatto con gli attacchi di panico. Se anche non si vive in prima persona avere delle informazioni corrette su come comportarsi è decisivo per aiutare gli altri", afferma Barbara Prampolini, autrice inoltre del libro *Panico! La sconfitta del mostro* (Incontri Editrice).

Rosario Sorrentino, neurologo e noto esperto di questa patologia evidenzia la differenza fra panico e paura: "Bisogna fare chiarezza, si deve uscire da certa ambiguità, una cosa è il panico, il disturbo, la malattia che si

presenta con attacchi improvvisi, invalidanti, che danno l'idea, il senso della morte a chi ne soffre. Tutt'altra cosa è la paura, quella preziosa risorsa che ha in sé un forte significato evolutivo, che ha contribuito ad affermare la nostra specie. Chi soffre di attacchi di panico, vive in una sorta di recinto, di gabbia esistenziale, spesso umiliato e non creduto da un contesto sociale e culturale che etichetta queste persone come malati immaginari cioè che inventano i loro disturbi. Ed è un peccato, perché oggi sappiamo che con una corretta terapia farmacologica affiancata da una psicoterapia breve di tipo cognitivo-comportamentale e da una moderata attività fisica, queste persone possono abbandonare per sempre il loro recinto".

Laura Bellodi evidenzia inoltre l'incidenza di questa malattia: "I dati a nostra disposizione parlano chiaro, oggi l'1% della popolazione italiana soffre di attacchi di panico con conseguente agorafobia. Ciò che dovrebbe indurre ad una seria riflessione sulla malattia è che l'insorgenza degli attacchi si colloca attorno ai 20/30 anni e in molti casi costringe i malati a lasciare l'università o il lavoro, con costi sociali molto elevati. Se consideriamo che molti studi hanno poi evidenziato la familiarità degli attacchi di panico, ossia è stato verificato che almeno un parente di primo grado di chi soffre di questa patologia, ha sperimentato una o più volte un attacco nel corso della vita, allora la percentuale sale e raggiunge anche il 10, 12% della popolazione".

Le persone che vivono questa problematica possono quindi chiamare il centro di ascolto del P.I.P. al numero 848 998800 sia per avere informazioni generiche, ma anche durante un attacco, situazione che accade

frequentemente. "Il centro riceve tantissime chiamate - afferma Barbara Prampolini - indichiamo il percorso più corretto da seguire e in caso di emergenza l'operatore offre un primo pronto soccorso telefonico efficace. Dialogando e parlando spesso c'è un calo del panico. La Onlus raccoglie fondi per realizzare differenti progetti, inoltre vogliamo attivare convenzioni con palestre e centri benessere perché lo sport praticato senza ritmi stressanti e con costanza aiuta a gestire il problema. Siamo disponibili ad esempio a fare corsi di formazione per personal trainer che possono così affrontare e aiutare in caso si presenti il problema. Il nostro desiderio è quello di lavorare e impegnarci al massimo per essere sempre più presenti sul territorio con eventi e convegni. L'obiettivo del P.I.P. è diffondere la 'cultura del panico', è necessario conoscerlo per superarlo veramente". (L.C.)



L'avvocato **Barbara Prampolini** e **Michele Cucuzza**, autore del libro "Il Male Curabile"

# 11

**LA ONLUS UN'ANCORA**

Pronto Intervento Panico (P.I.P.) è una Onlus nata nel 2011 e si pone come un'ancora alla quale aggrapparsi per avere sostegno. La sede della Onlus è a Formigine in provincia di Modena tuttavia il Centro di Ascolto che risponde al numero 848 998800 è raggiungibile da tutta Italia. Numerose sono poi le attività che la Onlus svolge per poter essere sempre più vicina alle persone che soffrono di panico. [www.prontointerventopanico.it](http://www.prontointerventopanico.it)

