

MONTAGNATERAPIA, LA SITUAZIONE ITALIANA

Da molti anni in Italia si è strutturato un movimento finalizzato a mettere in rete i diversi gruppi che si occupano di montagnaterapia, e ad accumulare evidenze scientifiche riguardo a quest'attività.

Si è pertanto concordato di suddividere il territorio italiano in "macrozone", ognuna facente capo a un referente, per facilitare i contatti all'interno delle varie realtà regionali, e per creare un embrione di coordinamento a livello nazionale.

Sono ormai numerosi, sul territorio nazionale, i gruppi facenti capo alle diverse macrozone, anche se la diffusione non è tuttora omogenea nelle varie realtà regionali.

La collaborazione con il Club Alpino Italiano è ben consolidata, e molte aziende sanitarie hanno stipulato protocolli d'intesa con il CAI.

Sono stati realizzati, a partire dal 2008, quattro convegni nazionali, a cadenza biennale, organizzati nell'ordine dalle macrozone: Trentino, Lombardia, Centro Italia, Piemonte. Quest'anno sarà il turno della macrozona Veneto-Friuli Venezia Giulia, per organizzare nel novembre prossimo il convegno di Pordenone. Già negli anni precedenti al 2008 tuttavia vi erano state diverse iniziative di formazione e divulgazione sul tema.

Merita una citazione l'importante evento "Sentieri di libertà": un convegno itinerante, che si è tenuto in Sardegna nel 2014, e ha visto la partecipazione di centinaia di utenti, operatori e volontari. La seconda edizione del convegno si terrà quest'anno a settembre, sempre nella provincia dell'Ogliastra. L'esperienza dei gruppi sardi ha dato vita a un libro ("Non ci scusiamo per il disturbo") e a un film ("Semus fortes") che sono stati presentati in varie città in Italia e all'estero. Gli stessi autori del film "Semus fortes", Mirko Giorgi e Alessandro Dardani, hanno anche realizzato il documentario "Vincersi", che racconta la storia di un gruppo di atleti non vedenti che praticano l'arrampicata sportiva.

Sono inoltre stati organizzati eventi formativi specifici sulla montagnaterapia: ricordiamo il corso di formazione su montagnaterapia e disabilità di Campocecina, in Toscana, del 2014, e il corso svoltosi a Valcanale, sulle montagne bergamasche, nel 2015, con il coinvolgimento della Commissione medica del CAI.

Anche la produzione scientifica nell'ambito della montagnaterapia comincia ad avere una buona consistenza: è stato pubblicato un testo, "In su e in sé. Alpinismo e psicologia", di Giuseppe Saglio e Cinzia Zola; sono stati poi pubblicati articoli su riviste scientifiche nazionali, relativi alla salute mentale e alle dipendenze. Molti sono poi gli interventi pubblicati sugli atti dei congressi nazionali, e anche le tesi di laurea e specializzazione sull'argomento (molti di questi contributi sono reperibili sul sito "sollevamenti.org").

Su internet il principale riferimento è stato inizialmente il sito "Sopraimille": attualmente vi sono diversi siti, fra cui segnaliamo "montagnaterapia.it", "sollevamenti.org", "amionlus.it". Ricordiamo anche la pagina facebook "montagnaterapiainrete".

Angelo Brega – medico psichiatra DSM Treviso