

# Nemici della vergogna

L'associazione "Amici di salvataggio": nel ricordo della moglie, Nanni Delbecchi sensibilizza sulla depressione

di VALERIO BENIGNI  
@lerio.ben

«**L**a disperazione finisce per assomigliare al tormento di trovarsi in una stanza spaventosamente surriscaldata. Non c'è un alito di vento che dia sollievo alla calura, non c'è via di fuga da questa cella asfissiante. È del tutto naturale che la vittima cominci a pensare all'oblio. La tragica schiera di coloro che sono indotti da questa malattia a distruggere la propria esistenza non dovrebbe essere

«Come si fa a dire che è un suicidio, cioè che è un gesto volontario, se la volontà è annullata dalla malattia?». Il 2025 segna il quinto anno di vita dell'associazione, che ha sede a Milano, anche se non dispone di uno sportello fisico: «Non abbiamo l'ambizione di affiancare le grandi organizzazioni di volontariato, ma essendo io un giornalista e un operatore culturale, ho cercato di capire e far conoscere agli altri questa materia così oscura».

Il bilancio è «molto buono in termini di accessi e interazioni» ma la cosa che ha animato Delbecchi in questi anni è soprattutto «la possibilità di dare un contributo per combattere l'ignoranza e la vergogna riguardo a questi temi. Penso anche al caso recente di Paolo Cognetti, che ha parlato pubblicamente del suo stato di depressione e del Tso, mentre l'atteggiamento medio è opposto: vergognarsi e non parlarne. Rendere pubblica la malattia è un modo per combatterla. L'esempio del cancro è molto più visibile: da quando è considerato una malattia sociale, non si fa che rendere pubbliche le situazioni individuali. In questo modo ti senti appoggiato e puoi comunicare con i compagni di sventura».

Le malattie mentali sono invece considerate «un male oscuro, non se ne parla e c'è uno stigma sociale, che va combattuto». Su questo punto, continua Delbecchi, «sono soddisfatto dei riscontri avuti da persone che soffrivano e dai cosiddetti *survivors*, coloro che sopravvivono al suicidio di una persona cara. Purtroppo non dalla classe medica, tranne poche eccezioni. Ciò conferma la percezione che ne si ha di una casta chiusa». Sulla psichiatria: «In generale l'eredità di Basaglia è stata travisata: si sono chiusi i vecchi manicomi vergognosi, ma è mancata la parte costruttiva: siamo uno dei pochi Paesi a non avere ospedali psichiatrici».

Delbecchi ha condotto una battaglia legale per riconoscere le responsabilità ospedaliere nella morte della moglie, che, non protetta, era riuscita a salire su un palazzo vicino, lanciandosi dall'ottavo piano. La causa penale si è chiusa nel 2022 con un'assoluzione, ma Delbecchi e gli Amici di salvataggio continuano nella loro opera di sensibilizzazione, sperando che possa aiutare a cambiare la percezione che si ha della depressione.



Alessandra Appiano, a cui è intitolata l'associazione "Amici di salvataggio" (per gentile concessione di Nanni Delbecchi)

oggetto di riprovazione più di quanto lo sono le vittime del cancro». Sono le parole dello scrittore statunitense William Styron che Nanni Delbecchi, giornalista e fondatore dell'associazione Alessandra Appiano - Amici di salvataggio, utilizza per descrivere la situazione di chi è malato di depressione ed è spinto al suicidio. La campagna di sensibilizzazione di Delbecchi nasce dall'esperienza personale, la perdita della moglie, a cui è dedicata l'associazione, scrittrice e autrice televisiva, deceduta per un gesto volontario il 3 giugno del 2018, poche settimane dopo l'inizio del suo ricovero per depressione maggiore all'ospedale San Raffaele. Al pari di altri casi simili, Delbecchi si chiede:

Il nome dell'associazione riprende il titolo del libro con cui Appiano ha vinto il premio Bancarella nel 2003, *Amiche di salvataggio*. Il fondatore dà un bilancio del primo lustro di vita in questi termini: «Abbiamo messo in rete una serie di materiali e ricevuto un buon riscontro, ad esempio con il docufilm *Amica di salvataggio*, trasmesso su Rai 2 nel 2021 e ora su RaiPlay». Amici di salvataggio è un presidio culturale (Delbecchi sta lavorando anche a uno spettacolo teatrale) più che uno sportello: «Il gruppo online di auto-aiuto "Camera chiara", sta per chiudere dopo più di un anno perché richiede mezzi e predisposizioni personali specifiche da parte dei moderatori volontari».