

Migrazione e salute

Persone migranti e disturbo post-traumatico da stress

Tutte le persone sottoposte a un processo migratorio affrontano lo "stress da transculturazione", ovvero un insieme di fattori legati al contatto con il nuovo paese di accoglienza (lingua, usi e costumi, perdita del proprio status sociale e identitario, ecc.).

I richiedenti l'asilo e i rifugiati sono "migranti forzati", e sono maggiormente esposti a "eventi potenzialmente traumatici", in cui la persona subisce direttamente, o è testimone, o viene a conoscenza di vittime nella propria cerchia ristretta, di avvenimenti caratterizzati da morte reale o minaccia di morte, lesioni gravi, oppure violenza sessuale.

Gli studi epidemiologici evidenziano che il disturbo post-traumatico da stress (PTSD) è la diagnosi più frequentemente riscontrata. Le vittime di esperienze traumatiche possono manifestare compromissioni nel funzionamento personale, interpersonale, lavorativo o sociale con conseguenti rischi di isolamento sociale.

Una diagnosi tempestiva e un intervento precoce sono elementi fondamentali nel trattamento dei disturbi psicologici derivanti dal trauma, non solo per la persona direttamente coinvolta, ma anche per le generazioni future. È quindi importante che il personale a contatto con queste persone riceva una formazione specifica per identificare i segnali di disagio e prevenire rischi di trauma, sia per gli utenti che per gli operatori stessi. Una supervisione regolare aiuta a garantire un approccio sensibile e professionale nelle situazioni più complesse.

La resilienza gioca un ruolo cruciale nel processo di adattamento delle persone migranti. Essa non è però solo un fattore individuale, bensì è il risultato di un ambiente sociale e culturale che promuova il benessere, che riconosca i bisogni delle persone e offra gli strumenti necessari.

L'approccio al supporto psicologico deve essere tempestivo, culturalmente sensibile e integrato in un sistema che riconosca le specificità del trauma migratorio. Investire nella salute mentale delle persone migranti è un passo fondamentale non solo per la loro integrazione, ma per il rafforzamento della nostra società nel suo insieme, rendendola più accogliente e preparata a gestire le sfide della diversità e della multiculturalità.

In Ticino, l'Organizzazione sociopsichiatrica cantonale (www.ti.ch/osc) offre supporto alle persone con difficoltà psicologiche, incluse le persone migranti.

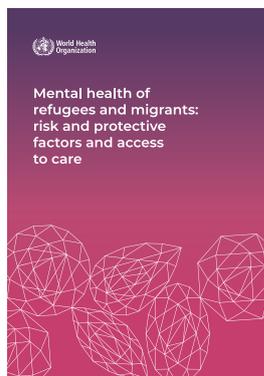
Notizie in breve



Nuovo sito psy-health.ch

Sito disponibile in 12 lingue che promuove la salute mentale fornendo informazioni, risorse e suggerimenti per prendersi cura di sé. Psy-health è un sito della campagna Salutepsi.ch, gestita dai Cantoni latini con il sostegno di Promozione Salute Svizzera.

www.psyhealth.ch



Salute mentale di rifugiati e migranti: fattori di rischio e protezione e accesso alle cure

L'OMS fornisce un'analisi dettagliata delle sfide psicosociali che rifugiati e migranti affrontano, evidenziando i fattori che influenzano il loro benessere mentale e le difficoltà nel ricevere le cure necessarie. Un documento essenziale per politiche e interventi più efficaci.

[Scarica il documento \(inglese\)](#)