



Esther Grossenbacher, settembre 2018

## Giornata nazionale «Prevenzione del suicidio nell'agricoltura» – Resoconto della giornata

Oltre a una migliore interconnessione nella prevenzione del suicidio è necessario anche combattere ed eliminare i tabù riguardanti le crisi e il suicidio. Questo è quanto è emerso dalla conferenza organizzata dall'Ufficio federale dell'agricoltura UFAG tenutasi il 10 settembre 2018 in occasione della [Giornata internazionale sulla prevenzione del suicidio](#) presso l'INFORAMA di Rütli con oltre 60 partecipanti.

### **Programma della mattinata**

#### • **Apertura e saluti**

**Jean-Marc Chappuis**, Vicedirettore dell'Ufficio federale dell'agricoltura (UFAG), nel suo discorso di apertura ha sottolineato che l'UFAG nell'ambito del [Piano d'azione Prevenzione del suicidio in Svizzera](#) propone questa piattaforma per lo scambio di esperienze e il coordinamento nel campo professionale dell'agricoltura perché "la maggior parte delle persone che pensano al suicidio non desiderano morire, ma porre fine alle loro insopportabili sofferenze". Queste persone, agricoltori e contadine, devono e possono essere aiutate. Ci sono molte misure di prevenzione efficaci.

**Christian Hofer**, Direttore dell'Ufficio dell'agricoltura e della natura del Canton Berna (LANAT) nel suo messaggio di saluto ha ribadito il ruolo e la responsabilità particolari del Canton Berna nei confronti della popolazione contadina. Ha posto l'accento sull'importanza della concretizzazione delle discussioni tenute spesso in maniera emotiva e ha rimandato alla buona collaborazione già esistente tra INFORAMA e i servizi clinici. Ha esortato anche alla solidarietà per poter offrire tempestivamente alle persone che pensano al suicidio un aiuto effettivo.

#### • **Presentazione e interviste**

**Esther Walter**, Responsabile del progetto Prevenzione del suicidio presso l'Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP), ha presentato il [Piano d'azione Prevenzione del suicidio in Svizzera](#), che si pone l'obiettivo di ridurre il numero di suicidi durante momenti di crisi opprimenti o malattie mentali. In tale contesto l'UFSP ha attivato una [Piattaforma online](#) con numerosi esempi pratici sulla prevenzione del suicidio.

Ufficio federale dell'agricoltura UFAG  
Esther Grossenbacher  
Schwarzenburgstrasse 165, 3003 Berna  
Tel. +41 58 462 26 04, fax +41 58 462 26 34  
esther.grossenbacher@blw.admin.ch  
www.blw.admin.ch

**Gabriela Stoppe**, Presidente di IPSILON, Iniziativa per la prevenzione del suicidio in Svizzera, ha presentato innanzitutto le cifre e i fatti, spiegando anche l'interazione tra predisposizione, situazione e limitazione della visibilità. Sono stati sfatati alcuni miti, come ad esempio "chi ne parla non lo fa" oppure "non si dovrebbe parlare del suicidio, lo si incoraggia soltanto". Ha presentato anche l'effetto Werther e Papageno, ovvero il fenomeno per cui la notizia di un suicidio pubblicata dai mezzi di comunicazione di massa innesca un incremento o una diminuzione del tasso di suicidio. Infine ha fatto riferimento anche all'efficacia della non reperibilità di strumenti che incitano al suicidio come misura di prevenzione.

**Christine Bühler**, Presidente dell'Unione svizzera delle donne contadine e rurali (USDCR) e Vicepresidente dell'Unione svizzera dei contadini (USC), ha segnalato la [Piattaforma](#) Mediazione dell'USDCR per le donne e gli uomini nel contesto rurale, un'offerta per il contatto anonimo e informale. Mediante la piattaforma di mediazione s'intende eliminare i tabù riguardanti le crisi e il suicidio e affrontare i problemi nonché sensibilizzare a richiedere un aiuto tempestivo. Ha sottolineato la diversa percezione nella società da parte delle donne e degli uomini e che sono per lo più le donne le principali interessate dopo un suicidio degli uomini.

**Frédéric Brand**, Direttore generale per l'agricoltura, la viticoltura e la veterinaria del Canton Vaud (DGVA) e presidente della Conferenza degli uffici cantonali dell'agricoltura della Svizzera (KOLAS), e **Yves Dorogi**, Presidente del Groupe Romand Prévention Suicide (GRPS) e Responsabile delle cure del Centro ospedaliero universitario vodese (CHUV) hanno presentato la misura sulla prevenzione del suicidio «Sentinelles Vaud – Promotion de la Vie». Finora sono state formate come sentinelle (postazioni di sorveglianza) 150 persone che sono in contatto con agricoltori e contadine, quali veterinari, controllori, fiduciari, venditori, eccetera. È stato insegnato loro a riconoscere i segnali di pericolo delle crisi, come trattarli e dove trovare sostegno professionale.

**Christine Jurt**, Responsabile del progetto presso la Scuola universitaria professionale di scienze agrarie, forestali e alimentari (SSAFA), ha presentato lo [Studio](#) sostenuto finanziariamente dall'UFAG sul tema del suicidio nell'agricoltura svizzera (Suizid in der Landwirtschaft in der Schweiz – eine wissenschaftliche Literaturanalyse und Expertengespräche). Ha riferito che non ci sono dati ufficiali sulla frequenza dei suicidi nell'agricoltura e che, a seconda delle fonti, sono citati diversi fattori di rischio. Infine ha evidenziato l'ulteriore fabbisogno di ricerca.

### **Programma del pomeriggio**

- **Temi di approfondimento in gruppi – World Cafés**

Sotto la guida di esperti della prevenzione del suicidio – Anne Stettbacher (INFORAMA consulenza per apprendisti e il loro contesto), Madeleine Vonlanthen (Telefono amico), Mariann Ring (Forum für Suizidprävention und Suizidforschung Zurigo), Gabriela Stoppe (IPSILON) e Myriam Ebinger (Università di Zurigo) – in piccoli gruppi vi è stato uno scambio di esperienze e pensieri sui cinque temi. In seguito sono state riassunte le principali nozioni acquisite in relazione a ognuno di questi.

#### ***Sensibilizzazione del personale docente***

Gli insegnanti nel contesto agricolo dovrebbero essere formati per riconoscere crisi o segnali di pericolo a livello psichico (p.es. esternazioni, espressioni del viso, postura o linguaggio del corpo). Chi è informato sul rischio di suicidio e su come comportarsi può affrontare con maggiore sicurezza questo argomento con la persona direttamente interessata (p.es. check list per emergenza). Potrebbero essere offerte anche maggiori conferenze o formazioni, come la giornata della formazione continua nel quadro del settore formazione professionale di base per la "Sensibilizzazione al suicidio nel contesto scolastico" all'INFORAMA di Rütli.

#### ***Approccio sentinella-gatekeeper***

La formazione di persone che hanno contatti professionali con agricoltori e contadine, dovrebbe essere offerta in altri Cantoni, anche nella Svizzera tedesca. Per Cantone o regione potrebbe essere

creata una rete di volontari. La tematica “Gestione delle crisi / prevenzione del suicidio” potrebbe essere affrontata in cerchie di lavoro. Dovrebbero esserci inoltre più enti di consulenza per apprendisti.

### ***Potenziare i fattori di protezione***

Per ogni agricoltore e contadina dovrebbe diventare normale che possano esserci delle crisi, perché fanno parte della vita. È importante investire nelle relazioni e nelle amicizie. Esprimersi e comunicare fa bene ed è un fattore di protezione; quindi evitare di restare da solo e isolarsi. La stima reciproca dovrebbe essere curata in maniera consapevole.

### ***Burnout e altre crisi***

Il burnout è socialmente accettato, contrariamente alla depressione e ad altre malattie psichiche, ovvero esso aprirebbe le porte a un dialogo sulla salute psichica. Il “sonno ristoratore” è un altro aspetto importante; concentrarsi sul lavoro è una possibilità di fuga ma comporta pericoli. I segnali di allarme dovrebbero essere percepiti anche da soli. C'è bisogno di fiducia negli esperti.

### ***Comunicazione e informazione***

Le condizioni per l'effetto Werther e Papageno sono state approfondite ancora una volta (incremento del tasso di suicidio se il suicidio è presentato come azione inevitabile, resoconti sul suicidio di personaggi famosi, descrizioni del mezzo del suicidio, fotografie a fronte della riduzione del tasso di suicidio se il suicidio è presentato in maniera negativa, resoconti sui suicidi sotto il treno e articoli su crisi andate a buon fine). Sono state presentate le [direttive dei media](#) sul tema “Media e suicidio” ed è stata citata l'importanza di fornire resoconti sul suicidio indicando al contempo gli sportelli di aiuto.

### **• Conclusioni**

**Markus Wildisen**, Direttore di INFORAMA e Presidente della Conferenza dei direttori delle scuole agricole professionali ha mostrato infine il ruolo di INFORAMA nella prevenzione del suicidio a livello di formazione e consulenza. Ha rimandato alle numerose cerchie di lavoro e al coaching. Ha rammentato che affrontare e discutere in maniera aperta di suicidio è un mezzo efficace per prevenirlo. Spetta a ognuno e a ogni istituzione, nel proprio ambito, poter fare qualcosa per la prevenzione del suicidio.