

Attacchi di panico, ora c'è Alpa

È nata anche a Bergamo l'associazione che riunisce le persone che soffrono di attacchi di panico, si chiama Alpa, significa «Associazione liberi dal panico e dall'ansia», gruppo che è già presente in numerose città italiane e che è riconosciuto dal ministero del Lavoro, della Sanità e delle Politiche sociali. Il primo incontro dell'associazione bergamasca è in programma per domani alle 18,30 al Caffè Letterario di via San Bernardino. L'attacco di panico e gli stati di forte ansia rappresentano una sofferenza conosciuta da larga parte della popolazione. Secondo le statistiche circa il 20% della popolazione avrebbe sperimentato attacchi di panico sporadici. Mentre una percentuale che

si stima tra l'uno e il 5% avrebbe sviluppato il vero disturbo di panico. Le persone più colpite sono le donne e l'età dell'esordio è tra i quindici e trent'anni, raramente dopo i 45 anni. L'Alpa rappresenta un gruppo di auto-aiuto: i partecipanti si incontrano, mettono insieme le loro difficoltà in modo libero e senza costrizioni, in un rapporto paritario e basato sullo scambio. L'associazione si presenta a Bergamo con il patrocinio del Comune. Al primo incontro parteciperanno il responsabile provinciale di Bergamo, il presidente della sezione lombarda e Giampaolo Perna, neuropsichiatra esperto di disturbi d'ansia del Centro europeo per i disturbi d'ansia ed emotivi di Milano.