

Salute mentale. Un adulto su 5 in Europa convive con sintomi di ansia o depressione. Ocse: servono interventi precoci e accesso più facile alle cure. In Italia forti disuguaglianze

Il nuovo rapporto dell'OCSE "Mental Health Promotion and Prevention" mostra che il 20% degli adulti nei Paesi UE e OCSE soffre di sintomi lievi o moderati di depressione o ansia, ma oltre due terzi non riceve assistenza adeguata. Le donne e i giovani restano i più vulnerabili, mentre il costo economico della salute mentale supera il 4% del PIL. In Italia persistono disuguaglianze territoriali, carenza di psicologi e bassa spesa in prevenzione. [IL RAPPORTO](https://www.quotidianosanita.it/) (Fonte: <https://www.quotidianosanita.it/> 9 ottobre 2025)

Un adulto su cinque in Europa manifesta sintomi di depressione o ansia, ma solo una minoranza riceve un trattamento adeguato. È il quadro allarmante che emerge dal nuovo rapporto dell'OCSE "Mental Health Promotion and Prevention" (2025), realizzato con il contributo della Commissione europea. Lo studio mostra come la salute mentale sia oggi una delle principali sfide di sanità pubblica, con effetti profondi sul benessere, sulla produttività e sull'economia. Secondo l'analisi, **oltre due terzi delle persone che necessitano di assistenza non accedono ai servizi di salute mentale**, spesso per barriere economiche, tempi di attesa e stigma. Le conseguenze si riflettono in perdita di produttività, esclusione sociale e costi complessivi che superano il **4% del PIL nei Paesi UE**.

Il rapporto sottolinea inoltre che **il 75% dei disturbi mentali dell'adulto inizia prima dei 25 anni**, con un picco nell'adolescenza e nella maternità. Le donne riportano tassi di depressione moderata o severa superiori del 62% rispetto agli uomini, mentre questi ultimi registrano tassi di suicidio fino a sette volte più alti.

Focus sull'Italia

Per l'Italia, l'OCSE segnala **una diffusione significativa dei sintomi depressivi e ansiosi e un trattamento ancora insufficiente**, in linea con la media europea. I dati indicano che il Paese dispone di **3,5 psicologi ogni 1.000 abitanti** e spende circa **0,6% del PIL in prevenzione** – valori inferiori rispetto ai Paesi nordici o centro-europei.

L'Italia è inoltre tra i Paesi con **scarsa integrazione delle tecnologie digitali nella salute mentale** e assenza di un piano strategico nazionale aggiornato (è in arrivo il nuovo Piano nazionale ndr.) per la promozione del benessere psicologico.

Best practice in Europa

Sebbene alcuni programmi di prevenzione - come "Next Stop: Mum" per la depressione post-partum e il progetto "Icehearts Europe" - siano in fase di sperimentazione, l'OCSE raccomanda di **rafforzare la rete territoriale, migliorare la formazione degli operatori sanitari di base e**

garantire **accesso tempestivo ai servizi di supporto psicologico**, anche attraverso sportelli digitali e percorsi scolastici di educazione alla salute mentale.

Le raccomandazioni

L'OCSE invita i governi a:

- ampliare l'accesso gratuito o a basso costo alle consulenze psicologiche;
- investire in **prevenzione precoce**, in particolare per adolescenti, giovani madri e lavoratori a rischio burnout;
- integrare la salute mentale nei **servizi di base** e nei luoghi di lavoro;
- promuovere l'**alfabetizzazione emotiva e la formazione di "first responders"** capaci di riconoscere i segnali precoci;
- sostenere programmi innovativi come **@Ease**, **iFightDepression**, e le reti di **assistenza post-partum** già attive in diversi Paesi europei.

La salute mentale non è più un tema marginale ma una priorità urgente di sanità pubblica. Il rapporto OCSE indica che intervenire precocemente non solo migliora la qualità della vita, ma **riduce i costi sanitari e aumenta la produttività fino al 60%**. Per l'Italia, la sfida sarà tradurre i modelli europei in politiche strutturali, colmando i divari territoriali e rendendo effettivo il diritto alla cura psicologica per tutti.

Allegati: ■ [Il Rapporto](#)

Approfondimenti:

- [Iss: "Cresce la depressione e la domanda di cura: sintomi per il 6% degli adulti e il 9% degli over 65"](#)
- [Fondazione Di Liegro: "È emergenza depressione, investire su integrazione sociosanitaria"](#)