



Cultura - Libri: Pubblicato “Vita da impanicati – istruzioni per l’uso”. Un manuale di sopravvivenza per il male del secolo

Roma - 06 nov 2019 (Prima Pagina News) Scritto da Alessandra Pontecorvo, il libro è edito da Giacobelli

È stato pubblicato lo scorso 30 ottobre il libro dell'autrice Alessandra Pontecorvo “Vita da impanicati – istruzioni per l’uso” edito da Giacobelli. Un “tascabile – lo definisce la stessa autrice – diviso in due parti ognuna delle quali contiene dieci capitoli. La prima parte dedicata a chi, come me, soffre di crisi d’ansia e attacchi di panico e la seconda a chi conosce o anche solo si trova di fronte a qualcuno che ne soffre. Istruzioni chiare e semplici su cosa fare o cosa non fare, cosa dire o cosa non dire se ci si trova in una delle due condizioni”. I numeri parlano chiaro, circa 10 milioni di italiani, prevalentemente donne, ha sperimentato il disturbo da attacchi di panico almeno una volta nella vita. E questi numeri tendono a crescere se agli attacchi di panico si uniscono tutti gli altri disturbi collegati all’ansia e alla depressione. Numeri che incidono sul tessuto sociale di questo paese e che sono in costante aumento spesso proprio perché taciuti. “In questo libro – spiega l’autrice – che si fregia di due prefazioni illustri, la prima l’esperienza di vita di Federica Pellegrini che racconta le sue paure di donna e atleta e la seconda dello scrittore e poeta Andrew Faber che spiega proprio l’importanza di “non tacere la paura, mai. Di quanto se ne debba parlare, condividendo esperienze per non trovarsi soli in questo viaggio”; racconto 19 anni della mia vita provando a far capire al lettore che quella che è stata la mia esperienza è in realtà un’esperienza comune a molti e che ci sono strumenti per affrontarla al meglio, il primo dei quali è senza dubbio non tacere. Non voglio si parli del libro - ha concluso Alessandra Pontecorvo - ma che si parli di questi problemi. Perché nel 2019 è inaccettabile che esistano ancora tabù”. Il libro è disponibile in tutte le librerie, sulle piattaforme online e sul sito www.giacovellieditore.com

(Prima Pagina News) Mercoledì 06 Novembre 2019