

≡ **PANORAMA**

Panorama | News | Italia: salute mentale a rischio

SALUTE 10 October 2022

Italia: salute mentale a rischio

In occasione della Giornata mondiale della salute mentale, che si celebra il 10 ottobre, il messaggio dell'OMS per il 2022: il benessere psicologico deve essere una priorità

Redazione

L'emergenza sanitaria legata alla pandemia, con i lockdown delle prime ondate e le restrizioni anti-contagio, poi una guerra nel cuore d'Europa tra Russia e Ucraina, ora la crisi energetica e quella economica, è possibile rendersi conto di essere arrivati, ormai, a toccare l'apice della famosa "pandemia nella pandemia" di cui si parlava tanto all'inizio e che riguarda prioritariamente anche la salute mentale. In occasione della Giornata mondiale della salute mentale, che si celebra il 10 ottobre, nel 2022 è stato scelto il tema "Rendere la salute mentale ed il benessere di tutti una priorità globale, perché in un mondo scosso dagli effetti della pandemia, delle guerre e dell'emergenza climatica, il benessere di

tutti deve essere prioritario”.

La pandemia nella pandemia: il disagio psicologico sta colpendo tutte le fasce d'età

Il boom di richieste di aiuto in ambito psichiatrico è letteralmente esploso nell'ultimo anno: sulla scia di un'infezione che ormai sta diventando endemica, restano le macerie della guerra combattuta per tre anni con importanti ripercussioni sulla condizione psicologica in relazione a tutte le fasce d'età. Il trauma iniziale per l'arrivo improvviso di un'infezione con mortalità così elevata e che ha introdotto il tema della “perdita” delle persone care, del lavoro, delle opportunità, associato alle misure restrittive che ci hanno allontanati da amici e parenti e ci hanno indotto a rinchiuderci in casa rivedendo completamente tutta la nostra quotidianità, hanno impattato negativamente sulla salute mentale con conseguenze più o meno gravi a seconda delle caratteristiche di ciascuno.

Certo è che il disagio ha colpito in modo trasversale tutte le fasce di età ma sono soprattutto adolescenti, e giovani ad accusare il malessere più grave: crescono disturbi d'ansia, depressivi e comportamenti autolesionistici aggravando condizioni disfunzionali già esistenti. Da uno studio della Fondazione Gimbe emerge che tra gli effetti a medio-lungo termine della Pandemia si stanno evidenziando ritardi nell'erogazione di prestazioni non ancora recuperate dalle regioni, impatto del Long Covid sul sistema sanitario, l'impatto della pandemia sulla salute mentale, l'ulteriore indebolimento del capitale umano, burnout, licenziamenti volontari, fuga verso il privato.

Tra le patologie di più frequente riscontro gli studi evidenziano: disturbi del sonno, disturbi d'ansia, disturbo post traumatico da stress, disturbi depressivi, difficoltà nell'elaborazione del lutto. Pensiamo ad esempio agli studenti con disturbi dell'apprendimento che con la didattica online hanno manifestato molte difficoltà e sviluppato disturbi d'ansia, oppure agli anziani che si sono ritrovati in completa solitudine e che sono stati colpiti da disturbi depressivi o sono, frequentemente, andati incontro a peggioramenti di deficit cognitivi.

Long Covid e il burnout che ha colpito i lavoratori di ambito sanitario .

“A tutto questo si aggiungono i disordini legati al Long covid e il burnout che ha colpito, anche i lavoratori di ambito sanitario. Medici, infermieri e tutti gli operatori in ambito sanitario- spiega la dottoressa **Beatrice Casoni** Psichiatra e Direttore Sanitario presso la clinica Neurocare di Bologna- sono stati sottoposti ad una pressione prolungata e impattante sul sistema psicologico. Io stessa ricordo ancora i messaggi di alcuni colleghi di Bergamo che lavoravano in condizioni disperate, avevano decine e decine di pazienti di cui occuparsi in una fase iniziale in cui mancavano i dispositivi di protezione, non si conoscevano ancora possibilità terapeutiche e si procedeva per tentativi contro una gravissima e sconosciuta malattia.

A questo si aggiungeva il continuo confronto con la morte e la necessità di comunicare notizie così tristi a tante famiglie ma solo per telefono. Non esisteva la possibilità di potersi sedere qualche minuto con i parenti dei pazienti che non ce l'avevano fatta per spiegare e consolare e subito si doveva correre a cercare di

I PIÙ LETTI

LIVE

La Russia ha invaso l'Ucraina. È guerra

TELEVISIONE

Mina Settembre 2: le anticipazioni della seconda puntata

COLLEZIONI

Presentazioni, anteprime ed eventi. La moda che ha animato Milano

DAL MONDO

L'attentato al ponte in Crimea mostra la preparazione degli 007 di Kiev

TELEVISIONE

Alessandro Barbero torna in tv: il Prof racconta il 1492, un "anno eccezionale"

salvare un altro nonno, un altro padre, un'altra mamma ecc. La sindrome da burnout ha colpito pesantemente i sanitari- prosegue la dottoressa Casoni- con la sensazione tipica di non farcela più, di essere logorato sfociando nell'affaticamento cronico, nei sentimenti di frustrazione e perdita di speranza fino al disinteresse per la propria professione come meccanismo di difesa per sopravvivere”.

Il Burnout è un disturbo particolarmente insidioso che può essere scambiato per semplice stanchezza e “bisogno di una pausa” ma che, se trascurato, può portare a disturbi somatici, disturbi del sonno, ansia e depressione per cui merita di essere individuato e trattato adeguatamente con l'aiuto di specialisti psichiatri e psicoterapeuti. Quindi se sommiamo tutte queste difficoltà possiamo capire bene quale sia il carico di lavoro che si è riversato sui servizi di salute mentale a cui si deve aggiungere la ormai cronica mancanza di specialisti. Gli stessi operatori della salute mentale sono sottoposti a grave stress in queste condizioni.

Distacco emotivo, indifferenza e interruzione della connessione emotiva tra i sintomi che minacciano la salute psicologica

“C'è un disagio psicologico che colpisce le persone e le famiglie- prosegue la dottoressa **Elisa Stefanati** psicoterapeuta presso la casa di cura Quisisana di Ferrara- lavorando nei diversi contesti di salute mentale ci stiamo rendendo di come il tasso di malessere nella popolazione sia alto e in costante crescita, oltre all'aumento di depressione e ansia e comportamenti autolesionistici sta emergendo una preoccupante difficoltà a controllare i propri impulsi, sta dominando un crescente distacco emotivo, arrivano soprattutto adolescenti con che hanno enormi difficoltà ad esprimere e a regolare le emozioni, aumentano i disagi legati a bassa autostima in un crescendo di conflitti ed esternazioni di violenza ove le persone definiscono le proprie relazioni sempre meno soddisfacenti”.

Come stanno le famiglie ?

La pandemia ha messo in crisi soprattutto le relazioni, gli scambi, le interazioni, ed i legami, ha provocato una tendenza all'isolamento e alla chiusura, accrescendo la dipendenza tecnologica. Giovani e adolescenti, ne hanno risentito maggiormente. Durante le ondate che hanno imposto le restrizioni più frustranti le famiglie hanno dovuto riorganizzare i propri assetti perché la pandemia ed i lockdown hanno introdotto tre principali cambiamenti. la riduzione delle relazioni extrafamiliari esterne, la diminuzione della libertà di movimento, l'aumento degli scambi intra familiari.

In questo senso la pandemia pare aver sottratto ai sistemi familiari alcuni “fragili” equilibri che consentivano alla sofferenza di sopravvivere sotterranea e ancora tollerabile e quindi ha contribuito a far emergere una sofferenza che era latente ma in penombra. In questo momento stiamo assistendo ad un aumento dei conflitti, sono sempre più in crisi gli scambi comunicativi. *La pandemia ha interrotto equilibri solo apparenti offrendo l'opportunità di prendersene cura anziché negarli o evitarli.

Le restrizioni legate all'emergenza sanitaria pare aver reso evidente a tutti la sofferenza enorme e latente. La pandemia ha rotto equilibri solo apparenti,

schemi inautentici, ha funzionato come acceleratore del disagio, esplicitando i bisogni e svelando criticità “nascoste” e facendole emergere alla luce ed ora è necessario prendersene cura, ricostruendo una possibilità di dialogo e connessione nella famiglia

Cosa si può fare?

È arrivato il momento di superare lo stigma che aleggia ancora troppo pesantemente sulla salute mentale, è necessario parlare, informare, educare affinché chiunque senta una difficoltà sappia di potersi affidare ad uno specialista: i servizi- rafforza la dott.ssa Casoni- devono essere ampliati per essere accessibili a tutti a prescindere dalle condizioni economiche e sociali, devono essere aumentate le borse di studio per gli specialisti in psichiatria affinché i servizi non siano più in affanno per mancanza di personale ed è necessario che i dirigenti studino modi adeguati per fornire supporti ai lavoratori dei servizi di salute mentale che ancora per diverso tempo saranno costretti a surplus lavorativo. È fondamentale affrontare questo disagio diffuso- conclude la dott.ssa Stefanati - promuovere la condivisione, rafforzare la comunicazione, fare prevenzione, promuovere le risorse e aiutare un dialogo tra genitori e figli.

©Riproduzione Riservata