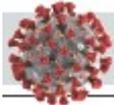


ANSIA, STRESS, PAURE: L'EMERGENZA NASCOSTA

Oltre 700 chiamate in due mesi ai servizi di ascolto, le previsioni degli psichiatri del servizio pubblico: «Nelle prossime settimane l'emergenza riguarderà anche la salute mentale»

Corriere Fiorentino · 6 May 2020 · Di Antonio Montanaro

Nella fase 2 ci sarà anche un'emergenza legata alla salute mentale, con un netto aumento di patologie legate agli effetti della quarantena. «Ce lo aspettiamo — spiega Giuliano Casu, direttore del dipartimento salute mentale e dipendenze dell'Asl Centro — e i servizi territoriali dovrebbero essere rinforzati».



Il 26 febbraio scorso la rivista di medicina The Lancet ha pubblicato un articolo («The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence») in cui sono riassunti gli studi fatti in passato sugli effetti di quarantene anche più leggere di quella per il Covid19.

Si fa riferimento, in particolare, alla Sars, tra il 2003 e il 2005. Il quadro è chiaro e allarmante: periodi di isolamento, anche inferiori ai 10 giorni, possono avere effetti a lungo termine, con presenza — fino a tre anni dopo — di sintomi da stress post traumatico, ansia, depressione o abuso di alcol e droghe. Dunque, cosa dobbiamo aspettarci nella fase 2? Quali possono essere le conseguenze su una regione come la Toscana che da anni risulta al primo posto per consumo di antidepressivi? «È assurdo — ha sottolineato il politologo Marco Tarchi in una recente intervista al Corriere Fiorentino — che per valutare gli effetti del «tutti a casa indiscriminatamente e indefinitamente», si sia dato spazio quasi unicamente a virologi, epidemiologi, statistici medici e non, relegando in un angolino, e quasi costringendo al silenzio, psicologi e psichiatri. Gli esseri umani non sono fatti per rintanarsi per lunghi periodi fra quattro mura. Non accadeva nemmeno all'epoca delle caverne».

Il primo ascolto

L'Ordine degli psicologi della Toscana dal 16 marzo ha attivato tre linee telefoniche, di cui una dedicata al personale sanitario in prima linea nell'emergenza Covid: «Finora — racconta il vice presidente dell'Ordine, Simone Mangini, referente del servizio — sono arrivate più di 700 telefonate. La fascia di età più rappresentata è quella tra i 30 e i 60 anni, ma si sono rivolti a noi anche diciottenni o ultraottantenni. E la stragrande maggioranza di loro non aveva mai avuto un contatto con servizi di supporto psicologico». Le domande più frequenti all'inizio riguardavano l'ansia da contagio, la difficoltà di affrontare la solitudine, il distanziamento sociale. «In questi ultimi giorni — continua — ci stanno arrivando anche chiamate da chi ha perso il lavoro, da chi ha paura per un futuro senza possibilità, da chi comincia a sentire il peso della convivenza forzata con il nucleo familiare». I 380 volontari impiegati su più turni ascoltano le richieste, valutano la gravità della situazione e poi indirizzano chi telefona o al servizio pubblico o ad altri specialisti: «È accaduto più o meno nel

20% dei casi». E lo scenario dei prossimi mesi? «Ci aspettiamo — conclude Mangini — un aumento dei casi di disturbi legati allo stress, all'ansia, alle paure. Ma penso che sia fondamentale una presa di coscienza politica dell'importanza della salute mentale, soprattutto in questo periodo».

Il servizio pubblico

Il dipartimento di salute mentale e dipendenze dell'Asl centro (Firenze-Prato-Pistoia) ha in carico oltre 20.000 pazienti adulti, più altri circa 14.000 minori. In carico significa che sono stati visitati almeno tre volte: quindi vanno aggiunte le migliaia di persone che si rivolgono ai vari centri solo occasionalmente o per qualche consulenza. Una platea molto vasta e con patologie variegata che dai primi giorni di marzo ha visto ridursi i servizi per le misure di sicurezza sanitaria: «All'inizio — spiega il direttore del dipartimento Giuliano Casu — avevamo una sola preoccupazione: che la gente non affollasse i pronto soccorso per attacchi d'ansia o di panico. Abbiamo continuato a lavorare, rispettando tutte le indicazioni che ci ha dato la Società di epidemiologia psichiatrica, ma le attività sono state ridotte, a seconda delle zone, tra il 30 e il 50%. Le terapie di gruppo, per esempio, sono state sospese. Così come sono stati chiusi i centri diurni, i centri di riabilitazione intensiva, anche se qualche attività è proseguita individualmente. Mentre le prime visite e la somministrazione di terapie farmacologiche per i pazienti più gravi continuano. Da giovedì scorso inoltre la Regione ha attivato una piattaforma per le "televisite", in

» Casu (Asl Firenze) C'è bisogno che la politica si faccia carico di questi problemi, rinforzando le strutture pubbliche anche per le azioni di prevenzione modo da poter rimanere in contatto con i pazienti nel loro domicilio».

Dall'inizio della pandemia nell'Asl centro non sono stati registrati aumenti significativi di Trattamenti sanitari obbligatori (Tso). «In periodi come questo — sottolinea Casu — cresce il rischio di suicidi ma non sappiamo cosa accadrà nei prossimi mesi. Ci aspettiamo che tantissime persone in più si rivolgeranno ai servizi pubblici, con l'accentuazione di stati d'ansia, depressione, disturbi ossessivi o da stress post traumatico per chi ha contratto il coronavirus o ha avuto familiari morti per questa malattia. L'altro rischio molto grosso è quello del cosiddetto burnout, cioè uno stato emotivo di perdita di motivazioni». Ma che ruolo deve avere la psichiatria pubblica in questa emergenza? «Viviamo — risponde Casu — un paradosso: nonostante i continui allarmi dell'Oms che danno i disturbi psichici come malattie più diffuse tra 10, 20 anni, superando anche quelle cardiovascolari, in Italia è diminuita l'attenzione su questi temi, soprattutto sul fronte della programmazione politica. Nelle varie task force del governo è stato inserito solo di recente uno psichiatra: c'è voluto più di un mese, mi sembra assurdo. Ora abbiamo davanti un'emergenza che sarà anche psichiatrica e i servizi di salute mentale vanno rinforzati, anche nelle attività di prevenzione».

Il privato

Insomma, c'è chi uscirà dalla quarantena con la consapevolezza di avere davanti nuovi spazi vitali da occupare e chi, invece, vedrà un vuoto. In queste ultime settimane tanti psicoterapeuti che lavorano nel privato hanno continuato a incontrare i loro pazienti tramite piattaforme on line. Filippo Magherini, psichiatra che lavora al Serd di Grosseto ma anche in privato con gruppi di psicoterapia a Firenze, è uno di loro: «All'inizio — dice — ho detto

con molta onestà ai miei pazienti che non so se avrei continuato. Poi, man mano che siamo andati avanti con questa nuova modalità telematica ho percepito una qualità in termini terapeutici. Penso che la continuità del lavoro di psicoterapia sia fondamentale nel favorire la resistenza non tanto nei confronti della distruttività legata alla catastrofe virale, per la quale in effetti sentimenti come paura, ansia, tensione e tanti altri potrebbero essere del tutto fisiologici, quanto nei confronti delle eventuali dimensioni di violenza direttamente legate alla psicopatologia da curare». Su cosa potrà succedere con l'allentarsi dell'isolamento Magherini è cauto: «C'è un rapporto nuovo in costruzione, con la realtà interna e con quella esterna. E su questo bisognerà continuare a lavorare».