

Salute **Salute**

# Coronavirus, aumentano del 30% i casi di depressione, ansia e disturbi del sonno

19 MAGGIO 2020

E il 42% degli italiani sarebbe a rischio di ammalarsi. Gli esperti: "Puntare sulla prevenzione con l'aiuto degli specialisti"

DI VALERIA PINI

[COMMENTA](#)[CONDIVIDI](#)

C'è un'altra onda che rischia di sommergere migliaia di persone dopo l'emergenza **coronavirus**. Covid-19 non ha solo messo a rischio molte vite, ma sta sconvolgendo i nostri equilibri. Prima avevamo, almeno in parte, obiettivi e un percorso da seguire. Ora un nemico invisibile ha cancellato certezze. Vacilliamo. Aumentano così del 30% le segnalazioni di patologie come **ansia e**

**paura, disturbi del sonno e depressione**, anche in forme gravi. E il 42% degli italiani sarebbe a rischio di ammalarsi. Un'emergenza non solo italiana, ma mondiale, come ha ricordato in questi giorni anche l'Organizzazione mondiale della sanità.

“Trecentomila pazienti in più - **Enrico Zanaldi**, presidente della Società italiana di psichiatria - tra coloro che soffrono di ansia post-traumatica per i lutti, le perdite, il danno economico e l'incertezza per il futuro, svilupperanno disturbi psichici e faranno richiesta di aiuto ai servizi di salute mentale. Un'onda d'urto che potrebbe cominciare dal

prossimo mese e andare avanti per sei sette mesi. I primi segnali stanno già investendo la rete di assistenza, un aumento di un terzo rispetto ai 900mila già a carico dei servizi di tutta Italia che, se non affrontato con interventi concreti, rischia di peggiorare le condizioni di assistenza, ma anche di condurre il tessuto sociale a una grave sofferenza psichica, con un rischio concreto di aumento della povertà”.

## Il 42% a rischio

Secondo uno studio condotto dall'Universitat Oberta de Catalunya, la salute mentale del 42% degli italiani è a rischio a causa dell'epidemia, mentre il 59% per cento della popolazione si è sentita stressata, angosciata e depressa per la situazione. “Aumentano soprattutto ansia e depressione secondarie a modificazioni lavorative, perdita di persone care senza la possibilità di accompagnarle e di partecipare al funerale. Sono mancati i

rituali di elaborazione del lutto. Ma ci sono anche le ridotte possibilità economiche, paura per la propria salute o dei propri cari”, aggiunge Zanalda che

lavora al Dipartimento di Salute Mentale dell’Asl Torino 3.

## Il lutto

Una situazione confermata anche da **Claudio Mencacci**, direttore Dipartimento Salute mentale Sacco di Milano che ha osservato un aumento di segnalazioni del 25%. Fra i casi più complicati, quelli di chi ha perso un parente. “Da aprile abbiamo iniziato ad offrire un servizio per **familiari in lutto**. Da allora figli che hanno perso i genitori, persone rimaste senza partner, spesso legami di una vita, si rivolgono a noi per un aiuto. Avevano tutti attraversato prima il periodo del ricovero. Avevano visto il parente portato via dall’ambulanza, senza poterlo accompagnare. Poi le difficoltà per sentirlo o avere sue notizie o stargli vicino. Quando era venuto a mancare non erano potuti entrare in ospedale, vederne il corpo o ritirare gli effetti personali”. Un trauma per molti a cui, fra l’altro, sono mancati i rituali consolatori del funerale. “Tutto questo è accaduto in tempi molto rapidi e chi ha avuto una perdita è più esposto a un rischio elevato di problematiche psicologiche. Parliamo soprattutto di lutto complicato e patologico e disturbo post traumatico da stress. Per loro il rischio di sviluppare una depressione molto elevato”, aggiunge Mencacci.

**LEGGI - Così il virus ha tolto il lutto alle famiglie**

Puntare sulla prevenzione di queste persone è una priorità. “Abbiamo strutturato - aggiunge Mencacci - un servizio con psichiatri e psicologi e psicoterapeuti in una ottica preventiva al fine di evitare una ulteriore complicazione della condizione clinica del familiare. Sono interventi di urgenza breve, specifico e circoscritto per dare uno spazio di accoglienza, contenimento e riduzione delle reazioni emotive disturbanti correlate allo stress acuto, sintomi ansiosi e depressivi, disturbi del sonno, lutto e disturbo post traumatico da stress”.

## Perdita del lavoro

C'è poi quel malessere diffuso di tante persone che non hanno subito il trauma di un lutto, ma che con l'epidemia hanno

perso il lavoro o vivono situazioni di profonda solitudine. “Il tema più frequente è quello della preoccupazione insopportabile rispetto al futuro, quello proprio, dei propri cari, quello della propria azienda, quello dei propri dipendenti. Questa preoccupazione può apparire proporzionata alla situazione, ma comunque causare una marcata sofferenza che può essere alleviata dall'intervento di un esperto. Altre volte, invece, essa può diventare disperazione estrema, tale da richiedere un intervento specialistico urgente”, spiega **Mario Maj**, direttore del Dipartimento di Psichiatria dell'Università "Vanvitelli" di Napoli, che conferma l'aumento delle richieste di intervento.

## La sindrome della capanna

Con la Fase 2, molte persone hanno paura

Con la fase 2, molte persone hanno paura a muoversi di casa o ad andare in ospedale per farsi aiutare. Gli esperti in alcuni casi parlano di “sindrome della capanna”, il timore di uscire e riscoprire il mondo esterno. Il ritorno a una parvenza di normalità, spaventa. Secondo Zanalda, per molti c'è l'incapacità di rientrare in una fase di ripresa dopo settimane di clausura. Riprendere le attività frenetiche precedenti al lock down per molte persone non è agevole anche perché non c'è la stessa spensieratezza precedente.

Per affrontare questo disagio molti ospedali e ambulatori stanno portando avanti terapie 'a distanza' utilizzando le videochiamate. “Alcuni centri si stanno attrezzando per l'intervento da remoto. Si mette a disposizione della comunità o dell'area territoriale di pertinenza una linea telefonica attiva almeno 12 ore al giorno. Le persone che chiedono aiuto - spiega Maj - vengono richiamate in tempi brevi e viene effettuato un primo screening. Su questa base si decide se fornire soltanto un sostegno psicologico o delle indicazioni di ordine pratico oppure se programmare un intervento psicologico strutturato da remoto o se proporre una visita face-to-face nel corso della quale avviare un intervento psicoterapeutico o eventualmente anche farmacologico”.

## Risorse ai servizi di salute mentale

Ma con l'aumento di casi e di pazienti, servirebbero ancora più servizi e risorse. “Le autorità competenti- aggiunge Maj - debbono essere consapevoli di questa

nuova emergenza che si sta profilando e considerarla nei programmi per affrontare la fase 2. L'evoluzione dipenderà in larga misura dagli interventi che il 'sistema Paese' saprà concretamente attuare. Essi però vanno affrontati subito in modo efficiente, non solo perché producono una grave sofferenza, ma perché possono condurre a stati di disperazione estrema, che noi tutti - tutto il 'sistema Paese'- dobbiamo prevenire per quanto possibile".

"Ascoltare queste persone non è sufficiente - prosegue Maj - bisogna intervenire con gli strumenti propri delle professioni della salute mentale, per ridurre il disagio ma anche di promuovere la resilienza".

Un appello, quello di ampliare i servizi, lanciato anche dal del direttore generale dell'Organizzazione mondiale della sanità Tedros Adhanom Ghebreyesus in un editoriale su World Psychiatry. Perché l'emergenza non è solo italiana ma mondiale. "I sistemi di salute mentale in tutti i paesi vanno rafforzati - spiega - per far fronte all'impatto perché i disturbi mentali sono una priorità assoluta in questa fase dell'evoluzione della pandemia".



Salute Fase 2 Coronavirus Coronavirus A

Commenta

COMMENTA

CONDIVIDI

## Potrebbero Interessarti:



Commento

## Recalcati: cosa ho scoperto parlando con il Covid. La pandemia nel diario di uno psicanalista

DI MASSIMO RECALCATI

Robinson

## Paolo Vineis: "L'unica cura è un'economia più giusta"

DI LUCA FRAIOLI



Salute

## Lotta al fumo, la Fondazione Veronesi: "Raddoppiamo il prezzo delle sigarette"

DI GIUSEPPE DEL BELLO

Intervista **Fase 2 Coronavirus**

# Mazzucato: "Ora uno Stato imprenditore che decida dove investire"



DI FRANCESCO MANACORDA

[Scrivi alla redazione](#)

[Scrivi all'assistenza](#)

[Domande frequenti](#)



[Torna su](#)