

Il punto**PRENDERSI
CURA DELLA
PANDEMIA
EMOZIONALE**di **Claudio Mencacci***

Secundo molte stime la pandemia di Covid-19 sta incrementando l'incidenza della depressione, e i pazienti con depressione e disturbi mentali sono da considerarsi tra i più a maggior rischio di contrarre Covid nelle manifestazioni più gravi. Si conferma l'associazione tra Covid e depressione, più in generale con i disagi mentali. La causa potrebbe risiedere nelle alterazioni immuno-infiammatorie che sono alla base di alcuni problemi psichiatrici, o in una maggiore frequenza di comorbidità e in stili di vita poco salutari che si presentano in molti casi in questi pazienti. Inoltre, le persone con disturbi dell'umore sono colpite in modo differenziato da malattie non trasmissibili (ad esempio, obesità e malattie cardiovascolari) note per aumentare il rischio di Covid-19. Sarebbe quindi opportuno considerare anche loro fra i fragili a cui eventualmente riservare la terza dose di vaccino. Ma certo non basta: occorre che sia garantito e agevolato l'accesso ai servizi specialistici, evitando situazioni di stigma, dialogando con i colleghi della medicina

generale, con i pediatri di libera scelta e con i servizi territoriali come i consultori. Sono inoltre necessari adeguati interventi sociali che, tenendo conto delle vulnerabilità individuali, evitino l'esposizione a quadri di stress eccessivi, che diminuiscano il senso di solitudine che a volte gli individui percepiscono nell'esposizione alla crisi sociale ed economica associata alla pandemia da Covid-19. Si evince l'importanza della presa in carico di questa sofferenza psichica e la necessità di una particolare attenzione alla medicina del territorio. La «tempesta perfetta» (crisi sanitaria, emotiva ed economica) va contrastata anche con un potenziamento dei servizi di salute mentale e con campagne di prevenzione e di screening nelle popolazioni più esposte (donne, giovani, anziani,) per ridurre i rischi e promuovere la resilienza. Occorre prendersi cura della pandemia emozionale e curare la paura della paura.

**Dir. emerito Neuroscienze
Asst FBF-Sacco, Milano
Co-Presidente Sinpf*

