

Salute Mentale e pandemia: quale l'impatto sul benessere psichico?

LA SITUAZIONE PANDEMICA HA CAUSATO UN GRANDE TRAUMA NELLE PERSONE, SOPRATTUTTO IN ALCUNE FASCE D'ETÀ E CATEGORIE SOCIALI, MA ANCHE UNA GENERALE POVERTÀ VITALE CHE SFOCIA OGGI IN AGGRESSIVITÀ E VIOLENZA.

Abbiamo fatto un'interessante riflessione sul tema della depressione prima e dopo la pandemia con il **Prof. Alberto Siracusano**, Direttore della U.O.C. di Psichiatria e Psicologia Clinica e della Scuola di Specializzazione in Psichiatria dell'Università degli Studi di Roma Policlinico Tor Vergata e componente del Tavolo sulla Salute Mentale della Cei.

Professore, cos'è la depressione e quanto impattava sulla popolazione italiana prima della pandemia da Covid-19?

"La depressione è un disturbo affettivo caratterizzato da una profonda tristezza e da mancanza di prospettive future, che rendono la vita dolorosa. Possono essere presenti anche disturbi somatici. Nel 2019 ne soffrivano circa 3 milioni di persone in Italia, di cui quasi 2 milioni donne e le previsioni dicono che, nel 2030, sarà la seconda causa di disabilità dopo i disturbi cardiovascolari. Come molti dei disturbi psichiatrici, la depressione ha un'origine complessa e può avere tante cause: genetiche, ambientali, caratteriali, di tipo organico (ad esempio l'infiammazione) ed essere determinata da fattori psico-sociali come sta accadendo oggi, dove la pandemia è diventata un fattore psico-patogeno molto grave, rispetto al quale è necessario intervenire. I sintomi che devono destare un campanello d'allarme sono sicuramente una grande tristezza, l'apatia, la mancanza di spinta, l'anedonia (mancanza di qualsiasi piacere), nessuna progettualità di vita, fino ad arrivare, nei casi più gravi, a una prevalenza di idee di morte. Ovviamente serve la diagnosi di uno specialista per decidere un piano terapeutico ad hoc, soprattutto quando si tratta di giovani e giovanissimi. La terapia più accreditata oggi è l'integrazione tra farmaci e psicoterapia".

Qual è stato l'impatto indiretto della pandemia su questa malattia?

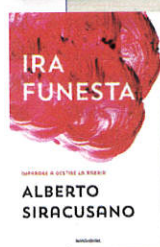
"Potremmo paragonare la pandemia all'esplosione di una bomba nucleare, che colpisce direttamente chi si è ammalato di Covid e indirettamente, in vari gradi, le altre persone. In merito a chi ha sofferto della malattia, oggi si parla di "Long Covid" in quanto il disturbo sembra lasciare sintomi importanti sia a livello dell'umore e dell'ansia, sia anche della memoria e del sonno. Questo sintomo generale di difficoltà di concentrazione - descritto in moltissimi studi - che riferiscono queste persone viene descritto come



Prof. Alberto Siracusano

ALBERTO SIRACUSANO SCRITTORE

La povertà vitale. Risalire in superficie e Ira funesta sono i titoli dei libri del Prof. Siracusano. Il primo, scritto con Michele Ribolsi (Il Pensiero Scientifico Editore 2018), spiega cosa si intenda per povertà



vitale, un concetto ampio, che fa riferimento ad un impoverimento delle qualità e delle risorse umane generali, che costituisce un fattore di rischio e un substrato di vulnerabilità psicopatologica. Il secondo (Mondadori, 2017) tratta, invece, il tema di come conoscere e affrontare la depressione, una sorta di colla fatta di dolore, tristezza, solitudine e sofferenza capace di bloccare ogni spinta vitale dell'individuo. Nel terzo, infine (Mondadori 2019), Siracusano analizza i molti aspetti della rabbia, un'emozione che, nonostante la sua enorme diffusione, è ancora poco studiata.

nebbia cognitiva. Chi, invece, non si è ammalato di Covid, ma ha vissuto i cambiamenti sociali provocati dalla pandemia, può presentare sia sintomi depressivi o, oggi molto frequentemente, sintomi ansiosi legati soprattutto al corpo: insonnia, dolori diffusi, mal di testa e, anche in questo caso, sintomi somatici generali sono diventati molto più frequenti".

Ci sono categorie di persone che hanno maggiormente subito gli effetti della pandemia, in questo senso?

"La pandemia ha provocato uno stress sociale generale ma determinate categorie di persone ne sono state colpite più direttamente: ad esempio gli operatori sanitari, in particolare coloro che lavorano in prima linea, che hanno riferito conseguenze negative come risultato dell'esposizione allo stress e della paura di infettare i propri cari. O i caregiver familiari o, ancora, le persone che hanno vista limitata la propria libertà e la possibilità di lavoro".

Quali sono i sintomi della depressione che oggi vengono maggiormente riportati?

"Come abbiamo già sottolineato, nei pazienti che hanno contratto il Covid è stato evidenziato un aumento dei tassi di morbidità per patologie neurologiche e psichiatriche a 6 mesi dall'infezione, con un rischio aumentato in coloro che hanno avuto un'infezione severa. I principali sintomi segnalati sono ansia, disturbi dell'umore, dello spettro psicotico, da dipendenza da sostanze e insonnia. Nei bambini più piccoli, invece, si sono evidenziati cambiamenti nel comportamento con episodi di irritabilità, disturbi del sonno, irrequietezza, mentre nelle fasce tra i 6 e i 18 anni compaiono anche disturbi somatici, instabilità emotiva, deflessione del tono dell'umore, aumento del disagio psichico e emozionale, fino ad arrivare a comportamenti autolesionistici, aggressività e violenza. E in effetti io credo che, a lungo termine, gli effetti della pandemia non saranno solo economici e sanitari: la crisi materiale sta, infatti, generando un impoverimento delle qualità e delle risorse umane individuali e sociali, che genera poi comportamenti quali il bullismo, l'inquinamento relazionale e comunicazionale, la capillare diffusione dell'aggressività e della violenza nelle relazioni".

Ci sono fasce di età maggiormente colpite?

"Nel Regno Unito l'incidenza di disturbi mentali è risultata aumentata, in particolare modo in individui di età compresa tra i 18 e i 34 anni, donne e persone che vivono con bambini. Nella popolazione italiana si sono evidenziati tassi di esiti negativi a 3 settimane dall'inizio delle misure di lockdown. I principali fattori di rischio sono stati riconosciuti essere, ancora una volta, il sesso femminile, la giovane età e la quarantena conseguente al contatto ravvicinato con un soggetto positivo. Paradossalmente, invece, gli anziani sembrano aver vissuto meglio questo periodo di isolamento sociale rispetto ai giovani che, oltre all'isolamento, hanno perso qualsiasi confronto con insegnanti e amici".

CONTATTI

Prof. Alberto Siracusano

Direttore U.O.C. Psichiatria e Psicologia Clinica
Policlinico Tor Vergata
Viale Oxford, n. 81 - 00133 Roma
Tel. 06 20904726
Mail: siracusano@med.uniroma2.it