



*“Il problema nasce quando la paura diventa ansia patologica, panico e in alcuni soggetti ipocondria. Affinché tutto questo non accada serve prendere delle contromisure”*



Lucca,  
23 ottobre 2020 - “Nessuno dimentichi l'emergenza psichiatrica e i legami tra la salute mentale e il Covid-19”. È questo l'allarme lanciato dallo psichiatra Armando Piccinni, professore straordinario all'Unicamillus di Roma e presidente della Fondazione BRF.

“In questo periodo complicato la risposta del nostro cervello è condizionata dai diversi temperamenti e dalle differenti sensibilità, ma in tutti noi si stanno insediando progressivamente sentimenti di paura e timore. Le istituzioni devono tener conto di tutto questo”, spiega Piccinni.



*Prof. Armando Piccinni*

“La situazione che stiamo vivendo - continua lo psichiatra - ha sicuramente riaperto dei disturbi in chi già ne aveva sofferto in precedenza: l'emergenza sanitaria ed economica ha scatenato in loro delle ricadute. Esiste, però, anche un'altra fetta di popolazione 'a rischio': si tratta di tutti coloro che sono affetti da disturbi minori comunemente denominati “sottosoglia”. Sono soggetti che in una situazione ordinaria presentano sintomi attenuati o di modesta entità, che non raggiungono la soglia per formulare la diagnosi di disturbo psichiatrico pieno. Nell'attuale condizione di allarme, però, lo stress determina il peggioramento dei sintomi sottosoglia che possono così emergere a livello clinico”.

“Occorre capire - spiega Piccinni - che la paura è un'emozione naturale, 'umana' e fondamentale per la difesa dell'organismo. Il problema nasce quando la paura diventa ansia patologica, panico e in alcuni soggetti ipocondria. Affinché tutto questo non accada serve prendere delle contromisure. In questo periodo siamo al centro di una comunicazione mediatica 'centralizzata' su cifre, aggravamenti, misure governative, conseguenze economiche e finanziarie. Siamo in una condizione che è indipendente dalla nostra volontà e che, però, dobbiamo affrontare e superare nel nostro ambito e nella maniera migliore possibile”.

“Prepariamoci, dunque, ad affrontare il Covid-19 per il secondo e si spera ultimo inverno. Dobbiamo governare i nostri comportamenti cercando di mantenere il massimo equilibrio: filtriamo opportunamente le notizie dei media, nel rispetto delle norme cerchiamo di mantenere il più possibile una vita corretta dal punto di vista alimentare, dell'attività fisica e delle iniziative lavorative. L'uomo ha vinto milioni di anni di battaglia: vincerà anche questa”, conclude Piccinni.