

*Tamponi a casa, corsa a cure improprie e lockdown auto-imposti aumentano l'ansia degli italiani. Più a rischio le persone con disagio psichico. Lo sottolineano oggi i massimi esperti durante il quinto webinar del ciclo di sei incontri del web forum internazionale "Pills of Psychiatry and Neurology - Psychiatric and Neurological issues in the COVID-19 era", organizzato dall'Università degli Studi di Brescia e dalla Fondazione Internazionale Menarini*



Roma,

17 gennaio 2022 - Tra tamponi fai-da-te, diagnosi fai-da-te, e anche cure fai-da-te, come la corsa allo Zitromax, ultimo di una serie di cure spacciate per miracolose contro il Covid, gli italiani stanno vivendo una nuova fase 'auto-gestita' della pandemia.

“Test

rapidi da fare e rifare a casa e in farmacia, scuole e classi a rango ridotto e fughe dagli uffici spesso auto-imposte, al di là dei protocolli ufficiali e delle misure di prevenzione, alimentano l'ansia degli italiani anziché ridurla. Alla ricerca di un sempre nuovo equilibrio con il virus, abbiamo vissuto fasi alterne durante tutta la pandemia - dichiara Emilio Sacchetti, promotore e coordinatore scientifico del web forum e Professore Emerito di Psichiatria, Università di Brescia - Soprattutto nelle ultime settimane, siamo passati dall'idea trionfalistica dell'immunità di gregge e della guarigione allo scoramento, quando siamo stati colpiti da questa nuova ondata”.



*Prof. Emilio Sacchetti*

“Ora, nella consapevolezza di dover accettare una prolungata convivenza col virus gestita in modo sempre più individuale, l’atteggiamento collettivo sta cambiando - sottolinea l’esperto - Da una parte si fa strada una visione più matura e meno spaventata, che riconosce l’efficacia della scienza e osserva come i continui record di contagi da Omicron sembrano causare sintomi più lievi grazie all’aiuto dei vaccini e della dose booster. Dall’altra aumenta il carico d’ansia associato alla consapevolezza che la scienza ha limiti intrinseci specialmente in una pandemia di cui si imparano a conoscere davvero i contorni man mano che la affrontiamo. Per superare l’ansia e il malessere che tuttora proviamo, l’adesione alla campagna di vaccinazione e l’uso delle idonee misure di prevenzione devono però andare di pari passo con una spinta alla socializzazione e a una nuova normalità, per arginare gli effetti devastanti sulla psiche dei cittadini già provata da due anni di emergenza sanitaria”.

### **L’adesione alla campagna vaccinale come requisito per una nuova normalità: l’identikit dei No-Vax**

Nella consapevolezza dell’importanza di aderire alla campagna vaccinale per ritrovare una nuova normalità, il web forum “Psychiatric and Neurological Issues in the COVID-19 Era: Lessons for the Present and the Future”, organizzato dall’Università di Brescia e dalla Fondazione Internazionale Menarini, è stato l’occasione per affrontare il tema dell’atteggiamento della popolazione nei riguardi delle vaccinazioni.

Gli esperti hanno ribadito come circa il 70% della popolazione desideri essere vaccinata, il 20-25% manifesti dubbi più o meno pronunciati ed esitazioni, il

rimanente 5-10% sia nella fascia degli irriducibilmente contrari; inoltre sono stati discussi i dati di recenti studi, fra cui una ricerca dell'Università di Oxford\*, grazie ai quali è stato possibile tracciare un identikit relativamente specifico dei ben disposti e degli irriducibilmente contrari, con il gruppo degli esitanti che si colloca in una posizione intermedia seppur più vicina a quella dei contrari.

“In particolare, rispetto ai ben disposti, i no-vax tendono a utilizzare come fonte principale e spesso unica di informazione i social media al posto dei media tradizionali, hanno un minore interesse per le ricadute benefiche che la vaccinazione garantisce alla società, giudicano la rapidità con la quale sono stati sviluppati i vaccini una prova di inaffidabilità anziché di efficienza delle big-pharma”, illustra Sacchetti.

Inoltre, i no-vax hanno maggior sfiducia nei confronti del sistema e della scienza in genere, dei politici e dei sanitari in particolare, hanno una più spiccata propensione a vivere in contesti caotici e di erosione sociale; sono poi più attratti e disposti a credere a complotti e altre false credenze, più condizionati da dati incontrollati circa l'efficacia e la sicurezza dei vaccini, più refrattari al confronto con tesi diverse dalle proprie e propendono all'autoritarismo.

“Questo identikit dovrebbe indurci a una riflessione: promuovere la vaccinazione utilizzando il potere di convincimento della ragione non può bastare - sottolinea Sacchetti - La somministrazione della vaccinazione al 90% circa della popolazione italiana indica infatti che la quota degli esitanti è ormai ridotta all'osso, perciò altri strumenti dovrebbero essere messi in atto per spingere gli irriducibili a vaccinarsi come una comunicazione empatica ed emozionale. Inoltre, è altrettanto evidente che serve ora una massiccia campagna di rinforzo motivazionale per contrastare i dubbi che potrebbero essere prodotti dalla contro-informazione anti-vaccinale”.

### **Arginare gli effetti di Covid sulla salute mentale**

Accanto all'adesione alla campagna vaccinale, per trovare una nuova normalità serve anche dedicare un'attenzione particolare alla salute mentale della popolazione, a partire dalle persone con disagi psichici

più o meno gravi che hanno più difficoltà a gestire un'eventuale condizione di positività al Covid o un periodo di auto-isolamento.

Come

è stato ribadito durante il web forum, il Covid e la salute mentale sono legati a doppio filo: stando a un recente studio pubblicato su The Lancet Psychiatry da Maxim Taquet, uno dei relatori del forum, i problemi di salute mentale pregressi come ansia e depressione possono aumentare in media del 65% il rischio di infezione da SARS-CoV-2, indipendentemente da qualsiasi altro fattore di rischio, e anche accrescere la probabilità di morire per l'infezione, triplicandola per esempio nei pazienti con schizofrenia.

Viceversa,

una persona sana che si ammala di Covid ha un rischio notevolmente maggiore di sviluppare un sintomo o disturbo psichiatrico nei 14-90 giorni successivi al contagio, rispetto a chi si ammala di influenza o altre infezioni.

Tutto

ciò è ulteriormente aggravato dalle conseguenze sulla psiche delle misure di isolamento sociale istituite per contrastare la diffusione del contagio, che contribuiscono ad aumentare lo stress emotivo e il disagio psichico non solo nelle persone positive ma anche in quelle negative al SARS-CoV-2.

Nonostante

la pandemia abbia aumentato drasticamente il bisogno di assistenza psichiatrica, le risorse sanitarie sempre più scarse e tutte rivolte a fronteggiare l'emergenza Covid hanno portato a tagliare anche molte attività dei servizi dedicati alla salute mentale.

“Un

paradosso, che deve essere ridotto per garantire alla popolazione almeno i livelli essenziali di cura psichiatrica - precisa Sacchetti - Per questo ad esempio sono fortemente indicati interventi validati ma con un impatto limitato sul carico di lavoro dei servizi di salute mentale e una discreta facilità di gestione-autogestione da parte dei pazienti, come i servizi di psichiatria

digitale e la correzione di stili di vita non salutari attraverso l'esercizio fisico e l'adesione a diete sane”.

“Studi

condotti prima della pandemia dimostrano che si tratta di interventi che contribuiscono alla prevenzione e alla cura di numerosi disturbi mentali fra cui depressione, ansia, disturbi cognitivi e, seppur con evidenze meno solide, ADHD, alcuni disturbi del neurosviluppo e le psicosi. L'associazione bidirezionale tra pandemia e disturbi mentali comporta anche che la popolazione con disturbi psichiatrici debba a tutti gli effetti essere considerata una popolazione fragile per quanto riguarda il Covid e come tale gestita” conclude l'esperto.

*\*Freeman et al. Psychol Med 2021*

(link: <https://www.cambridge.org/core/journals/psychological-medicine/article/covid19-vaccine-hesitancy-in-the-uk-the-oxford-coronavirus-explanations-attitudes-and-narratives-survey-oceans-ii/C30FDB5C3D87123F28E351FDAAD5351A>)