

## **L'EPIDEMIA DA CORONAVIRUS E GLI ASPETTI PSICOLOGICI CORRELATI**

Di Lucilla Castrucci · pubblicato 21 marzo 2020 · aggiornato 3 aprile 2020  
<https://www.medicinaxtutti.it/2020/03/21/l-epidemia-da-coronavirus-e-gli-aspetti-psicologici-correlati/>

Da sempre è noto che le malattie e le epidemie possono presentarsi in maniera improvvisa, durare per periodi più o meno lunghi, risolversi per poi ricomparire. La storia delle epidemie indica come tra il XVIII e XIX secolo lo svilupparsi di politiche razionali di sanità pubblica, nel mondo occidentale, abbia ridotto drasticamente l'incidenza delle malattie infettive. Tuttavia alla fine del XX secolo la comparsa di nuove patologie trasmissibili ha ridotto l'ottimismo che aveva caratterizzato i secoli precedenti e ha generato nuove paure. Le malattie infettive emergenti, non sono certo un fenomeno nuovo, anche in passato, le epidemie erano dovute ad un agente infettivo fino a quel momento sconosciuto, o al passaggio di un microrganismo da una popolazione ad un'altra o da dall'animale all'uomo.

### **L'attuale epidemia da Covid-19**

Attualmente, in diversi paesi del mondo, ci si confronta con l'epidemia da corona virus, il cui inizio si data a fine Dicembre 2019. Questa è legata al diffondersi del virus SARS-CoV-2 che è l'agente eziologico della malattia denominata COVID-19 (Coronavirus disease 2019). Il SARS-CoV-2 appartiene alla famiglia Coronaviridae come i virus che hanno generato l'epidemia di SARS nel 2002 e la sindrome respiratoria medio orientale (MERS). I corona virus sono presenti nei mammiferi e negli uccelli e, anche se raramente, possono infettare l'uomo. Attualmente l'Italia è tra i paesi maggiormente colpiti dall'epidemia come la Cina, dove si è originato il focolaio epidemico, l'Iran e la Corea. Il virus si contagia principalmente attraverso le goccioline di saliva ed ha un lungo periodo d'incubazione che rende difficile il controllo del contagio. L'infezione da SARS CoV-2 può essere asintomatica o manifestarsi con febbre, tosse, dispnea, mialgia ed affaticamento. Ad oggi, la gran parte dei pazienti ha mostrato sintomi lievi e moderati, il 13,8% sintomi gravi ed il 6,1% sintomi critici. Le persone più a rischio sono gli anziani con uno stato di salute compromesso, i bambini sembrano infettarsi raramente e quando accade presentano sintomi lievi. Il tasso di mortalità, secondo quanto riportato ad inizio marzo 2020 dall'OMS, è del 3,4%. Poiché la trasmissione del SARS-CoV-2 avviene attraverso i contatti ravvicinati tra le persone i casi di contagio aumentano rapidamente. Per questo motivo Il Sistema Sanitario Nazionale italiano rischia di non avere sufficienti risorse per fronteggiare, nonostante il febbrile ed instancabile lavoro degli operatori sanitari, l'attuale epidemia. Per tutelare la salute pubblica, come previsto dall'art. 32 della Costituzione, il governo ha emanato due decreti che interessano l'intero territorio nazionale ( Dpcm 04703/2020 e Dpcm 11/03/2020) con le misure urgenti di contenimento del contagio. Con queste vengono sospesi congressi, riunioni, manifestazioni, spettacoli, eventi e competizioni sportive, lezioni ed attività scolastiche ed universitarie ed inoltre attività commerciali, fatta eccezione per i beni di prima necessità, e attività di servizi di ristorazione. Per quanto concerne il mondo del lavoro in genere, i provvedimenti riguardano lo Smart working, i congedi e le ferie forzate. I cittadini debbono evitare gli spostamenti e rispettare le norme igienico-sanitarie. L'Italia tutta è in quarantena.

## I fattori psicologici correlati all'epidemia e la psicologia dell'emergenza

In Italia la psicologia dell'emergenza, che ha come oggetto di studio e d'intervento, sia il singolo individuo che la comunità colpita da un evento traumatico ed ha come scopo



quello di aiutare a prevenire o superare quei fenomeni psichici che si determinano a seguito dello stress vissuto, ha poco più di venti anni. Nella tradizione, in caso di calamità, il soccorso viene prestato con una attenzione, quasi esclusiva, per il corpo della persona che sta vivendo l'emergenza. La società contemporanea sta tentando di compiere un passo avanti occupandosi del disagio psichico che, condizioni straordinarie come le epidemie, generano. Un pronto soccorso psicologico ha dunque lo scopo di aiutare

a stabilizzare la risposta comportamentale immediata, di contenere o evitare le reazioni di panico, di sostenere i soccorritori e di prevenire così ulteriori danni fisici e psicologici. Le reazioni psicologiche al COVID-19 possono essere analizzate partendo dal presupposto che questa malattia ha generato distress su vari fronti: la preoccupazione per la propria salute e la percezione di non protezione, l'isolamento, il timore per l'immobilismo dell'economia e, per ciò che riguarda gli operatori sanitari, i ritmi di lavoro insostenibili. La paura e l'ansia sono due stati emotivo-affettivi connessi alla sopravvivenza infatti segnalano la presenza di un pericolo ed attivano, nell'organismo, una serie di cambiamenti che lo preparano all'attacco o alla fuga. In alcune occasioni la reazione d'allarme può essere spropositata per intensità o durata divenendo disfunzionale e mettendo in pericolo l'organismo anziché salvaguardarlo. Se il COVID-19 è percepito come un pericolo inarrestabile per la propria incolumità e lo stato di allerta e tensione dura a lungo, possono comparire disturbi comportamentali, psicologici e fisici. In alcuni soggetti, con particolare predisposizione, si possono manifestare preoccupazioni ipocondriache che portano la persona a leggere ogni minimo sintomo come segnale inequivocabile di infezione da Coronavirus. L'isolamento sociale, se protratto, genera depressione e alterazioni comportamentali legate alla difficoltà nell'elaborazione delle informazioni e all'aumento dell'aggressività. Un recente studio, condotto da un team di ricercatori del King's College London e pubblicato su *The Lancet* (2020), evidenzia tra gli impatti psicologici della quarantena la comparsa di sintomi da stress post-traumatico come depressione, rabbia, paura ed abuso di sostanze. La quarantena, nelle sue varie forme, ha un costo economico proporzionale all'importanza delle aree e delle comunità interessate. Le crisi economiche e la mancanza di lavoro generano disagio psicologico. Il lavoro permette alla persona di esprimere le proprie inclinazioni, di vedere realizzate le proprie idee, di trovare un riscontro nella società e di mantenere un buon livello di autostima. Il peso di dover gestire la vita e la famiglia senza solide certezze economiche ha precise conseguenze sul benessere psicofisico con un aumento dell'incidenza delle sindromi ansioso-depressive e somatoformi.

I dati di un'indagine, condotta in 12 Paesi dall'European General Practice Research Network e pubblicati nel 2019, indicano che i medici italiani hanno un livello di stress quasi

doppio (43%) rispetto alla media europea (22%). Questi livelli di stress sono collegati alla situazione lavorativa, caratterizzata da riposi troppo brevi prima di un nuovo turno di lavoro e dal dover seguire, da soli, un numero troppo elevato di pazienti. Queste condizioni causano, soprattutto tra gli ospedalieri, insoddisfazione lavorativa e sindromi legate allo stress in percentuale maggiore rispetto alle altre professioni. Del resto la sindrome di burnout che può essere definita in breve, come la comparsa nel lavoratore di una serie di disturbi psico-fisici accompagnati da una perdita d'interesse verso le persone nei confronti delle quali è indirizzata la propria attività, è una condizione che colpisce prevalentemente le professioni di aiuto, quali sono i profili professionali sanitari. <https://www.medicinaxtutti.it/2020/03/30/710/>

Il rischio per la salute di tutti gli operatori della sanità è rappresentato non soltanto dalla maggiore esposizione al contagio per il COVID-19 ma dal distress accumulato per i particolari ritmi e per le condizioni lavorative che si trovano a sostenere.

### **Il supporto psicologico in Italia per l'epidemia da Covid-19**

La necessità di un adeguato supporto psicologico per la popolazione e per gli operatori sanitari, durante l'emergenza legata all'epidemia da coronavirus, è testimoniata dalle diverse iniziative prese in questo senso da enti pubblici e privati. L'OMS ha pubblicato un infografica che riguarda i consigli su come arginare lo stress da coronavirus (Coping with stress during the 2019-n Cov outbreak) che l'Istituto Superiore di Sanità ha ripubblicato on-line il 6 marzo 2020, dopo averla tradotta in italiano.

Con il decreto legge del 9 marzo 2020 n.14 il governo ha dato via libera all'assunzione di professionisti sanitari per l'emergenza, facendo esplicito riferimento anche alla professione dello psicologo.

La Croce Rossa Italiana ha attivato per gli operatori della CRI un servizio di sostegno psicologico, inoltre sta organizzando attività di natura psicosociale che comprendono anche la consegna di generi alimentari e medicinali alle persone in maggiore difficoltà per l'epidemia da COVID-19. La stampa locale e nazionale rende note, di giorno in giorno, le attività di sostegno psicologico attivate sul territorio.

L'azienda Sanitaria di Parma ha avviato dall'11/03/2020 un supporto psicologico telefonico gratuito per chi si trova in quarantena o in isolamento per il coronavirus .

Il comune di Jesi per superare paure ed ansie da coronavirus, e sostenere i cittadini, ha attivato un servizio di supporto psicologico telefonico .

A Torino 40 psicologi hanno deciso di mettersi a disposizione della comunità fornendo colloqui psicologici individuali e familiari gratuiti one-line. "Il cuore onuls" ha messo in funzione a Foggia un servizio di supporto psicologico telefonico che ha lo scopo di aiutare le persone a sviluppare capacità funzionali di adattamento all'evento stressante rappresentato dall'epidemia da COVID-19 .

L'Università di Messina ha avviato una consulenza psicologica one-line via skipe per l'epidemia COVID-19.

E' operativo dal 10 marzo 2020 un protocollo siglato tra ATM di Bergamo e Associazione MDR Italia per affrontare le problematiche psicologiche da coronavirus , non solo dei dipendenti dell'azienda dei trasporti pubblici, ma anche della collettività .All'Ospedale San Giovanni Bosco di Torino è stato attivato un servizio di assistenza psicologica, per gli operatori sanitari, che prevede sessioni con cadenza giornaliera . Inoltre il Team di psicologia delle emergenze dell'ASL TO 3 è in azione da qualche settimana, per supportare le persone in questa fase emergenziale da COVID-19.

## BIBLIOGRAFIA

- AUSL- Coronavirus: gratis supporto psicologico via telefono. [www.ausl.pr.it](http://www.ausl.pr.it)  
Centropagina, Coronavirus, il comune di Jesi attiva il supporto telefonico al telefono.  
11 Marzo 2020
- Coronavirus disease (COVID-19) Situation Report – 47 WHO available online.
- Fantini B. La storia delle epidemie , le politiche sanitarie e la sfida delle malattie emergenti. *L'Idomeneo* 17:9-42, 2014
- Foggia Today. Emergenza Coronavirus, niente panico: a Foggia parte il servizio di supporto psicologico gratuito, 11 marzo 2020
- Hossam et al. Insights into the Recent 2019 Novel Coronavirus (SARS- CoV-2) in Light of Past Human Coronavirus Outbreaks. *Pathogens* 9, 186, 2020
- Hussin A. et. Al. The epidemiology and pathogenesis of coronavirus disease (COVID-19) outbreak. *Journal of Autoimmunity*
- La Stampa, "Coronavirus, ritmi insostenibili: gli psicologi in campo con i medici e infermieri assediati da stress e paura, 11 marzo 2020
- L'eco di Bergamo, Coronavirus, ATS e Associazione Emdr accordo per il supporto psicologico 8 marzo 2020
- MIND. Ecco come l'isolamento sociale altera la psiche, 21 maggio 2018.
- Organizzazione Mondiale della Sanità. Primo soccorso psicologico: manuale per operatori sul campo. Servizio Sanitario Regionale Emilia-Romagna, 2011
- Rothan and Siddappa The epidemiology and pathogenesis of coronavirus disease (COVID- 19) Outbreak. *Journal of Autoimmunity*, 2020
- State of Mind. Crisi economica e disoccupazione: quali le conseguenze per la salute mentale? 8 febbraio 2016
- Torta R, Caldera P. Che cos'è l'ansia: basi biologiche e correlazioni cliniche, Piccin editore, 2008
- Torino oggi, Coronavirus, arriva l'aiuto psicologico (gratuito) via telefono, skype e whatsapp. 10 marzo 2020
- Università degli Studi di Padova. Lo stress degli operatori sanitari in situazioni d'emergenza. Corso di perfezionamento in psicologia dell'emergenza. 2006