



21 aprile 2020

Coronavirus, la psichiatra: Con fine quarantena picco crisi ansiose

(DIRE - Notiziario settimanale Psicologia) Roma, 21 apr. - "Quando terminerà questo confinamento avremo un'esplosione di crisi ansioso-depressive, dovute principalmente al manifestarsi di un disturbo post-traumatico da stress". Lancia l'allarme Adelia Lucattini, psichiatra e psicoanalista ordinario e dell'età evolutiva della Società psicoanalitica italiana (Spi) e International psychoanalytical association (Ipa), che fa il punto sui problemi emotivi e psicologici scaturiti dalla pandemia da Covid-19.

"Molte persone potranno continuare ad avere disturbi del sonno con incubi riferiti alla paura di essere contagiati o al confinamento a casa e l'accentuazione di tratti fobici o persecutori- spiega Lucattini- Queste angosce profonde spesso inconsce, possono portare da un lato all'auto-isolamento sociale pur potendo uscire di casa, dall'altro all'aggressività anche verbale verso chi, di volta in volta, viene individuato come un pericolo per la propria salute o causa delle proprie difficoltà. Per esempio chi non porta la mascherina o i guanti".

Ci sono poi individui che, sottolinea l'esperta, "soffrono molto l'obbligo di dover restare a casa e vivono questa restrizione come una 'reclusione': questi possono sviluppare delle 'angosce da sequestro', ossia la sensazione di essere rapiti o incarcerati, accompagnata da sogni traumatici.

Potrebbero avere una reazione di allontanamento dalla realtà, una transitoria 'psicosi negazionista' dell'epidemia e del contagio e, pertanto, decidere di non usare i dispositivi di protezione individuale 'perché non necessari', o sviluppare delle idee complottiste anche molto articolate e argomentate, difficili da elaborare e da riconnettere alla realtà", continua la psichiatra.

Inoltre, avverte Lucattini, "pochi di noi immaginano che la tanto desiderata fine del lockdown e la ripresa delle attività sarà un duro colpo: per molto tempo non potremo tornare alla vita di prima, avere rapporti sociali, incontrare familiari e amici o viaggiare. Su tutto questo graverà l'ansia inespressa accumulata nel periodo di quarantena". C'è il rischio, a detta dell'esperta, "che molti debbano fare i conti con la perdita del lavoro, la cassa integrazione e la minore disponibilità di denaro. In più, un fatto pratico: ci dovremo abituare a indossare mascherine e guanti anche per 6-8 ore al giorno, che provocano sudorazione e per esempio possono dare molto fastidio a chi porta gli occhiali- spiega ancora la psichiatra - perché fanno appannare le lenti". Questi dispositivi, poi "con un uso prolungato portano ad affanno e vertigini e peraltro tutto ciò accadrà nella stagione estiva, quando farà più caldo, per questo raccomanderei alle famiglie di cercare di abituarsi per tempo e soprattutto preparare i propri figli".

A ripercuotersi su lavoro e rapporti sociali e familiari saranno "ansia, stress, nervosismo, insofferenza, tristezza, frustrazione e depressione, peggiorando sensibilmente la qualità della vita-

precisa- Affrontare questo tipo di problemi da soli puo' mandare 'in tilt' chiunque, non solo i soggetti piu' fragili, quindi chiedere aiuto subito, rivolgendosi per esempio ai centri di ascolto gratuiti, come quelli della Societa' psicoanalitica italiana, e' un modo per iniziare a stare meglio- conclude- e prevenire i disturbi emotivi e psicologici che possono presentarsi al momento della ripresa".

Vai all'articolo:

<https://www.dire.it/newsletter/psicologia/anno/2020/aprile/21/?news=14>