

Coronavirus: chi viola le norme potrebbe avere l'ansia depressiva reattiva

Chi viola le norme anti coronavirus potrebbe avere l'ansia depressiva reattiva, un disturbo che porta ad alzare l'umore fino a negare la realtà.

La psichiatra Adelia Lucattini ha lanciato l'allarme su un disturbo indotto dal **coronavirus** e riscontrabile in tutti quei cittadini che evitano le precauzioni anti contagio e **violano le disposizioni andando in giro senza mascherina** e non rispettando il distanziamento: si tratterebbe di un'ansia depressiva reattiva, ovvero una sorta di **risposta alla paura che porta un'inversione del tono dell'umore** che si alza troppo fino a negare la realtà.

Coronavirus: cos'è l'ansia depressiva reattiva

Le prime riaperture della seconda fase, ha spiegato, hanno causato una serie di disturbi da ansia pura esplosa con **attacchi di panico, agorafobia o claustrofobia**, regrediti in breve con il ritorno all'aria aperta e alle abitudini quotidiane. Ora invece nella fase 3 è l'ansia a fare da padrona e a colpire le persone in due modalità differenti. O a prendere precauzioni eccessive, dalla mascherina fissa dall'assenza di contatti interpersonali.

O a non prenderne affatto.

Le persone più colpite dall'ansia depressiva reattiva sono i **giovani under 18 e quelli tra 26 e 37 anni**. Secondo la Lucattini non infrangerebbero le regole per irresponsabilità bensì come reazione ad un lockdown prolungato. Una fascia di età non particolarmente fragile ma che rischia di contagiare amici e familiari.

Per ovviare a questo disturbo, che può portare con sé anche la **mancanza di sonno o disturbi legati all'alimentazione**, si può ricorrere a una **psicoterapia** cosiddetta focale. Vale a dire composta da 12 incontri in cui si lavora su un tema specifico, vale a dire gli effetti delle restrizioni imposte dall'emergenza coronavirus.

Utile sarebbe anche la combinazione di diversi fattori, compresa l'assunzione di **farmaci** tradizionali e fitoterapici, integratori nutraceutici e la pratica di alcune discipline fisiche come **Yoga o Pilates**.

Vai all'articolo:

<https://www.notizie.it/salute-benessere/2020/07/04/coronavirus-ansia-depressiva-reattiva/>