

PRIMO PIANO

**Libero**  
sabato  
4 luglio  
2020

5

# DISTANZIAMENTO FATICOSO

## A violare le regole sono i più ansiosi

Allarme degli psichiatri: «Assembramenti e rigetto della mascherina dovuti a stress depressivo reattivo»

**MASSIMO SANVITO**

■ Le mascherine che scompaiono, lasciando spazio ai sorrisi di chi vuole riprendersi la propria vita e passeggia per strada e riempie parchi e piazze senza protezioni. Le feste in casa che partono sobrie in 4 o 5 e si concludono con decine di persone tra mille bicchieri che non sai mai qual è il tuo. Le serate nei locali della movida che non dorme mai. Le strette di mano, i baci per salutare chi arriva e chi se ne va. Come se il Coronavirus fosse stato ucciso e già seppellito, alla faccia delle norme anti-contagio in vigore. Una sfida aperta che rischia di presentare un conto molto salato. Non è imprudenza e nemmeno ignoranza, gli esperti la chiamano «ansia depressiva reattiva».

«Una risposta alla paura che porta a un'inversione del tono dell'umore, la mente si difende dal dolore che l'angoscia procura, invertendo l'umore che anziché flettersi come accade naturalmente nello scoraggiamento e nella de-

pressione, si alza. Se questa inversione è marcata può portare a perdere la capacità di giudizio e a sottovalutare il rischio. Un'angoscia marcata può anche causare una negazione inconscia della realtà», spiega Adelia Lucattini, psichiatra e psicoanalista della Società Psicoanalitica Italiana (SPI) e *International Psychoanalytical Association* (IPA).

Così, se da una parte ci sono i terrorizzati dal Covid che si lavano le mani 40 volte al giorno, dall'altra ecco gli estremisti al contrario per cui le precauzioni sono solo un gran rottura di scatole. L'identikit degli ultras delle regole zero? Minorenni e giovani tra i 25 e i 36 anni. «Ragazzi e ragazze che nella maggioranza dei casi si sono trovati di fronte alla prima grande difficoltà della loro vita, una situazione inaspettata, inimmaginabile e allarmante che ha creato una ferita psichica. Smaltiti gli effetti della clausura, tutte le paure che non è stato possibile affrontare, si sono manifestate come sintomi ansiosi e depressivi

reattivi. Quando si vivono emozioni violente e inusuali causate da un pericolo reale ma invisibile come il Covid, esiste il rischio di perdere la lucidità e per reazione di sentirsi inconsciamente onnipotenti. Gli adolescenti spesso non si rendono conto che non stanno sfidando gli amici o i genitori, ma qualcosa di potenzialmente pericoloso. Stiamo assistendo inoltre a un'esplosione degli incontri su Tinder, che è l'opposto di quanto si dovrebbe fare perché la prevenzione deve venire prima di tutto. Poi c'è la questione del gruppo, per cui se nessuno indossa la mascherina ci si può sentire in imbarazzo a portarla...».

Sia chiaro: parliamo di fasce d'età che durante i duri mesi della quarantena hanno rispettato le imposizioni previste dai vari decreti. E forse è proprio per questo che sono stati loro ad accogliere la Fase 2, ma soprattutto la Fase 3, come un grande «liberi tutti!», sottovalutando i pericoli per sé e per gli altri. Perché la pandemia non è ancora una parentesi chiusa e allora c'è da stare at-

tenti, prendere consapevolezza dei problemi e cercare di superarli.

I rimedi, per questi disturbi d'ansia ed anche per le forme depressive reattive, ci sono. «Prima di tutto bisogna pensare che è naturale avere paura: se si è consapevoli di questo l'ansia diminuisce rapidamente. Ho qualcosa che non va? Se ne parlo con un amico diventa reale e l'affronto. I giovani nelle situazioni di grande difficoltà possono avere una vera e propria «ideologia della felicità» e mitizzare lo stare insieme esasperando i comportamenti di sfida del pericolo, questo è però un travisamento di un fatto originariamente positivo. Certo che è bello, giusto e normale stare insieme, ma bisogna farlo sempre rispettando le regole della prevenzione. La strada da seguire deve essere quella della responsabilizzazione per i ragazzi: è un momento difficile e dobbiamo stare tutti attenti ma anche voi potete farcela, lo avete già dimostrato durante il lockdown», spiega la dottoressa Lucattini.



Una spiaggia di Jesolo affollata di bagnanti senza protezioni nonostante le raccomandazioni delle autorità sanitarie locali