

Allarme sindemia: il disagio mentale causato dal Covid

27 Gennaio 2021



Una «tempesta perfetta»: la pandemia colpisce il fisico ma anche gli affetti, le finanze, le abitudini, aumentando il rischio di profondi malesseri interiori.

Per qualcuno è già «l'altra pandemia»: *Repubblica* ne parlava in questi termini in un articolo nell'edizione di oggi. I numeri, in effetti, sono da brivido: è in arrivo un milione di nuovi casi di disagio mentale, secondo gli esperti.

L'allarme arriva dalla Società italiana di NeuroPsicoFarmacologia (Sinpf), che parla di «sindemia». L'enciclopedia *Treccani* la definisce come «insieme di problemi di salute, ambientali, sociali ed economici prodotti dall'interazione sinergica di due o più malattie trasmissibili e non trasmissibili, caratterizzata da pesanti ripercussioni, in particolare sulle fasce di popolazione svantaggiata».

Qui, la sinergia è il virus stesso a crearla, dal momento che ha avuto conseguenze su più piani: dalle abitudini quotidiane alla perdita del posto di lavoro; dagli strascichi che ha lasciato sui contagiati a chi, invece, non ha vissuto il virus sulla sua pelle ma ha perso i suoi cari.

Questo mix, secondo gli esperti della Sinpf, rischia di fare grossi danni dal punto di vista della salute mentale; ne hanno parlato al XXII congresso nazionale, iniziato oggi e che durerà fino al 29 gennaio.

Indice

- [1 Il rischio di problemi mentali per chi si è ammalato](#)
- [2 Il rischio depressione per chi ha perso gli affetti e il lavoro](#)
- [3 I consigli degli esperti](#)

[Il rischio di problemi mentali per chi si è ammalato](#)

In particolare, gli esperti ritengono che «in chi è entrato in contatto con il virus aumenta fino a cinque volte la probabilità di sintomi depressivi rispetto alla popolazione generale e si stima che nei prossimi mesi possano emergere fino a 800mila nuovi casi di depressione (l'incidenza di questa problematica è stimata attorno al 30% dei malati Covid, chiariscono gli esperti, e i contagi a oggi sono già 2,4 milioni)».

Che il Covid attacchi anche il sistema nervoso è già emerso da numerosi studi e statistiche. La Sinpf conferma che «metà dei contagiati manifesta disturbi psichiatrici con un'incidenza del 42% di [ansia](#) o insonnia, del 28% di [disturbo post-traumatico da stress](#) e del 20% di disturbo ossessivo-compulsivo».

[Il rischio depressione per chi ha perso gli affetti e il lavoro](#)

Ma l'allerta è anche per chi non ha sperimentato il virus in prima persona. I morti sono stati finora 86mila. Addii dolorosissimi, visto che la pandemia ha inciso anche sulle modalità di gestione del lutto: c'è chi non accetta ancora di non aver potuto salutare per l'ultima volta o tenere la mano di una persona cara che se n'è andata sola. Il 10% dei familiari delle vittime, proprio per questo, rischia di deprimersi.

C'è poi la crisi economica, altra faccia della crisi pandemica, che ha mietuto molte altre vittime, in un altro senso, tra chi ha perso il lavoro e chi ha visto ridursi drasticamente i propri introiti. «Il rischio di depressione raddoppia in chi ha un reddito inferiore ai 15mila euro all'anno e triplica in chi è disoccupato», ha spiegato all'agenzia di stampa *Adnkronos* Claudio Mencacci, co-presidente della Sinpf, che quantifica le nuove depressioni a causa della disoccupazione in «almeno 150mila i nuovi casi».

Più colpiti: donne, giovani e anziani. Le prime perché hanno visto più degli uomini aumentare la pressione dovuta agli impegni familiari risentendone anche dal punto di vista lavorativo. I giovani, invece, non si capacitano delle loro libertà annientate.

Mentre gli anziani sono coloro che rischiano di più in termini di salute. Una situazione esplosiva perché, come ricorda Mencacci, «le famiglie in stato di povertà assoluta sono 2,1 milioni, in continuo aumento: il disagio economico innesca il malessere psichico».

[I consigli degli esperti](#)

Due soli rimedi: cercare di potenziare i servizi sanitari e far sentire ai pazienti e ai loro familiari la vicinanza del personale sanitario. Il medico di famiglia è il primo che

può accorgersi di sintomi di disagio psichico e consigliare tempestivamente all'interessato di consultare uno specialista.

L'altro suggerimento è quello di evitare di prendere psicofarmaci da soli: è sempre bene farlo solo dietro prescrizione medica e se strettamente necessario.

(da www.laleggepertutti.it)