

## Macerie emotive

**M**i spiace contraddire la retorica (stucchevole) dell'“andrà tutto bene” e quella (ancora più stucchevole) “ne usciremo migliori”. Non è andato tutto bene: abbiamo pagato un prezzo incalcolabile in dolore, vite umane, lutti e relazioni interrotte brutalmente, senza neanche la possibilità di accompagnare le persone negli ultimi istanti o celebrare riti funebri per dare un senso alla perdita. E ancora: se guardiamo ai dati economici paghiamo un prezzo ingente, in termini di povertà e di incremento delle diseguaglianze. Secondo alcuni calcoli, sul piano economico la pandemia farà tornare la povertà e le diseguaglianze a livelli sepolti da decenni.

Insomma quell'“andrà tutto bene” è stato un modo per esorcizzare il male, un po' come i canterini del balcone, senza davvero affrontarlo. No, non è andata bene: dare per scontato che “andrà tutto bene” è solo wishful thinking, certo non serio senso della realtà. Del resto, come diceva Vaclav Havel: *“c'è una bella differenza tra speranza e ottimismo. La speranza non è la stessa cosa dell'ottimismo. Non si tratta della convinzione che una certa cosa andrà a finire bene, ma della certezza che quella cosa ha un senso, indipendentemente da come andrà a finire”*. Forse qualcuno saprà utilizzare in senso positivo l'esperienza drammatica della pandemia Covid-19, ma questa esperienza renderà altri peggiori e molti ne usciranno più o meno come erano prima. Sciacalli, truffatori ed approfittatori hanno messo in atto i loro piani negativi come sempre e già abbiamo le prime inchieste. E comunque le macerie emotive (ho presentato i dati previsti sul disturbo da trauma correlato al Covid-19 sia nella popolazione in generale che in alcune categorie in particolare, vedi <http://www.associazioneitci.it/covid-19-impatto-sulla-salute-mentale-e-supperto-psicosociale/>) richiederanno molti trattamenti psicologici.

Ed è su queste macerie emotive che vorrei richiamare l'attenzione. I dati dicono che il disagio emotivo aumenterà nella popolazione generale a causa del trauma del distanziamento e dell'isolamento sociale, considerati traumi dalla potenzialità psicolesiva e capaci di generare forme patologiche di disagio emotivo nel tempo. Ma tutti gli indicatori suggeriscono che alcune categorie della popolazione soffriranno di più e per più tempo. Infatti gli effetti del trauma psichico possono essere immediati, ma soprattutto possono rivelarsi nel tempo, addirittura negli anni. Il gruppo più a rischio di ansia e depressione post traumatica è costituito dagli eroi dei nostri tempi: gli operatori socio-sanitari. Alcuni studi suggeriscono che in molte condizioni stressanti, come quelle vissute dagli operatori socio-sanitari nei reparti Covid-19, fino ad uno su due potrà presentare disagio emotivo post traumatico.

“  
Le “macerie  
emotive”  
scampate dalla  
pandemia  
richiedono  
supporto  
psicosociale  
soprattutto  
per le categorie  
più a rischio  
per la salute  
mentale

”

C'è poi il gruppo costituito da coloro che hanno vissuto la condizione grave della rianimazione e del rischio di morte: i sopravvissuti. Anche questo tipo di esperienza ha un potenziale traumatico imponente e significativo. E infine il gruppo dei parenti delle vittime, che non hanno potuto né accompagnare i loro cari negli ultimi istanti, né celebrare i riti funebri con i quali si porta ordine e senso nel caos del dolore emotivo e neanche ricevere il conforto degli amici a causa del distanziamento sociale. Insomma ci saranno molte macerie emotive.

Per questo ho lanciato l'allarme, raccolto da molti, di fornire supporto psicosociale immediato, soprattutto alle categorie più a rischio per la salute mentale. Infatti i dati ci dicono che se l'intervento è immediato i risultati sono migliori e duraturi. Molte organizzazioni di psicologi hanno accolto questo appello, offrendo specialisti disposti a sostenere attraverso vere e proprie sedute in videochiamata e gratuitamente chi avesse chiesto aiuto. Al di là delle retoriche stucchevoli, questo dato va segnalato con orgoglio. ■



Foto di Paola Batini