



(anche questo è un nome di fantasia), una psichiatra in servizio in un ospedale di Milano che a causa dell'emergenza è stata catapultata a fare la pneumologa.

“Appena scoppiata la pandemia è stato chiuso il reparto di psichiatria, così come tutti gli altri reparti, e l'ospedale è diventato un unico grande reparto Covid-19 -ricorda Simona- di conseguenza tutti i medici sono stati precettati e chiamati in corsia per aiutare come potevano. Ero stata assunta da poco, a febbraio 2020, praticamente ho fatto la psichiatra appena un mese e subito dopo mi sono ritrovata a fare l'internista, la pneumologa. A fare delle cose che non erano nelle mie competenze. Il momento più difficile è stato un pomeriggio. Essendo psichiatra, come medico ho meno contatto diretto con la morte, quella volta ho visto morire nove pazienti in poche ore. Sono scoppiata a piangere. Dovevo comunicare a nove famiglie che avevano perso i loro cari. Non ero pronta a tutto questo, non avevo studiato anni per questo”. Da quel giorno le forze sono venute meno e a maggio, quando la tensione si stava smorzando, è arrivato il crollo. “Ho passato 20 giorni senza dormire, di insonnia totale -prosegue Simona- tanto da pensare di dover prendere io stessa benzodiazepine. Sono andata avanti così, ovviamente con un supporto psichico. Anche adesso dormo malissimo, faccio incubi, mi sveglio di soprassalto nel cuore della notte con la paura di aver dimenticato di fare qualcosa di vitale in reparto. Dov'è la fine? Non riusciamo a vederla. Tutto continua a ripetersi”. È ormai chiaro che l'assistenza psichica agli operatori sanitari, che a oggi hanno affrontato tre ondate pandemiche, è necessaria per garantire la tenuta dello stesso servizio sanitario nazionale e la qualità degli interventi in ogni disciplina medica. Una necessità che si scontra con un'altra realtà: in Italia, oltre agli infermieri, mancano gli psicologi. Durante la prima ondata il Consiglio nazionale degli psicologi (Cnop) ha avviato un protocollo con Inail per offrire agli operatori assistenza psichica in ogni azienda sanitaria locale. Solo in poche aziende il servizio è stato attivato, a causa della mancanza di psicologi. Secondo i dati del Cnop, in tutto il servizio sanitario nazionale ci sono 12mila psicologi, uno ogni 12mila abitanti. Mentre in Europa, in media, c'è uno psicologo ogni 2.500 abitanti. David Lazzari, presidente dell'Ordine, lancia un appello: “Serve un reclutamento straordinario di psicologi, almeno due per ogni azienda, per proteggere la salute mentale degli operatori sanitari anche dopo l'emergenza pandemica, quando il grosso dei disturbi inizierà a emergere”.

Il benessere che abbiamo trascurato

Intervista allo psichiatra Piero Cipriano: “Abbiamo disatteso la definizione di salute della stessa Oms”

di Stefano Martella

Piero Cipriano, psichiatra di formazione cognitivista ed etnopsichiatra, autore di numerosi articoli e saggi scientifici, ha scritto tra gli altri “La fabbrica della cura mentale. Diario di uno psichiatra riluttante” (elèuthera). Studi scientifici hanno analizzato l'impatto della pandemia sulla salute mentale della popolazione e degli operatori sanitari in prima linea. Convergono sul pericolo che, superata la pandemia, molti Paesi dovranno affrontare una ondata di disturbi psichici. Che idea si è fatto?

PC A mio parere, almeno in Italia, si è creata una polarizzazione sull'aspetto immunologico e abbiamo disatteso la definizione di salute della stessa Oms: uno stato di completo benessere psichico, fisico e sociale. Ci siamo occupati del benessere fisico, dimenticando che la salute prevede anche un benessere psichico e sociale. Le chiusure, le deprivazioni dei rapporti sociali, stanno facendo peggiorare il quadro complessivo della salute. I tecnici che gestiscono l'emergenza insistono su un'idea di medicina un po' cartesiana, con una mente separata dal corpo, per cui occupiamoci del corpo e tralasciamo la mente. Di conseguenza sono in aumento depressioni e disturbi nervosi, con il conseguente incremento dell'assunzione di psicofarmaci, perché le possibilità terapeutiche in ambito psichiatrico →


PRIMO TEMPO
Attualità

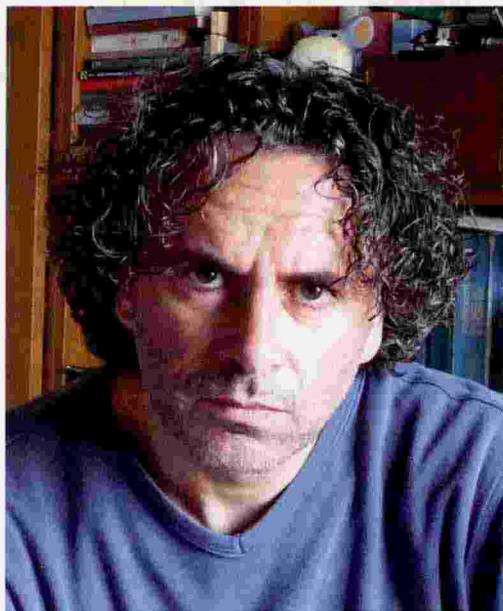

“La fabbrica della cura mentale. Diario di uno psichiatra riluttante” è un prezioso volume scritto da Piero Cipriano nel 2013 (editore elèuthera)

→ sono tutto sommato due: la parola, cioè la relazione, o gli psicofarmaci. Considerata l'enfasi sul distanziamento, sulla telemedicina, ciò che resta è lo psicofarmaco. La pandemia poi ha creato un altro mutamento.

A che cosa si riferisce?

PC Ha ribaltato la concezione di normale e anormale. Prendiamo le persone psicotiche, che vivevano già seppellite in casa o nelle strutture. Queste persone hanno vissuto meno peggio, rispetto a noi, i periodi di *lockdown* dei mesi precedenti. Per loro è cambiato abbastanza poco, anzi siamo noi, quelli che eravamo abituati a stare nel mondo, che abbiamo vissuto il confinamento, il distanziamento che gli psicotici hanno sempre vissuto. Un po' abbiamo esperito che cosa si prova a essere tagliati fuori dal mondo. Prendiamo poi in considerazione le persone ossessive, fobiche, che già non si toccavano per paura di contaminarsi. Ecco, queste persone hanno visto, finalmente, di avere ragione, nel senso che tutti gli altri hanno cominciato a non toccarsi, a non respirare la stessa aria, a lavarsi le mani più volte al giorno. Questa, che prima era una patologia ossessiva, ora è diventata la norma. È accaduto un capovolgimento di quello che prima era considerato normale o considerato patologico.

Potremmo dire che è avvenuto un capovolgimento complessivo delle certezze su cui si poggia la società contemporanea.



“I tecnici che gestiscono l'emergenza insistono su un'idea di medicina un po' cartesiana, con una mente separata dal corpo”

PC Certamente. Anche perché la nostra è una società che corre in avanti, una società performativa. Ma la necessità di performance induce a stancarsi, fisicamente e mentalmente. Quindi la società della performance diventa società della stanchezza, che diviene società della depressione, e che si tramuta poi in una società che deve stimolarsi o curarsi con gli antidepressivi o gli stupefacenti. Un società costretta ad attivarsi con il doping psichico per stare al passo della propria prestazione. Con la pandemia una società del genere è stata costretta a fermarsi, ad annoiarsi, a ripensare se stessa. Questo stop forzato ha determinato in molte persone un tipo di depressione caratterizzata da una noia a cui non si era più abituati, quindi non più una depressione da troppa pressione ma perché non c'era più niente da fare.

Ci vorrà del tempo per superare il trauma di quello che stiamo vivendo?

PC Sicuramente, anche perché questo virus è particolarmente temibile perché ha tre facce: il bio-virus sappiamo che è insidioso ma a questo si è sovrapposto l'info-virus, caratterizzato dall'infodemia, da una informazione tossica, martellante, a cui si sovrappone ancora lo psico-virus, un patogeno che si insinua nella psiche degli individui e li terrorizza, per cui ci sono persone che preferiscono morire di infarto a casa piuttosto che andare in un pronto soccorso e rischiare di prendersi il Covid-19, che è visto come un virus da cui non si sfugge. In questo senso il virus si è complicato, è diventato veramente tremendo. Quella in corso è anche una psico-pandemia. ➤

Piero Cipriano