

## Gli effetti psicologici della pandemia su donne e bambini

L'importanza di creare un supporto per le categorie più fragili e a rischio. Sono necessarie risposte immediate e strutturali

La riduzione di un contingente numero di attività, la chiusura delle scuole, le restrizioni sugli spostamenti, la distanza fisica, il deteriorarsi delle economie locali – alcune tra le dolorose conseguenze del lockdown – hanno influito negativamente sulla salute psicologica della popolazione generale: le persone in quarantena hanno mostrato maggiori probabilità di manifestare sintomi psicologici, come ansia (rilevata nel 44,6 per cento dei casi), rabbia, disturbi del sonno (34 per cento), depressione (50,4) e disturbo da stress post-traumatico. Come spiega David Lazzari, il termometro psicologico mostra una febbre elevata nel paese e questa pandemia psicologica va tenuta in considerazione poiché abbassa la resilienza dei singoli e quella collettiva.

Alcune persone considerate soggetti fragili o più a rischio, come donne e bambini, possono aver subito un maggiore impatto delle restrizioni imposte: in primis, poiché gli oneri di cura e di istruzione dei figli ricadono tradizionalmente sulle donne, è facile immaginare che siano state prevalentemente loro a farsi carico delle esigenze di accudimento dei bambini, sovrapponendo ore di attività professionale e familiare in condizioni di disagio. Nelle settimane di blocco, poi, le donne hanno pagato il prezzo più alto anche nella sfera delle relazioni personali: la convivenza forzata ha aumentato i casi di violenza domestica, come suggerito dall'incremento di ri-

chieste di ospitalità ai centri antiviolenza (+17 per cento). Infine, la rifocalizzazione della sanità verso le terapie Covid ha reso più difficile e meno sicuro l'accesso ai servizi per esigenze biologicamente femminili, come le patologie riproduttive o il parto. Nei momenti di passaggio, come quello attuale, si presenta l'occasione di imprimere un cambiamento, un sovvertimento dell'ordine ereditato che si accompagna a una possibilità di innovazione del sistema intero per scongiurare una regressione dell'indipendenza economica delle italiane e un'accentuazione del divario domestico tra partner.

Per ciò che concerne la popolazione pediatrica, la chiusura delle scuole, i significativi cambiamenti nella routine quotidiana e la brusca interruzione di ogni rapporto sociale hanno condotto bambini e adolescenti a manifestare con più probabilità sintomi depressivi e ansia (rilevati nel 22,6 per cento e nel 18,9 dei casi), disturbi del sonno, atteggiamenti aggressivi e antisociali o disturbi del comportamento alimentare; gli effetti sono stati più evidenti in bambini e ragazzi con disturbi

preesistenti, come quelli inerenti all'attenzione e all'iperattività, all'apprendimento e allo spettro autistico. Per non interrompere l'iter formativo, nel corso del lockdown è stata attivata la didattica a distanza: nonostante essa abbia permesso di non interrompere il dialogo educativo con gli studenti, l'uso esclusivo della dad ha portato alla luce profonde disuguaglianze sociali e culturali. Particolarmente penalizzati sono stati gli studenti con disabilità che non sono potuti ricorrere ai sostegni dovuti, così come i bambini di genitori im-

migrati o coloro con esperienze traumatiche, problemi di salute mentale precedenti o basso stato socioeconomico. La scuola e i servizi educativi sono infatti fondamentali fattori di riequilibrio delle disuguaglianze sociali: tanto più per i bambini piccoli per i quali la componente emotiva, legata alla relazione con gli insegnanti e con i compagni, ha particolare rilievo nell'intreccio con quella cognitiva. Questa pandemia sta dunque mettendo a rischio l'istruzione, un fattore importante di crescita personale e sociale.

Ulteriore impatto secondario del lockdown sulla salute mentale dei bambini sembra essere mediato dallo stress dei genitori, i quali, sopraffatti dalla situazione, possono trovare più difficile rispondere in modo sensibile ai loro figli e comprenderne i bisogni, inducendo in loro alle volte reazioni negative o aggressive.

Se adeguatamente supportati dagli operatori sanitari e da altre connessioni sociali, compreso l'ambiente scolastico, genitori e bambini possono superare in modo appropriato questo periodo critico di angoscia ed evitare gravi conseguenze a lungo termine. In effetti, una salute mentale stabile è una delle chiavi per combattere la pandemia e per ripristinare una società post-pandemica.

È ora di capire che le relazioni tra economia e psicologia, tra salute e psicologia non sono univoche ma bidirezionali.

Significative, a questo proposito, le parole di Pietro Porcelli: "La crisi mondiale generata dalla pandemia di Covid-19 è un'ovvia fonte di paura per tutti e le risposte comportamentali possono variare dalla negazione a veri e propri attacchi di panico. Dopo il periodo

di crisi acuta, il Sistema sanitario nazionale dovrà forse affrontare un problema altrettanto importante, ovvero le conseguenze psichiatriche e mediche derivanti dai sentimenti negativi e angoscianti o di impotenza che le persone stanno attualmente sperimentando" (Articolo "Fear, anxiety and health-related consequences after the COVID-19 epidemic").

Creare una capacità di ascolto e sostegno psicologico nei grandi contenitori sociali, come la scuola, la sanità, il mondo del lavoro, che sono anche "spazi psicologici" della collettività, è fondamentale per quelle persone che si trovano in situazioni di fragilità o rischio maggiore: i sopravvissuti alle terapie intensive, le persone colpite dal virus e in isolamento domiciliare, i parenti dei deceduti, che vivono un lutto complicato, coloro che non hanno possibilità economica di farsi aiutare psicologicamente nel privato, e, nondimeno, le persone considerate categorie fragili, come donne e bambini.

Per molte di queste situazioni l'unico modo per dare una risposta "oggi" è quello dei

"voucher per il sostegno psicologico" (VSP), gestibili con procedure agili e snelle, mediante le piattaforme pubbliche esistenti, al fine di consentire l'accesso immediato al supporto psicologico: una proposta già avanzata dal CNOP al governo durante la prima ondata

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato



e ripresa nei progetti finali della Task Force. Il progetto vuole aprire la strada alla possibilità concreta di garantire il diritto fondamentale alla salute mentale e al benessere psicologico (dal documento "Welfare Aziendale: il benessere psicologico entra nei programmi post Covid-19", pubblicato da OPL). Felice Damiano Torricelli, presidente ENPAP, afferma: "Un sistema di voucher indirizzati principalmente alle fasce più fragili della popolazione avrebbe un costo irrisorio rispetto ai danni che il protrarsi di una condizione di dolore inascoltato provocherebbe. Tutte le competenze che come Psicologi siamo in grado di dispiegare sono al servizio dei progetti di contenimento dei danni e di preparazione della ripartenza".

"Non si può essere ciechi di fronte a questa esigenza", conclude Lazzari. Non si può più aspettare. Sono necessarie risposte immediate accanto a risposte strutturali, indispensabili per uscire dalla pandemia con un'organizzazione diversa e migliore da come ci siamo entrati.

**Laura Parolin**

*Presidente degli Psicologi della Lombardia*