

L'emergenza coronavirus: la situazione in Friuli Venezia Giulia

L'appello di Roberto Mezzina, già direttore del Dipartimento dell'Azienda sanitaria triestina: «Qualcuno anche in Fvg pensa a cure per pazienti psichiatrici "Covid" ma sarebbe un errore»

«Difendiamo e adattiamo i servizi: la salute mentale è una priorità»

IL MESSAGGIO

ROBERTO MEZZINA*

L'emergenza coronavirus ha necessariamente messo tutto il resto in secondo piano, condizionando e cambiando la nostra vita. Se la sanità in Italia è sottoposta a un grandissimo stress, ad una sfida senza precedenti, la salute mentale soffre in silenzio. L'impoverimento dei servizi, la loro riduzione e accorpamento, la carenza del personale, già denunciati da molti anni in qua, si sommano al fatto di essere messi oggi in coda alla lista delle priorità di salute.

Il livello della minaccia, come in guerra, appare più alto. Eppure non c'è mai stato più bisogno di politiche di salute mentale come ora, in una situazione in cui tutta la popolazione soffre un disagio formidabile, che tocca e toccherà tutti, non solo coloro che hanno già disturbi psichiatrici. Si rischia la catastrofe finale, legittimata e perfino comprensibile, del sistema di salute mentale italiano. È notizia di questi giorni di Servizi di Diagnosi e Cura lombardi che vengono riconvertiti a reparti Covid, con tutto il personale, benché impreparato. Molti altri servizi vengono chiusi, o limitati pesantemente, e l'assistenza ambulatoriale "specialistica", limitata allo stretto indispensabile e ad appuntamento; il che è esattamente il contrario di un servizio flessibile per una popolazione sotto stress. In questi giorni si stanno sviluppando raccomandazioni e linee guida nazionali e internazionali per pazienti psichiatrici, popolazione, operatori e servizi. Le aziende sanitarie della Regione Friuli Venezia Giulia sono state colte in piena riorganizzazione e hanno sospeso o ritirato i concorsi per le direzioni



Marco Cavallo, simbolo della rivoluzione basagliana, qui in un'immagine scattata nell'ex Opp di San Giovanni

dei servizi, in un momento in cui di guida e leadership per la tenuta del sistema c'è estremo bisogno, anche in salute mentale.

Quella al Covid-19 sembra in partenza una guerra fatta di individui isolati, di solitudini, ma è anche di famiglie, o di piccole comunità locali, come il condominio, il vicinato; e di reti virtuali. In realtà inevitabilmente tocca, di rimbalzo, tutto quel "corpo sociale", cui faceva costantemente riferimento Basaglia. Al suo interno, l'operatore della salute mentale è uno dei tanti, deve continuare a lavorare, perché c'è bisogno di tanti livelli di sostegno, anche psicologico e psichiatrico. E non c'è reale distinzione tra chi cura e chi è curato, paradossalmente l'operatore può trasmettere il morbo, anche perché non vi sono precauzioni adeguate. Le raccomandazioni riguardano anche la sua salute fisica e mentale. Col distanziamento sociale, la relazione, strumento principe della terapia e dell'assistenza, non si può usare in maniera libera e diretta perché si tiene la distanza, letteralmente. Le attività di gruppo, il collettivo, sono di necessità coartati e infi-

ne aboliti. I servizi di supporto alla persona, di assistenza domiciliare ed educativa, offerti soprattutto da cooperative sociali, si rallentano o si fermano in mancanza di strumenti adeguati di prevenzione. Le valenze socioterapiche e riabilitative del frequentare un Centro di Salute mentale entrano in crisi e in gran parte vengono meno, le attività dei Centri diurni si fermano completamente. Incombe ovunque una socialità costretta, guardinga. Paradossalmente sono proprio gli ambienti extra-ospedalieri, quelli della normalità, della comunità, del vivere comune, a soffrire di più perché da essere luoghi di incontro e di scambio oggi si possono trasformare in luoghi di infezione. In questo arco sono comprese tutte le comunità, la residenzialità sulle 24 ore, dove già, come nelle case di riposo, si sono verificati focolai che hanno coinvolto operatori e ospiti. Addirittura qualcuno pensa a servizi specifici per pazienti psichiatrici "Covid", anche in questa regione, che aggraveranno l'esclusione ad esclusione.

Nonostante tutto, mai come ora occorre stringersi attorno

ai servizi, ripensando al tempo stesso ad una salute mentale nell'era del coronavirus. Se la socialità, in una logica di "ristituzione al corpo sociale", era l'utopia di Basaglia e della riforma, che fare ora che le reti sociali si restringono all'essenziale, mentre si dilatano tutti i media comunicativi, e specialmente i social media? Si vive connessi tramite internet, o al telefono, o attaccati alla tv. Ma troppa esposizione, e specialmente quella a fonti inaffidabili, può aumentare lo stress.

Gli studi sui comportamenti individuali finora effettuati nelle epidemie appaiono superati. Non si tratta solo di quarantena per i positivi all'infezione; il "lockdown", lo stare chiusi in casa, è un immane esperimento collettivo, e ora globale: una nuova Norma, una condizione che tocca tutti. È documentato che aumentano la noia, la frustrazione, e pure il livello d'ansia, che dilata la paura dell'infezione fino al panico; pochi mettono in atto atteggiamenti di negazione e di fuga, con ostinazione nel mantenere il proprio stile di vita "nonostante tutto". Ma con l'isolamento soprattutto si può vivere una condizione di

trauma generalizzato, con potenziali effetti post-traumatici a breve e lungo termine. Inoltre abbiamo già visto scattare forme di pregiudizio e di stigma rivolti a singoli (ex-malati) o a intere popolazioni o etnie.

Il distacco sociale incombe anche su chi non può, o non sa (e a volte non vuole) difendersene. L'isolamento sociale di chi ha problemi psicotici è ora quasi permesso e "normalizzato", ma molti sono scomparsi dai servizi, rintanati da soli in casa. Le famiglie, ove ci sono, tengono o si riprendono i malati. Ma sia l'alienazione determinata dall'assenza di legami sociali dei primi, che i conflitti nelle seconde, possono acuirsi improvvisamente e portare a momenti di crisi che vanno assolutamente prevenuti. Una serie di persone allora, le più fragili, si devono raggiungere a casa, sia telefonicamente che, laddove occorre, anche fisicamente, per portare di persona sostegno e farmaci. Ciò con le debite cautele, ed in una situazione quanto mai consensuale di contenimento del rischio. Al di là dei profili psicopatologici a più alto rischio, ma più di tutto occorre tenere a mente le storie e le situazioni individuali. Bisogna inventare anche forme di telelavoro, di telemedicina o telepsichiatria, e che siano affettive.

Si conferma di fatto, in tutta la sua rilevanza e drammaticità il disagio sociale dei più poveri, di chi sta solo, o anche ammassato in buchi angusti. Molti possono non avere da mangiare e non accedono a mense sociali o attive nei servizi stessi. Bisogna assicurare bisogni primari, anche con consegne di pasti. I senza casa poi, sono persi in una nulla sociale, senza elemosine neppure perché non c'è gente per le strade, senza cibi caldi se non con lodevoli sforzi del volontariato. Occorre fornire ai più informazioni e rassicurazione; ma soprattutto bisogna dare senso all'isolamento per tutti noi, per tutta la società, come straordinario elemento di prevenzione universale. Emerge la necessità di uscire da visioni individualistiche e optare senza indugio per la condivisione e la solidarietà; innalzare il senso di essere parte di una comunità, e qui i servizi devono fare da ponte. Difendiamoli mentre difendiamo noi stessi. —

*psichiatra

© RIPRODUZIONE RISERVATA

LOPSICOLOGO

ALESSIO PELLEGRINI

OLTRE L'ATTUALE MONDO RAREFATTO



Chi abbia mai fatto un corso con qualche psicologo se lo sarà sentito dire molte volte: la crisi porta con sé una parte distruttiva e una parte costruttiva. C'è sempre all'interno del periodo di difficoltà il seme per nuove opportunità. Credo che mai come finora la maggior parte delle persone si chieda come usciremo da questo momento che pare possa durare a lungo. Sappiamo che alla fine in qualche cosa saremo cambiati, la società intera sarà diversa e porteremo alcune cicatrici anche se non sappiamo bene quali potranno essere. Per adesso ci limitiamo a vedere il momento attuale, la società rarefatta, le distanze che sembrano allontanarci l'uno dall'altro, la paura che l'altro sia portatore di virus, ma anche una maggior consapevolezza delle nostre fragilità, una consapevolezza dell'importanza di coltivare rapporti umani che vadano oltre la semplice stretta di mano. Dovremo ad un certo punto dividere le paure dai rischi reali, le altre persone rimangono il miglior mezzo per poter crescere, e conoscere sia mondi lontani che universi dentro di noi, dovremo capire che le paure che abbiamo sono reazioni normali ad eventi non normali, e magari gli daremo un nome che non sia una sigla... e su questo ci torneremo... —

© RIPRODUZIONE RISERVATA

L'INIZIATIVA #IORESTOACASAERACCONTO

«La valigetta laccata di bianco e quei cerotti che userei oggi»

Prosegue la carrellata di testi sulla quarantena scritti da infermieri per il concorso Opi che vuole far conoscere slanci e sacrifici della professione

ELENA VALASSI*

Non so quando ho deciso di voler fare l'infermiera, se esiste un giorno preciso che ha segnato il mio destino.

Dovrei cercarlo nella memoria, forse tornare a quell'istante in cui ho scartato il mio regalo di Natale. Avevo tra le mani una valigetta laccata di bianco con una croce rossa sgargiante sopra, attaccata male e nemmeno al centro. Dentro c'era di tutto, ma soprattutto quell'enorme siringa incubo di mia sorella, che brandivo minacciosa correndo per la casa dall'alto dei miei nove anni. Sicuramente tanti hanno ri-

cevuto lo stesso regalo e adesso sono avvocati, insegnanti, meccanici o musicisti. Ma io davvero ricordo quel giorno e quel dono. Avrei voluto fare anche la cantante a dire la verità, ma ero stonata, e lo sono ancora perché tante cose cambiano e certe non possono cambiare mai.

Ora di quella valigetta ormai persa in qualche cantina, dimenticata in un passato fatto di troppi traslochi, rimane

solo il significato. Quelle decine di cerotti miracolosi consumati in un giorno per curare tutte le bambole, ora li userei per guarire dalla paura.

Vorrei guarire Rosa che mi chiede cosa penso e quando finirà. «Non so nemmeno quando è cominciata», mi dice, ma non sono sicura che parli di questo virus. Le sorrido solo con gli occhi, la mascherina mi nasconde un bel pezzo di viso, ma lei è come se mi vedesse tutta lo stesso. È quasi cieca ma mi vede meglio di quanto mi veda io. «Non lo so - le rispondo - ma andrà tutto bene», e vorrei disegnarle un arcobaleno sul soffitto, tutto colorato. Tutto per lei che mi ha confessato di riconoscere i colori dal suono, come le voci. Forse scriveva poesie in segre-

to e ora tocca le parole con le dita.

Flora non mi riconosce, la saluto e le strizzo l'occhio ma a lei basta, ogni parola è superflua, solo i gesti contano. Carmelo invece capisce subito chi sono. «Domani andrà meglio», mi dice, ed è lui che sorride a me con tutta la faccia scoperta come si faceva da sempre senza nascondersi. Vorrei sorridergli anch'io così.

Mi chiedo cosa avrebbe detto Rudy, che non c'è più da tanto ormai. «Elena, vinceremo anche questa battaglia!». Poi avremmo riso insieme. Rudy non chiamava mai "guerra" le avversità: nella vita c'erano solo battaglie da combattere. La più crudele lui l'aveva vissuta sulla sua pelle. Sì, vinceremo questa battaglia, Rudy.

A Rosa, Flora, Carmelo e a Rudy, anche se lui non ne ha più bisogno, metterei un cerotto, di quelli colorati che usano le mamme per i loro bambini, un cerotto attaccato alla mano sinistra, quella del cuore. Da guardare per chi ha occhi buoni e da immaginare per chi non ci vede più.

Un cerotto storto, scontento come la croce sulla valigetta della mia infanzia. Un cerotto che di miracoloso non ha nulla, che adesso non riuscirebbe a guarire nemmeno una bambola. Ma ha un significato, noi ci siamo, anche con le nostre paure, perché è misurandoci con quelle che possiamo dirci coraggiosi. —

*infermiera operativa in assistenza domiciliare
0be5e03ffb2685c505176a9b77a56b06
© RIPRODUZIONE RISERVATA