

CORONAVIRUS

([HTTPS://WWW.GLISTATIGENERALI.COM/TOPIC/CORONAVIRUS/](https://www.glistatigenerali.com/topic/coronavirus/))

CORONAVIRUS, IL SUPPORTO PSICOLOGICO GRATUITO: ECCO I NUMERI DA CHIAMARE



FRANCESCA MANDELLI

([HTTPS://WWW.GLISTATIGENERALI.COM/USERS/FRANCESCA.MANDELLI/](https://www.glistatigenerali.com/users/francesca.mandelli/))

27 aprile 2020

Siamo di fronte ad una crisi di enorme portata ed inedita nelle sue caratteristiche. A dirlo è Consiglio Nazionale dell'Ordine degli Psicologi (CNOP) che in un'indagine ha registrato dati di disagio psicosociale mai trovati prima. Il 42% degli intervistati soffre di ansia/stress, il 24% di disturbi del sonno, il 22% di irritabilità, il 18% ha un umore depresso, il 13% racconta di conflitti relazionali.

Ciò che emerge è un forte aumento del disagio psicologico (il 31% degli italiani dichiara un netto peggioramento delle condizioni psicologiche e una preoccupazione per questo), che trova i suoi presupposti non solo nelle condizioni e restrizioni della pandemia (51%) ma anche nelle preoccupazioni

legate alle prospettive sociali ed economiche (58%). Ciò è comprensibile considerando le stime di un abbassamento del PIL di circa il 10%, il dato più negativo dalla Seconda Guerra Mondiale.

«Purtroppo l'emergenza sanitaria con tutte le conseguenze che sta avendo – distanziamento sociale, stravolgimento della quotidianità, difficoltà economiche – è un fattore molto negativo che acuisce i problemi già esistenti. Per questo, ripeto: sia per chi già viveva situazioni di disagio sia per chi sta affrontando ora la situazione con difficoltà va attivato un percorso di sostegno psicologico con un professionista. Prima si interviene e meglio è», ha dichiarato il presidente del CNOP David Lazzari in un'intervista a Gli Stati Generali.

L'Ordine ha anche creato task force di psicologi nelle strutture sanitarie su tutto il territorio nazionale per l'attivazione di servizi di supporto al personale sottoposto allo stress cronico provocato dall'attuale emergenza epidemiologica, che può tradursi in un impoverimento delle energie e in un aumento della distanza mentale e dei sentimenti negativi nei confronti del lavoro e degli altri.

Oltre 9mila psicologi, inoltre, spiega Lazzari, si sono resi disponibili per consulti a distanza. Basta visitare il sito del Consiglio Nazionale dell'ordine degli Psicologi ([psy.it](https://www.psy.it) (<https://www.psy.it>)) per accedere a un motore di ricerca e trovare un professionista alla voce #psicologionline.

C'è poi un elenco che è possibile consultare con tutti i numeri da chiamare per il supporto psicologico

(<http://www.salute.gov.it/portale/nuovocoronavirus/dettaglioContenutiNuovoCoronavirus.jsp?lingua=italiano&id=5388&area=nuovoCoronavirus&menu=vuoto>) e pubblicato dal Ministero della Salute. Diverse iniziative sono state attivate nell'ambito del Servizio Sanitario Nazionale, tramite i Dipartimenti di Salute Mentale, per supportare le persone durante l'emergenza. I numeri e i contatti sono reperibili sui siti internet delle Aziende sanitarie locali di competenza territoriale.

La Croce rossa italiana ha attivato il numero 800 065 510 dedicato a tutti i cittadini e il numero 06 5510 (opzione 5), uno speciale servizio di teleassistenza psicologica dedicato agli operatori sanitari impegnati nell'emergenza Covid-19, che risponde dal lunedì al sabato, dalle ore 8 alle 20.

Esiste un numero verde per offrire supporto psicologico agli anziani che vivono soli e che l'emergenza Coronavirus costringe in casa, iniziativa lanciata da Senior Italia FederAnziani, WINDTRE e SIPEm SoS Società Italiana di Psicologia dell'Emergenza. Il servizio di ascolto psicologico è gratuito e risponde al numero verde 800 991 414 dal lunedì alla domenica, dalle ore 14 alle ore 19.

TIM ha messo a disposizione del Ministero della Salute e della Protezione Civile un numero verde per il supporto psicologico dei cittadini per l'emergenza coronavirus. Tutti i giorni, dalle ore 8 alle 24, professionisti specializzati, risponderanno al telefono alle richieste di aiuto. Il servizio, sicuro e gratuito, è organizzato su due livelli di intervento. Il primo livello è di ascolto telefonico e si propone di rispondere al disagio derivante dal Covid-19. Per rispondere all'esigenza di fornire un ascolto più approfondito e prolungato nel tempo, le chiamate saranno indirizzate verso il secondo livello di cui fanno parte, oltre ai servizi sanitari e sociosanitari del SSN, molte società scientifiche in ambito psicologico. Da oggi sarà attivo pertanto il numero verde 800.833.833, raggiungibile anche dall'estero al 02.20228733 e saranno previste modalità di accesso anche per i non udenti.

Se in questo momento di emergenza pensi di avere bisogno di aiuto psicologico, chiamare i numeri di ascolto e di supporto è già un primo passo.

*

TAG: coronavirus, psicologia, Salute

CAT: salute e benessere

Gli Stati Generali s.r.l.

capitale sociale 10.271,25 euro i.v. - Partita I.V.A. e Iscrizione al Registro delle Imprese di Milano n. 08572490962 - glistatigenerali.com è una testata registrata al Tribunale di Milano (n. 300 del 18-9-2014)