

Gli psicologi d'emergenza alla sfida più dura: l'assistenza post pandemia

PL piazzalevante.it/2020/05/07/gli-psicologi-demergenza-alla-sfida-piu-dura-lassistenza-post-pandemia/

Alberto Bruzzone

di **ALBERTO BRUZZONE**

Ogni volta che c'è una qualsiasi emergenza, loro sono sempre in primissima linea. E sono ancor più determinati e carichi di energie, laddove aumenta il coefficiente di difficoltà. Sia nella **Fase 1** dell'emergenza sanitaria legata al **Coronavirus**, che in questa **Fase 2** partita nei giorni scorsi, è assolutamente prezioso, insostituibile e impagabile il lavoro di quel gruppo di venticinque psicologi che, oltre alla loro attività professionale, prestano l'opera, a titolo di volontariato, nella splendida realtà **SIPem SoS**, ovvero la **Società Italiana Psicologi dell'Emergenza Social Support**.

C'è stato bisogno di loro in moltissime occasioni, una delle più recenti è stata il crollo del **Ponte Morandi** del 14 agosto 2018. C'è stato e c'è ancora moltissimo bisogno di loro, a fronte di una pandemia, ovvero di una delle situazioni più estreme, dure e difficili che ci si sarebbe mai potuti immaginare: un contesto di crisi che ha coinvolto tutti, dai medici, agli operatori sanitari, ai malati, ai non malati, agli anziani, alle persone sole, ai genitori, ai bambini, ai lavoratori, agli insegnanti e a tutto quell'infinito elenco di persone che si è sempre più allungato, nel corso delle settimane.

Le prime azioni

Anche sulle pagine di *'Piazza Levante'* lo abbiamo detto e scritto più volte: una volta diminuita l'emergenza, ci saranno enormi strascichi, non solo dal punto di vista economico, ma anche e soprattutto dal punto di vista psicologico.

In questo numero, ne parliamo con **Cristiana Dentone**, la presidente ligure di **SIPem SoS**, che fa il punto su quanto sinora fatto, in relazione al Coronavirus, su quanto ancora ci sarà da fare e sulle prospettive future.

“Attualmente – afferma – siamo in una fase di transizione e di pesantissima incertezza. Sono i primi giorni successivi all'allentamento del *lockdown* e siamo in un momento molto delicato, sia perché bisognerà vedere come si comporteranno i contagi, sia perché bisogna vedere, soprattutto, come si comportano le persone”.

Gli psicologi dell'emergenza sono entrati in azione ai primissimi albori dell'emergenza stessa: “Siamo stati impegnati – prosegue Cristiana Dentone – sul supporto psicologico agli ospiti degli alberghi di **Alassio** e **Laigueglia**, ovvero i primi due *cluster* di Coronavirus in **Liguria**. In particolare, abbiamo dato assistenza a moltissime persone anziane, attraverso dei colloqui a distanza. Sono stati aperti sportelli di sostegno psicologico e subito è partita una collaborazione con **Senior Italia FederAnziani**, attraverso cui è stato costituito un numero verde apposito per offrire supporto psicologico agli anziani

che vivono soli e che l'emergenza Coronavirus ha costretto a lungo a casa. In particolare, il focus era dedicato agli **Over 65**. Poi, abbiamo collaborato a un altro sportello telefonico con il **Ministero della Salute**, prestando assistenza a chiunque ne presentasse una richiesta”.

L'altro fronte caldissimo è stato portare aiuto a chi è stato a lungo impegnato negli ospedali, specialmente nei momenti più drammatici: medici, infermieri e operatori sanitari: “Per queste categorie sono stati attivati i servizi cosiddetti di *'defusing'* e di *'debriefing'*, ovvero due pratiche che si tengono su soggetti reduci da un evento fortemente drammatico o traumatico. Inoltre, per tutte queste persone abbiamo realizzato un video formativo, che abbiamo diffuso all'inizio dell'emergenza. Abbiamo risposto a moltissime telefonate e a moltissime richieste: tra un paio di settimane avremo i dati statistici precisi, intanto non ci siamo fermati un attimo e siamo ampiamente concentrati, adesso, sulla Fase 2”.

Sono attualmente venticinque, si diceva, gli psicologi specializzati in psicologia dell'emergenza che sono operativi nella nostra regione: “Sono – commenta la presidente ligure – colleghi davvero in gamba e stanno mettendo gran cuore e professionalità pure in questo particolare momento storico”.

#COVID19

LE RACCOMANDAZIONI DA SEGUIRE



Lava spesso le mani con acqua e sapone o, in assenza, frizionale con un gel a base alcolica



Non toccarti occhi, naso e bocca con le mani. Se non puoi evitarlo, lavati comunque le mani prima e dopo il contatto



Quando starnutisci copri bocca e naso con fazzoletti monouso. Se non ne hai, usa la piega del gomito



Pulisci le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol



Copri mento, bocca e naso possibilmente con una mascherina in tutti i luoghi affollati e ad ogni contatto sociale con distanza minore di un metro



Utilizza guanti monouso per scegliere i prodotti sugli scaffali e i banchi degli esercizi commerciali



Evita abbracci e strette di mano



Evita sempre contatti ravvicinati mantenendo la distanza di almeno un metro



Non usare bottiglie e bicchieri toccati da altri

#RESTIAMOADISTANZA



Ministero della Salute



www.salute.gov.it/nuovocoronavirus

Un lento ritorno alla normalità

Il ritorno alla normalità, secondo Cristiana Dentone, sarà adesso lento e anche assai difficile: "Ci sono stati tantissimi cambiamenti nella vita di ognuno, e in uno spazio brevissimo di tempo. Abbiamo sperimentato la perdita di libertà, la paura di restare

senza generi alimentari, che ha generato la corsa ai supermercati, il senso di incertezza nei confronti del futuro. Per non parlare di chi ha subito un lutto e si è trovato di fronte a un processo di elaborazione ancor più complicato: perché non si sono potuti svolgere i funerali, perché non si è potuta salutare la persona cara, perché non si è riusciti neppure ad andarla a visitare. Sono stati momenti di distacco più che traumatici”.

Ma gli strascichi psicologici non hanno risparmiato neppure i sopravvissuti: “Mi riferisco sia a chi è stato in ospedale, sia a chi è stato infettato ed è rimasto in isolamento. E magari adesso, anche se risultato negativo al doppio tampone, continua a esser visto come un possibile untore. Tantissimo lavoro, quindi, andrà svolto sugli anziani, a quelle persone che sono rimaste più sole. Di solito, sappiamo come queste persone vadano a cercare le relazioni sociali al di fuori di casa: nei circoli, ad esempio, o nelle bocciofile, o nelle associazioni o ai giardini. Tutte cose che sono state negate: per loro la ripartenza sarà ancora più lenta. Continueremo a garantire assistenza a tutti gli operatori sanitari che manifesteranno disturbi post traumatici e da stress, alle tante persone che rischiano di perdere il lavoro, che non riusciranno a riaprire le loro attività, che sono preoccupate per loro e per le loro famiglie”.

I bambini

La pandemia ha fatto macerie su macerie, non c'è alcun dubbio. “Non c'è una categoria rimasta immune. Ma ce n'è una di cui si parla pochissimo: i bambini. A loro è stato difficile spiegare quanto successo: il non poter vedere i loro amici, il non poter andare a scuola, il non fare attività fisica. Forse non ci si rende conto appieno che sono stati tra i più traumatizzati”.

Come comportarsi

Ma come bisogna comportarsi adesso, pur continuando a tener presente che gli psicologi dell'emergenza sono sempre a disposizione e rappresentano – e rappresenteranno – i nostri angeli custodi in qualsiasi momento?

“Io credo – osserva Cristiana Dentone – che vivremo a lungo con la paura dell'assembramento, anche quando questo divieto non ci sarà più. Così come vivremo con la mascherina indosso: sarà difficile superare questa fase, servirà moltissimo tempo. D'altra parte, non si può negare che ci siano state persone contente pure in questa realtà: perché hanno trascorso più tempo in famiglia, perché hanno rimesso mano ai loro ricordi. Ecco, in questo caso, manteniamo queste abitudini, teniamo vivo questo tempo prezioso che abbiamo potuto riscoprire. Non perdiamo di vista gli aspetti positivi dell'essere rimasti a lungo a casa. Sulle uscite, invece, cerchiamo di non farci prendere dall'ansia di voler fare tutto e subito. Torniamo a vivere la normalità lentamente, giorno dopo giorno, con assoluta calma e senza frenesie né nervosismi. E, infine, un'ultima raccomandazione: manteniamoci informati, ma attraverso i canali ufficiali e le fonti accreditate, cercando di non cadere nelle *fake news*. E comunque, per qualsiasi necessità, restiamo a disposizione di tutti”.

Un po' di storia

La **Società Italiana di Psicologia dell'Emergenza Social Support Federazione** è un'associazione senza scopo di lucro iscritta ai registi del volontariato di **Protezione Civile** delle regioni in cui opera e, a coronamento del ventesimo anniversario dalla fondazione, nel gennaio 2019 è entrata ufficialmente nell'**Elenco Centrale delle Organizzazioni di Volontariato del Dipartimento della Protezione Civile**.

SIPem è attiva in situazione di micro e maxi emergenze sul territorio italiano per la prevenzione e la cura delle vittime e dei soccorritori a rischio di patologie psicologiche legate al trauma. La SIPem SoS è aperta a tutti i professionisti in ambito socio-sanitario e da vent'anni mette in campo équipe di esperti della psicologia dell'emergenza.

Fin dalla sua fondazione nel 1999 si è impegnata nei grandi eventi traumatici del nostro paese, compresi i terremoti di San Giuliano di Puglia (2002), dell'Aquila (2009), Emilia Romagna (2012) e Amatrice (2016), lavorando al fianco della Protezione Civile e delle Forze Armate sul campo e nelle tendopoli.

Le sezioni regionali hanno anche preso parte a numerose emergenze locali tra cui l'incidente della nave *'Norman Atlantic'*, l'incidente ferroviario di Pioltello, il crollo del Ponte Morandi, la tragedia di Corinaldo e, attualmente, partecipano alle attività di Protezione Civile e Ordini degli psicologi regionali per il supporto psicologico delle persone coinvolte dall'emergenza Coronavirus. Grazie all'innovatività della propria visione e missione sociale, è attualmente presente nella Commissione Nazionale sulla Psicologia dell'Emergenza del Dipartimento di Protezione Civile e in alcuni gruppi di lavoro sulla psicologia dell'emergenza degli Ordini degli psicologi regionali. I soci e l'associazione hanno concorso alla pubblicazione di numerosi testi e articoli sulla Psicologia dell'Emergenza.

Articolo precedente

[Il Circolo Velico di Santa Margherita prova a salvare il salvabile in vista dell'estate](#)

Prossimo Articolo

[Comer, cinquant'anni tra snodi e raccordi](#)