

L'inchiesta
Un anno
pericoloso

Rep

di Erica Manna

L'anno scorso si cantava dal balcone: sembra passato un secolo. «Era una reazione allo stress, in qualche modo attiva, positiva», ragiona Donatella Flaschi, presidente dell'Ordine degli Psicologi della Liguria. Oggi c'è poco da strimpellare.

«Quello stress si è trasformato in *distress*: un sentimento negativo, dovuto al protrarsi della situazione. Se trascurato - continua Flaschi - porta a problemi di tipo psicologico: depressione, ansia». In una regione come la Liguria, dove nel 2019 sono stati spesi 14 milioni di euro in psicofarmaci, seconda in Italia dopo la Toscana per consumi di antidepressivi, gli effetti a lungo termine possono essere devastanti. Eppure, ci sono appena dieci psicologi ogni centomila abitanti. «Ne servirebbero almeno il doppio - sottolinea la presidente dell'Ordine - se pensiamo che a Trento ce ne sono 17, ogni centomila abitanti. È necessario investire di più: abbiamo proposto, a livello nazionale, di istituire dei voucher. Mini pacchetti per colloqui psicologici. Sono necessari, quanto biciclette e babysitter».

L'inchiesta di Repubblica nell'universo delle dipendenze - che la pandemia ha aggravato - va a toccare una tendenza che si sta affermando sempre di più: la "poltossicodipendenza".

«La osserviamo nei giovani e nella popolazione generale - spiega Giorgio Schiappacasse, già presidente del Seri genovese, psichiatra e psicoterapeuta, consulente dell'Agenzia per la famiglia del Comune di Genova - si abusa di alcol e nello stesso tempo di psicofarmaci, stupefacenti. Gli alcolici li fanno da padrone: sono l'antipasto».

LO STRESSOMETRO

È così che si chiama la rilevazione effettuata dal Centro studi del Consiglio nazionale dell'Ordine degli psicologi. «È emerso che dall'inizio della pandemia c'è stata una forte impennata del livello di stress, con un picco a marzo e aprile, fino alla fine della prima ondata - spiega Donatella Flaschi - poi, in estate la diminuzione: per le aperture, e l'illusione che fosse tutto finito. L'ultima rilevazione, a febbraio, mostra che il 62 per cento italiani ha un alto livello di stress: come a marzo».

Dati in linea con quelli forniti da Altsa, l'azienda sanitaria della Regione Liguria: «Nell'ultimo mese - spiega Sonia Salvini, referente dell'Area salute mentale e

dipendenze di Altsa - si rileva che fa uso di cannabis il 15 per cento degli studenti, contro la media europea del 7 per cento. Anche il consumo di sedativi è cresciuto del 5 per cento: per dormire, per il rumore. Viene praticato anche il binge drinking, alcol e tabacco, senza sostanziali differenze tra maschi e femmine».

TROPPI PSICOFARMACI, POCHE PSICOLOGI

All'inizio della pandemia, «in Liguria avevamo istituito uno sportello di ascolto telefonico per due mesi - spiega la presidente dell'Ordine degli Psicologi Donatella Flaschi - ma servono interventi strutturali. Nel pubblico è necessario un potenziamento, anche utilizzando i fondi covid. Ma in Liguria, con quei fondi, sono stati assunti a



IL RACCONTO

Prigionieri dello stress

Dopo un anno di Covid boom di alcol e antidepressivi: "Servono più psicologi"



▲ Il ricorso ai farmaci Continua a crescere anche fai da te senza prescrizioni

Genova a tempo determinato appena quattro psicologi. Resta l'idea che sia un lusso: ma in Italia i costi dei problemi mentali rappresentano il 16 per cento della spesa sanitaria, e noi investiamo appena il 3,2 per cento. La pandemia ci deve far riflettere su questo».

SCIENZA DELLA PREVENZIONE

Da due anni Altsa coordina il progetto europeo dedicato alla prevenzione di consumo di sostanze Asap Training, che coinvolge il partner di 9 Paesi europei.

«Quello che funziona è fare informazione quando i bambini sono molto piccoli - spiega Sonia Salvini - per aiutarli a sviluppare il senso di sé, un rapporto positivo con i pari e genitori. È molto importante il contesto



Sos
Il ricorso allo psicologo diventa una esigenza che riguarda sempre più persone anche tra le fasce giovanili. A destra Giorgio Schiappacasse, ora consulente del Comune di Genova

ambientale, Genova ha dimostrato che quando si punta sulla riqualificazione si ottengono risultati positivi».

Con il lockdown, i progetti di prevenzione sono stati rimodulati online. Uno su tutti, *Unplugged*, che coinvolge duemila studenti delle Superiori: «Si basa sul modello dell'influenza sociale - spiega Salvini - puntando sulla salute e il benessere dei ragazzi».

ASTINENZA DA RELAZIONI
Le ricadute in chi abusa di alcol, calcola Giorgio Schiappacasse, sono aumentate del 20,30 per cento.

«I gruppi di auto mutuo aiuto stanno faticosamente resistendo, organizzandosi via *WhatsApp* o via *zoom* - spiega Schiappacasse - ma non è facile. A Genova ci sono una trentina di gruppi che fanno capo alla metodologia dei dodici passi, e poi ventinque dei club degli alcolisti in trattamento, altri dodici di *Gentori insieme*. Sono realtà importanti, gratuite. Il problema è che manca incontrarsi dal vivo: siamo tutti in astinenza da relazioni, sane e costruttive. E non si possono certo sostituire con un farmaco. Tra i giovani, poi, sta emergendo la sindrome Hikikomori, il ritiro da tutto: sostituisce i rapporti reali con il virtuale. Che rimbalzo avremo rispetto a questo? L'onda lunga degli effetti della pandemia arriverà dopo. E dovremo impararci tutti a contenerla, con servizi territoriali adeguati».

3. continua

La scheda
Malattie che avanzano
occorrono rimedi

1 **Lo stressometro**
È così che si chiama la rilevazione effettuata dal Centro studi del Consiglio nazionale dell'Ordine degli psicologi. L'ultima rilevazione mostra che a febbraio il 62 per cento delle persone manifesta un alto livello di stress

2 **Le dipendenze**
Nell'ultimo mese rileva Aisa, l'Agenzia sanitaria di Regione Liguria, che fa uso di cannabis il 15 per cento di studenti, contro la media europea del 7 per cento. Il consumo di sedativi è cresciuto del 5%

3 **Pochi psicologi**
In Liguria con i fondi Covid sono stati assunti a Genova a tempo determinato appena quattro psicologi. Secondo gli esperti serve un salto di qualità sotto questo profilo per gestire i danni della pandemia



4 **La prevenzione**
Secondo gli psicologi una cosa molto utile è fare prevenzione sin dai più piccoli che formano la loro personalità, per renderli meno vulnerabili da adolescenti e adulti

5 **L'isolamento**
Per molti giovani diventa insopportabile la cosiddetta astinenza da relazioni, che li porta a deprimersi e rifugiarsi nell'alcol, nella droga o appunto anche negli psicofarmaci

6 **L'aiuto virtuale non basta più**
I gruppi di auto aiuto si sono sviluppati online, sulle varie piattaforme, ma con il perdurare della pandemia e delle restrizioni spesso non riescono più a sopprimerne gli incontri in presenza

Il commento

Ma il virus ha solo aggravato una tendenza

di Luca Borzani

È stato ed è l'alcol la compagna delle fragilità esistenziali e delle solitudini in questo lunghissimo anno di emergenza sanitaria. Il lato oscuro di un consumo di alcolici che è lievitato esponenzialmente e tocca incrementi fino al 250 per cento negli acquisti online e di home delivery. La Società Italiana di Alcolologia dice che da febbraio a giugno 2020 si contano un 20 per cento di ricadute nella dipendenza e un 15 per cento di nuovi alcolisti. Prevalentemente nelle fasce più a rischio, gli adolescenti e gli over 65. Conseguenza di terapie entrate in crisi con il distanziamento fisico, di servizi affaticati da una costante crescita della domanda e ridotti centralini per lo più, perennemente occupati. Non è però solo questo. Si scontano le onde lunghe di stili di vita e di forme di socialità, a partire da quella giovanile della cattiva movida, che coincidono da tempo con l'uso e l'abuso di alcol.

Sono 9 milioni gli italiani sui confini della patologia, di cui 1 milione minori. Circa 2 milioni sono binge drinkers, cioè bevono per ubriacarsi. Più di 3 milioni sono segnati da disturbi alcol correlati. Talvolta molto gravi. Perché di alcol si continua a morire. I decessi annui sono circa 17 mila. E l'alcol rappresenta la prima causa di morte per gli under 25. Sono dati che corrispondono, percentualmente, anche alla Liguria. Ma gli allarmi, a partire da quelli lanciati con frequenza dal Centro alcologico As3 e sempre ripresi da *Repubblica*, sono poco o nulla ascoltati. Prevale la logica del sostegno al consumo, dei numeri del Pil. Dimenticando che i soli costi sanitari collegati all'alcol corrispondono in Italia a 11 miliardi di euro. All'incirca l'1,5 del Pil. L'abuso di alcol rimanda poi quella dimensione di polidipendenza che ha fatto ulteriori passi avanti in questi mesi allineandosi con i mutamenti del mercato della droga. Anch'esso cresciuto nonostante le strette del lockdown. Trasformato nella domanda e nelle modalità dell'offerta. Si è ridotto parzialmente l'uso della cocaina, di cui Genova è uno dei grandi hub nazionali, ed è aumentato quello delle sostanze psicoattive in continua evoluzione e acquistabili sul web. La tossicodipendenza 2.0. A cui si accede non solo dal dark

web ma dai software più diffusi. La velocità di produzione di nuovi prodotti è sempre più elevata. Ne sono stati intercettati 400 dal 2016 e circa 33 da maggio a ottobre 2020. In libera vendita online per mesi prima che vengano individuati e dichiarate illegali. La pandemia ha consolidato un e-commerce che si sovrappone e rende progressivamente obsolete le piazze dello spaccio. Le dosi arrivano per posta, per corriere o dal circuito just eat. Funzionano i call center. La competizione tra spacciatori nel fornire un servizio personalizzato. Si amplia l'uso della cannabis trattata, segnano una flessione le sostanze da "party drugs", si mantiene la riserva indiana dell'eroina. Nell'insieme oltre 6 milioni di persone. Un italiano su dieci. Raddoppiati nei numeri dal 2015 tra gli adulti e

una socialità modellata sull'essere altro da sé. La scelta di legalizzazione delle droghe leggere, recentemente deliberata con referendum da molti stati americani, per quanto controversa e non risolutiva è stata messa in cantina. Né i temi più generali della prevenzione, dell'educazione, dei servizi di strada sono riusciti a consolidarsi in un sistema efficiente e coordinato, a uscire da iniziative spot incapaci di sedimentare. Quasi il famoso secchiello e il mare. Ed è ciò che in qualche modo rinvia anche alle dipendenze da psicofarmaci. Quell'automatismo per cui per cui per ogni problema deve esserci una immediata soluzione tecnica, un farmaco o una sostanza. Ed è in questo meccanismo il cuore della dipendenza. Il tentativo di



▲ Ostaggi dell'alcol
I dati sul consumo anche giovanile sono purtroppo allarmanti già da prima che esplodesse la pandemia da Covid 19

annullare il malessere, al di là delle sue cause e dell'effettiva possibilità di controllarlo da soli. La pandemia ha ulteriormente ampliato il numero di chi utilizza antidepressivi e ansiolitici. Più 4 per cento nei primi sei mesi del 2020. Oggi ci sono in Italia 12 milioni di persone, di cui 70 mila minorenni, che utilizzano psicofarmaci. Erano 100 mila nel 1970. La depressione colpisce circa 5 milioni di persone. E innesca un legame con il farmaco che diventa, appunto, per molti patologico. La Liguria è la regione dove si consumano più ansiolitici a livello nazionale ed è al secondo posto per quanto riguarda gli antidepressivi. Non sempre l'uso corrisponde a prescrizione medica. Abbonda il fai da te con vecchie ricette, passaggi famigliari, acquisti online. Come accade nella maggioranza dei contesti di dipendenza il legale e il illegale sono separati da labilissimi confini. Così come è una fatica del vivere, spesso al di là delle condizioni economiche, che le accomuna. Sono altri effetti dell'epidemia e destinati a prolungarsi negli anni che verranno. Soglie da cui sarà difficile tornare indietro. Soprattutto rimanendo all'interno di paradigmi culturali e sociali che sono essi stessi produttori delle dipendenze, delle ansie, delle frustrazioni. Di una emergenza non affrontata e socialmente rimossa. Che l'irruzione del virus ci ha rimesso, aggravata, sotto gli occhi.

annullare il malessere, al di là delle sue cause e dell'effettiva possibilità di controllarlo da soli. La pandemia ha ulteriormente ampliato il numero di chi utilizza antidepressivi e ansiolitici. Più 4 per cento nei primi sei mesi del 2020. Oggi ci sono in Italia 12 milioni di persone, di cui 70 mila minorenni, che utilizzano psicofarmaci. Erano 100 mila nel 1970. La depressione colpisce circa 5 milioni di persone. E innesca un legame con il farmaco che diventa, appunto, per molti patologico. La Liguria è la regione dove si consumano più ansiolitici a livello nazionale ed è al secondo posto per quanto riguarda gli antidepressivi. Non sempre l'uso corrisponde a prescrizione medica. Abbonda il fai da te con vecchie ricette, passaggi famigliari, acquisti online. Come accade nella maggioranza dei contesti di dipendenza il legale e il illegale sono separati da labilissimi confini. Così come è una fatica del vivere, spesso al di là delle condizioni economiche, che le accomuna. Sono altri effetti dell'epidemia e destinati a prolungarsi negli anni che verranno. Soglie da cui sarà difficile tornare indietro. Soprattutto rimanendo all'interno di paradigmi culturali e sociali che sono essi stessi produttori delle dipendenze, delle ansie, delle frustrazioni. Di una emergenza non affrontata e socialmente rimossa. Che l'irruzione del virus ci ha rimesso, aggravata, sotto gli occhi.

3. continua