



La salute in testa

Cinzia Modafferi
Mara Donatella Fiaschi

LA SALUTE IN TESTA

Il benessere psicologico: una priorità e un diritto



La presente ricerca, volta a conoscere il benessere della popolazione ligure, nasce per volere dell'Ordine delle Psicologhe e degli Psicologi della Liguria, nell'ambito dell'evento dedicato alla Giornata Nazionale della Psicologia nell'anno 2020.

Si ringraziano per il contributo nella raccolta dati le colleghe ed i colleghi che hanno partecipato alla Giornata Nazionale della Psicologia organizzata dall'Ordine delle Psicologhe e degli Psicologi della Liguria. Ringraziamo, inoltre, tutti coloro che hanno diffuso il link di compilazione al questionario.

La compilazione dei questionari è iniziata nel mese di ottobre e si è conclusa nel mese di novembre del 2020.

I dati sono stati trattati in maniera aggregata ed elaborati dallo Spin-off universitario "VIE - Valorizzazione Innovazione Empowerment srl". Presentiamo qui i risultati più rilevanti emersi dalle risposte ai questionari.

Introduzione

La presente ricerca nasce e prosegue un filone di ricerche condotte dall'Ordine delle Psicologhe e degli Psicologi della Liguria per cercare di studiare il fabbisogno psicologico dei cittadini liguri e del ruolo della Psicologia. È possibile, per maggiori informazioni, fare riferimento a due pubblicazioni dell'Ordine dal titolo "La salute nella popolazione Ligure: il ruolo dello Psicologo nella promozione del benessere" ed "E tu, come stai?". Nella prima pubblicazione, basata su ricerche di archivio, si evidenzia come i cittadini liguri siano in difficoltà rispetto ad alcuni aspetti legati alla salute mentale (incidenza e prevalenza più alta rispetto alla media italiana per alcolismo e tossicomanie, disturbi dell'umore e di personalità e sindromi nevrotiche e somatoformi). Nella seconda pubblicazione si fa riferimento ad una rilevazione condotta dall'Ordine delle Psicologhe e degli Psicologi della Liguria, nel 2019, su un campione di convenienza maggiorenne, i cui risultati hanno evidenziato come più della metà dei partecipanti si colloca in un'area di rischio rispetto allo sviluppo di sintomi/disturbi depressivi. Lo scopo della presente indagine era raccogliere nuovamente informazioni circa il benessere della popolazione ligure a un anno dalla prima rilevazione e nel pieno dell'emergenza pandemica.

Metodo

Strumenti

La batteria di questionari è stata implementata su Limesurvey, una piattaforma online per la raccolta dati, ed il link è stato diffuso durante la Giornata Nazionale della Psicologia e attraverso i canali social e il sito dell'Ordine delle Psicologhe e degli Psicologi della Liguria.

La batteria di questionari comprendeva:

- La *Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale* (WEMWBS; Tennant *et al.*, 2007; validazione italiana di Gremigni e Stewart-Brown, 2011). La WEMWBS è una scala self-report che misura il benessere psicologico inteso come un insieme di aspetti affettivi, cognitivi e di funzionamento psicologico ottimale.
- La forma breve *Psychological General Well-Being Index* (PGWB-S; Dupuy, 1984; validazione italiana di Testa *et al.*, 2016). Il PGWB è un questionario self-report che misura la qualità della vita rispetto a sei dimensioni del benessere relative all'ansia, la vitalità, l'umore depresso, l'autocontrollo, il benessere positivo e la salute in generale.
- Il *Post-Traumatic Stress Disorder Related to COVID-19 Questionnaire* (COVID-19-PTSD; Forte *et al.*, 2020). Il COVID-19-PTSD è un questionario self-report che misura i sintomi specifici riguardanti il rischio di sviluppare il Disturbo Post Traumatico da Stress (PTSD) nell'attuale emergenza pandemica.

Inoltre, sono state raccolte una serie di variabili sociodemografiche (età, genere, professione, titolo di studio, provincia di residenza, il vivere o meno da soli e l'andare o meno da uno psicologo in caso di necessità) e sono state poste alcune domande relative al ruolo dello psicologo nell'emergenza pandemica ricalcando uno studio condotto nel lockdown dall'Istituto Piepoli per conto del Consiglio Nazionale dell'Ordine degli Psicologi (2020).

Partecipanti

Hanno partecipato alla seconda rilevazione 971 liguri (89.5% di genere femminile), di un'età compresa tra i 18 e gli 86 anni ($M = 49.88$, $SD = 15.01$). Il livello di scolarizzazione è compreso tra gli 8 anni (licenza media) e i 21 (PhD, master, scuola di specializzazione) ($M = 15.7$, $SD = 3.65$).

I partecipanti sono stati reclutati dalla popolazione generale utilizzando un campionamento di convenienza e non hanno ricevuto nessun compenso o incentivo in cambio della partecipazione allo studio.

La maggior parte dei partecipanti è risultata essere dipendente o libero professionista (61.48%) e residente in provincia di Genova (64.38%). La maggior parte dei partecipanti ha dichiarato di non vivere da solo (80.28%) e che, in caso di bisogno, si recherebbe da una/o psicologa/o (91.09%, Tabella 1).

Tabella 1 - Descrizione dei partecipanti

		Frequenza	Percentuale
Provincia di residenza	Genova	618	64.38
	Imperia	88	9.17
	La Spezia	108	11.25
	Savona	146	15.20
	Totale	960	
Professione	Dipendente/ Libero professionista	581	61.48
	Disoccupato/ In cerca di occupazione	51	5.40
	Pensionato	194	20.53
	Studente	41	4.34
	Altro	78	8.25
	Totale	945	
Vive da solo?	Sì	185	19.72
	No	753	80.28
	Totale	938	
	Sì	879	91.09

Si recherebbe da uno psicologo se ne avesse bisogno?	No	86	8.91
	Totale	965	

Risultati

Benessere

Le analisi hanno evidenziato come, rispetto alla WEMWBS, il 42.33% dei partecipanti si colloca in una fascia di punteggio che indica il possibile sviluppo di sintomi/disturbi depressivi e il 25.58% presenta un punteggio di rischio borderline per lo sviluppo di sintomi/disturbi depressivi. Inoltre, come ci si poteva attendere, alti punteggi di benessere percepito correlano negativamente con ansia, umore depresso e preoccupazione rispetto al proprio stato di salute fisica e correlano positivamente con le scale di benessere, self-control e vitalità (Tabella 2).

Tabella 2 - Matrice di correlazione, *** = $p < .001$, $r < .10$ effetto trascurabile, $.10 < r < .30$ effetto debole, $.30 < r < .50$ effetto moderato, $r > .50$ effetto grande

	WEMWBS
PGWB-S Ansia	-.64***
Umore depresso	-.58***
Benessere	.59***
Self control	.70***
Preoccupazione per la propria salute	-.36***
Vitalità	.56***

Disturbo Post Traumatico da Stress

Per quanto riguarda il questionario COVID-19-PTSD, solo 805 partecipanti hanno completato il questionario. Di questi, il 27.5% presentano un punteggio al di sopra del cut-off indicativo di possibile PTSD.

Lo Psicologia: quale ruolo?

Il 43% dei partecipanti si rivolgerebbe, in caso di bisogno, ad una/o psicologa/o e il 48% lo farebbe o lo ha già fatto in passato (Figura 1).

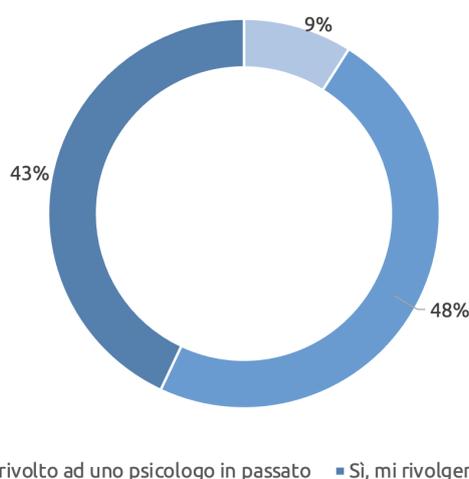


Figura 1 - Se ritenesse di averne bisogno si rivolgerebbe o si è mai rivolto ad una psicologa/o?

Il 36% dei partecipanti ritiene di avere o che i suoi familiari abbiano, rispetto a prima dell'emergenza, più bisogno di un supporto psicologico (Figura 2).

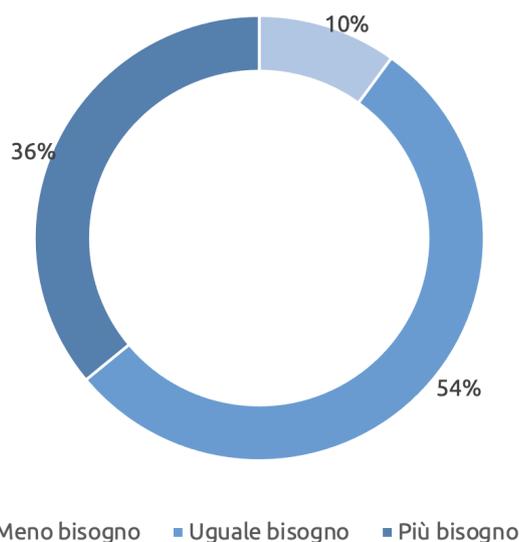


Figura 2 - Rispetto a prima dell'emergenza, lei o qualcuno della sua famiglia pensa di avere più, meno o uguale bisogno di un supporto da parte di una/o psicologa/o?

Il 70% dei partecipanti ritiene che la figura della/o psicologa/o potrebbe aiutare a gestire questo periodo (ricordiamo che i dati sono stati raccolti tra la prima e la seconda ondata pandemica) e il 25% dei partecipanti ritiene che possa essere abbastanza di aiuto (Figura 3).



Figura 3 - Secondo lei, quanto il ricorso alla figura dello psicologo potrebbe aiutare gli individui a gestire questo periodo?

Il 46% dei partecipanti dichiara che avremo molto bisogno di un supporto psicologico individuale per tornare alla normalità e il 37% che ne avremo abbastanza bisogno, con una percentuale totale dell'83%: durante il lockdown il 68% degli italiani aveva risposto molto e abbastanza (Istituto Piepoli, 2020). Immaginando il bisogno di un supporto psicologico a livello collettivo la percentuale aumenta, il 60% dei partecipanti dichiarano che ce ne sarà molto bisogno e il 31% dichiara che ce ne sarà abbastanza bisogno (Figura 4), durante il lockdown il 62% degli italiani aveva risposto molto e abbastanza (Istituto Piepoli, 2020).

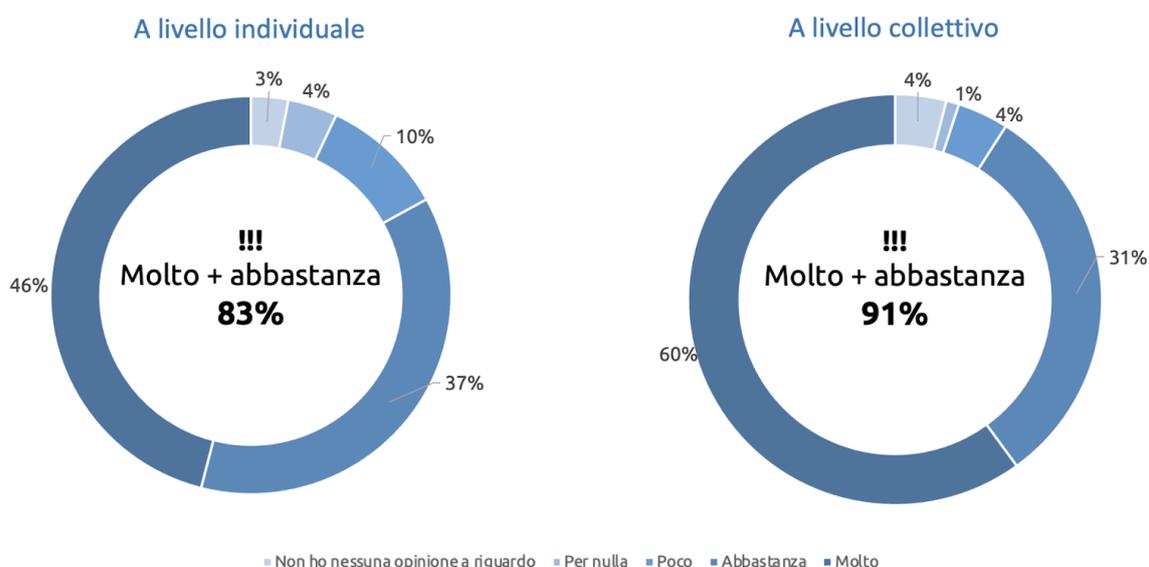
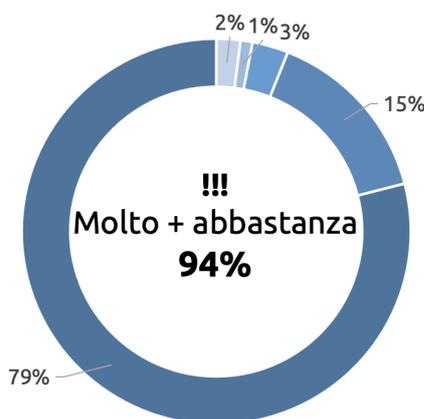


Figura 4 - Secondo lei, in che misura avremo bisogno di un supporto psicologico per tornare alla normalità?

Infine, il 94% dei partecipanti (sommando la risposta molto e abbastanza) ritiene importante che in questa fase l'assistenza psicologica possa essere assicurata dal sistema pubblico (Figura 5), durante il lockdown l'80% degli italiani aveva risposto molto e abbastanza (Istituto Piepoli, 2020). Tra gli ambiti proposti tutti sono risultati selezionati almeno dall'89% dei partecipanti, i più selezionati sono stati gli ospedali, i servizi sociali, le strutture per anziani e l'assistenza domiciliare (Figura 6).



■ Non ho nessuna opinione a riguardo ■ Per nulla ■ Poco ■ Abbastanza ■ Molto

Figura 5 - In questa fase quanto è importante, secondo lei, che l'assistenza psicologica venga assicurata dal sistema pubblico?

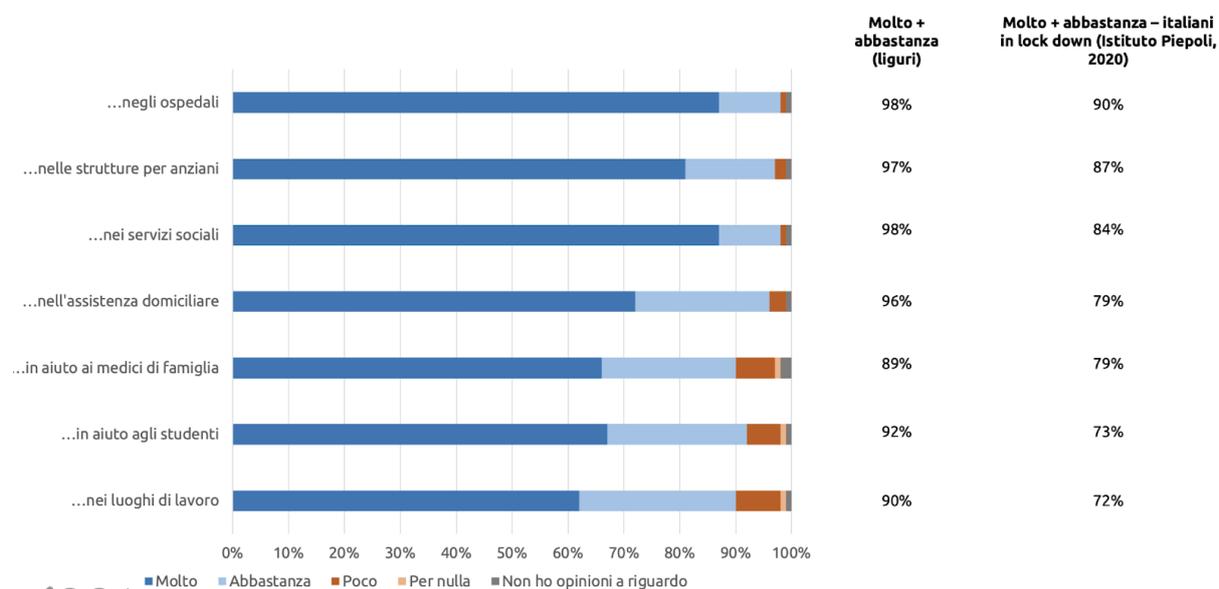


Figura 6 - Quanto è importante secondo lei che gli psicologi vengano attivati...

Conclusioni

Sarebbe auspicabile, in futuro, poter condurre uno studio con un campionamento probabilistico che permetta di poter generalizzare i risultati ottenuti all'intera popolazione ligure.

Osservando i risultati della presente rilevazione e tenendo conto delle ricerche di archivio e della rilevazione precedente sembrerebbe confermarsi il trend di malessere psicologico che caratterizza la nostra regione. I dati, inoltre, fotografano un momento storico particolare poiché si collocano tra la prima e la seconda ondata pandemica, a seguito della seconda ondata sappiamo che, a livello nazionale, il malessere è peggiorato (sulla base dei dati dello stressometro settimanale dell'Istituto Piepoli per il CNOP), ma non abbiamo informazioni di carattere regionale.

È interessante rilevare come i partecipanti ritengano la professione psicologica fondamentale in questo momento storico per poter fronteggiare le conseguenze psicologiche legate all'emergenza pandemica. Con gran vigore viene evidenziato dai partecipanti l'importanza che l'assistenza psicologica sia erogata dal Sistema Sanitario Nazionale (SSN), assistenza che dovrebbe essere garantita anche sulla base dei nuovi Livelli Essenziali di Assistenza (LEA, DPCM 12 gennaio 2017). Tuttavia, il dato si scontra con la carenza di risorse del Sistema Sanitario Ligure, che mette a disposizione un solo psicologo ogni 10.000 abitanti. Ben al di sotto del fabbisogno evidenziato dallo studio effettuato dal CREA (Consorzio per la Ricerca Economica Applicata in Sanità, 2019) che, secondo i parametri di efficacia definiti a livello nazionale e internazionale, evidenzia la necessità di 1 psicologo ogni 1500 abitanti.

Bibliografia

CREA Sanità - Consorzio per la Ricerca Economica Applicata in Sanità (2019) - L'Assistenza Psicologica, scenari e prospettive alla luce dei bisogni della popolazione italiana e dei nuovi LEA.

Dupuy H.J. (1984). The Psychological General Well-Being (PGWB) index. In N.K. Wenger, M.E. Mattson, C. D. Furberg, J. Elinson (Eds.), *Assessment of quality of life in clinical trials of cardiovascular therapies* (pp. 170-183). New York: LeJacq Publishing.

Forte, G., Favieri, F., Tambelli, R., & Casagrande, M. (2020). COVID-19 pandemic in the Italian population: validation of a post-traumatic stress disorder questionnaire and prevalence of PTSD symptomatology. *International journal of environmental research and public health*, 17(11), 4151. DOI:[10.3390/ijerph17114151](https://doi.org/10.3390/ijerph17114151)

Gremigni P. & Stewart-Brown S.L. (2011). Measuring mental well-being: Italian validation of the Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale (WEMWBS). *Giornale italiano di psicologia*, 2: 485-508. DOI: [10.1421/35174](https://doi.org/10.1421/35174)

Istituto Piepoli per CNOP, 8 aprile 2020

Tennant R., Hiller L., Fishwick R., Platt S., Joseph S., Weich S., Parkinson J., Secker J., & Stewart-Brown S. (2007). The Warwick-Edinburgh mental well-being scale (WEMWBS): development and UK validation. *Health and Quality of life Outcomes*, 5(1): 63. DOI: [10.1186/1477-7525-5-63](https://doi.org/10.1186/1477-7525-5-63)



Testa, S., Civilotti, C., Di Fini, G., Rossetto, C., Boncinelli, V., & Veglia, F. (2016).
Development of two equivalent short forms of the Psychological General Well-Being
Index: PGWBI-A and PGWBI-B. *TPM*, 23(2), 149-166. DOI: 10.4473/TPM23.2.2