

*Ordine degli Psicologi
della Liguria*

AL VICEPRESIDENTE DELLA REGIONE LIGURIA,
ASSESSORE ALLA SANITÀ, POLITICHE SOCIALI E SICUREZZA
DOTT.SSA S. VIALE

Prot. 541/2020/s

Gentilissima Assessore dott.ssa Sonia Viale,

facendo seguito alla piacevole conversazione avvenuta in data 29 maggio u.s., abbiamo cercato di rispondere ad alcuni dei punti che sono stati affrontati e che riguardano i possibili interventi psicologici che potrebbero essere messi in campo a tutela della salute psicologica delle cittadine e dei cittadini della nostra Regione.

Alleghiamo a tal fine una proposta che pensiamo possa rappresentare un punto di partenza per rispondere a temi importanti per il nostro territorio.

Restiamo a disposizione per qualsiasi chiarimento e/o approfondimento.

La ringraziamo per la preziosa considerazione e cogliamo l'occasione per inviarLe i saluti più cordiali.

La Presidente
Dott.ssa Mara Donatella Fiaschi



Genova 9 giugno 2020

Prot. 541/2020/S

Oggetto: Emergenza COVID-19: proposta interventi psicologici

Introduzione

L'emergenza sanitaria in atto investe in modo diretto e potenzialmente critico l'intera popolazione. Accanto all'esigenza di garantire il contenimento della diffusione del contagio, emerge come prioritaria la necessità di rivolgere l'attenzione ai vissuti emotivi e psicologici connessi all'esperienza emergenziale.

Questo Ordine professionale, consapevole della straordinarietà del momento, fin dall'inizio dell'emergenza ha messo in campo le proprie competenze e risorse per contribuire, in modo sinergico con quanto attivato dalle Istituzioni nazionali e locali, a rispondere all'emergenza creata nella popolazione dalla diffusione del Covid-19.

Di concerto con il Consiglio Nazionale dell'Ordine degli Psicologi e in linea con quanto fatto da altri Ordini regionali, ha contribuito alla preparazione e diffusione di materiali informativi per aiutare la popolazione ad affrontare l'impatto emotivo causato dal Covid-19 (campagna informativa #psicologicontrolapaura) e ha inoltre attivato, in collaborazione con le organizzazioni e società scientifiche che si occupano di psicologia dell'emergenza, uno sportello telefonico di ascolto psicologico, che è stato attivo durante i giorni della quarantena. Questo servizio di supporto psicologico di primo livello si è affiancato ai numerosi sportelli telefonici attivati dagli psicologi delle strutture pubbliche che hanno risposto a centinaia di cittadini preoccupati e spaventati in cerca di ascolto e supporto per affrontare intensi e destabilizzanti vissuti emotivi.

In questa seconda fase emergenziale, in cui assistiamo a un allentamento delle misure restrittive e percepiamo un clima di maggiore quiete, vorremmo sottolineare alcuni aspetti che, se affrontati, potrebbero a nostro parere contribuire a tutelare la salute psicologica della popolazione ligure, e in particolare delle sue fasce più fragili.

A fronte dei dati raccolti tramite l'esperienza di ascolto telefonico e alla luce degli interventi attuati nella prima fase di *lockdown*, è plausibile supporre che questa emergenza sanitaria

*Ordine degli Psicologi
della Liguria*

porterà con sé, una volta terminata, profondi strascichi emotivi che, se non rielaborati, potrebbero trasformarsi in forme di malessere e disagio psichico che potrebbero tradursi in costi insostenibili per il sistema sanitario, ma non di meno per quello sociale.

Per queste ragioni, riteniamo sia di fondamentale importanza mettere in campo, nell'immediato e nel prossimo futuro, azioni di supporto psicologico alla popolazione per consentire alle ansie e alle paure individuali e collettive, causate dalla situazione di emergenza, di trovare uno spazio di ascolto e rielaborazione.

Accanto a questo, riteniamo di pari importanza la necessità di un supporto psicologico rivolto agli operatori sanitari e socio-sanitari, che sono stati attraversati da emozioni che nel momento di urgenza non hanno probabilmente potuto elaborare, ma che riemergeranno non appena la fatica di questi giorni finalmente troverà sollievo.

Alla luce di queste considerazioni, e sperando di poter dare un contributo a quanto già messo in campo dall'Amministrazione regionale, abbiamo formulato alcune proposte di intervento che sottoponiamo alla Sua attenzione:

1. Sostegno alle persone che hanno subito un lutto a causa del Covid-19

Le disposizioni conseguenti all'adozione dei protocolli di sicurezza per evitare il diffondersi del contagio, come purtroppo sappiamo, hanno privato i familiari dei pazienti ricoverati per Covid-19 della possibilità di stare accanto e confortare i propri congiunti durante il decorso della malattia. Questa lontananza è stata vissuta in modo ancora più doloroso quando il paziente è deceduto: l'essere stati privati della possibilità di accompagnare il proprio caro negli ultimi momenti di vita, e talora anche del rito del commiato, costituisce una ferita che rimane aperta nel vissuto emotivo personale.

La perdita senza la possibilità di dare un ultimo saluto al proprio congiunto, unita all'impossibilità di una condivisione del proprio vissuto con la comunità allargata attraverso il rito funebre, rende particolarmente straziante l'elaborazione del lutto.

Il faticoso e doloroso percorso affrontato dai familiari durante la malattia e culminato nella perdita del proprio caro, è stato caratterizzato dalla distanza, dal silenzio e dalla solitudine. Queste

*Ordine degli Psicologi
della Liguria*

intense emozioni, se non accolte e rielaborate, potrebbero dare luogo a vissuti di profonda sofferenza e trasformarsi, in alcuni casi, in disturbi psicologici profondi.

Appare quindi di importanza fondamentale predisporre percorsi di accompagnamento psicologico che sostengano il processo di elaborazione del lutto traumatico vissuto dai familiari delle persone decedute per Covid-19. Questi percorsi potrebbero prevedere interventi sia di tipo clinico (laddove la natura del lutto si caratterizzi per particolare traumaticità e quindi lasci presagire la possibilità di evoluzione in un disturbo da lutto complicato) sia di natura comunitaria, per consentire un'elaborazione delle emozioni luttuose all'interno di spazi e momenti condivisi con altre persone che possano rappresentare una preziosa fonte di supporto sociale.

Quest'area di intervento interseca sia l'ambito sanitario sia quello sociale, e potrebbe quindi prevedere il potenziamento di psicologi all'interno del SSR o degli ATS per implementare le prestazioni psicologiche sopra individuate.

L'ipotesi di intervento potrebbe declinarsi sulle seguenti azioni:

- **Eventi collettivi rituali.**

La privazione della possibilità di avvalersi di quei riti di commiato - laici o religiosi che siano - che rappresentano un fondamentale passaggio per l'elaborazione del lutto, e che durante la fase emergenziale sono stati negati, potrebbe configurarsi come elemento particolarmente critico dal punto di vista psicologico.

Il recupero, seppur in differita, di questa ritualità negata potrebbe rappresentare un importante momento di elaborazione collettiva condivisa.

Le comunità locali potrebbero quindi pianificare la realizzazione di un evento che consenta ai cittadini che hanno vissuto, personalmente o indirettamente, la tragedia delle morti per Coronavirus senza poter partecipare al rito funebre, possano affrontare e rielaborare i vissuti traumatici attraverso un rito di commiato collettivo. Questo evento, organizzato dalle comunità locali eventualmente con il supporto consulenziale di uno psicologo in merito agli

*Ordine degli Psicologi
della Liguria*

aspetti emotivi e simbolici implicati, dovrebbe essere progettato nel rispetto delle caratteristiche e delle specificità proprie di ogni territorio, prevedendo il coinvolgimento delle realtà in esso presenti.

- **Interventi di supporto individuale.** L'incertezza e la paura, connesse alla pandemia e ancora oggi inevitabilmente presenti, unite al timore per l'andamento dei contagi, inducono a pensare che i vissuti angoscianti, soprattutto in chi a causa del Covid ha perso una persona cara, possano manifestarsi sotto forma di intensa preoccupazione per chi è rimasto: questo rende quanto mai meritevoli di attenzione e di presa in carico i vissuti di queste persone, già fortemente provate e particolarmente fragili. Al fine di condividere e contenere possibili timori, angosce, sensi di colpa, vissuti di rabbia, si può ipotizzare di predisporre un ventaglio di interventi che va dai colloqui di supporto psicologico alle psicoterapie volte all'elaborazione del lutto all'adozione - nel caso di presenza di Disturbo da stress post traumatico - di modelli teorici più specifici dell'area della psico-traumatologia.
- **Interventi di gruppo.** Questo tipo di interventi, ormai consolidati nell'ambito di applicazione della psicologia dell'emergenza, appare particolarmente indicato in situazioni di vissuti traumatici collettivi, grazie al potenziale terapeutico della condivisione e dell'elaborazione collettiva delle emozioni, in questo caso dei vissuti di lutto. L'intervento di gruppo, condotto da uno psicologo/psicoterapeuta, consente l'elaborazione collettiva di problematiche e di vissuti individuali. La forza del gruppo risiede nella possibilità che esso offre ai partecipanti di superare il senso di solitudine e di impotenza legato al lutto, facendoli sentire come parte di un insieme che ha simili vissuti ed emozioni e che può offrire occasione di confronto e di condivisione.

Nel caso specifico, il gruppo potrebbe essere condotto secondo le tecniche della psico-traumatologia o secondo tecniche più tradizionali. In entrambi i casi, la metodologia del lavoro psicologico in gruppo utilizza il fattore terapeutico della condivisione e dell'elaborazione collettiva attraverso il supporto del professionista.

Gli interventi in gruppo a parenti di persone decedute per Covid-19 potrebbero declinarsi come psicoterapie familiari e/o come psicoterapie di gruppo (dove il gruppo verrebbe costituito da parenti di persone decedute per Covid-19).

2. Supporto al personale sanitario e socio-sanitario

L'impatto psicologico del COVID-19 per i medici, gli infermieri, gli operatori socio-sanitari e tutto il personale interessato alla gestione dell'emergenza, è stato rilevante. Il personale sanitario ha affrontato nel corso della fase 1 situazioni di inusuale e intenso stress lavorativo, con vissuti di angoscia e impotenza che, se non elaborati, potrebbero a lungo termine mettere a rischio di sviluppo di disturbi emotivi sotto forma di ansia, depressione, burnout, disturbi da stress posttraumatico.

Al supporto a distanza telefonico reso disponibile a partire dalla prima fase, potrebbe essere affiancato un supporto individuale o di gruppo che potrà essere graduato a seconda delle necessità e del grado di sofferenza e burnout che possono compromettere il benessere dell'operatore. L'intervento a supporto dei sanitari dovrebbe essere preceduto da un'indagine sui vissuti emotivi e sui bisogni da essi percepiti, realizzata attraverso questionari o interviste semi-strutturate che coinvolgano sia i responsabili delle strutture interessate sia gli stessi operatori.

A questa fase di analisi, e in relazione a quanto emerso, potrebbe seguire l'attivazione di percorsi di supporto psicologico o psicoterapia individuale e/o di gruppo.

Per questo tipo di azioni potrebbe essere utile fare riferimento alle linee guida emanate da INAIL e Consiglio Nazionale degli Psicologi relative alla "Gestione dello Stress e Prevenzione del Burnout negli operatori sanitari nell'emergenza Covid-19"

(https://www.inail.it/cs/internet/docs/alg-pubbl-gestione-stress-operatori-sanitari-covid-19_6443145764145.pdf)

*Ordine degli Psicologi
della Liguria*

Accanto a questo, si possono ipotizzare momenti di formazione specifica nel settore dell'emergenza. Una preparazione specifica in questo ambito può caratterizzare in modo efficace la capacità di intervenire in scenari non consueti condividendo procedure comuni e di gestire le intense emozioni legate a questi scenari.

L'intervento di formazione a supporto dei sanitari dovrebbe essere preceduto da un'indagine sui bisogni da essi percepiti, realizzata attraverso questionari o interviste semi-strutturate.

3. Creazione di Equipe Psico-sociali per l'Emergenza (EPE)

Nella convinzione che la peculiare situazione che stiamo attraversando richieda una specifica attenzione ai problemi di ordine psicologico che possono manifestarsi, anche a lungo termine, nelle popolazioni colpite e nei loro soccorritori, auspichiamo che possa essere avviato un coordinamento degli interventi psicologici, così come avviene in altre Regioni dove sono presenti Reti regionali dei Servizi di Psicologia, per mettere in sinergia le numerose iniziative che sono state attivate nel territorio ligure.

L'esperienza fatta in questi mesi ha infatti rafforzato la nostra convinzione che una situazione complessa come quella che stiamo attraversando richieda risposte che prevedono l'integrazione tra le diverse risorse presenti sul territorio. E' per questo che, in una lettera indirizzata da questo Ordine a Lei e al dott. Giampedrone, si auspicava che potesse essere applicato il Dir.P.C.M. del 13 giugno 2006 "Criteri di massima sugli interventi psico-sociali nelle catastrofi", che avrebbe consentito l'attivazione di una équipe psicosociale di emergenza (EPE), così come previsto al punto 1b): *"La regione, attraverso la propria organizzazione, individua, di norma, tra il personale dei servizi dipendenti i componenti dell'équipe. Il personale selezionato, che può essere integrato con ulteriori risorse identificate nell'ambito di associazioni di volontariato, enti locali, ordini professionali ecc., dovrà essere adeguatamente formato sui compiti da svolgere in situazioni di catastrofe collettiva ed addestrato tramite specifiche esercitazioni"*.

La costituzione di équipe per il supporto psico-sociale alla popolazione colpita da calamità – e quindi l'attivazione di un gruppo operativo di psicologi per ogni Azienda Sanitaria ligure inquadrato all'interno dell'organizzazione sanitaria delle emergenze - riteniamo

*Ordine degli Psicologi
della Liguria*

potrebbe configurarsi come utile dispositivo da mettere in campo nei periodi di emergenza sanitaria.

La procedura prevede che la Regione identifichi e nomini un Referente regionale cui spettano i seguenti compiti:

- implementare in tutte le AA.SS. la costituzione di un nucleo operativo per l'emergenza;
- coordinare la stesura e il modello del piano di interventi dei nuclei operativi aziendali;
- definire le attività che il nucleo operativo deve svolgere in emergenza;
- attivare i nuclei operativi nel momento in cui si presenta l'emergenza.

Il Referente regionale viene inserito nell'Unità di Crisi Regionale, in modo che gli interventi psicologici siano integrati all'interno della pianificazione sanitaria nel suo complesso. Questa figura può inoltre svolgere un ruolo propositivo rispetto al tema della comunicazione, ambito cui dedicare la massima attenzione nei momenti di crisi emergenziale.

Così come avviene in altre Regioni, il lavoro della équipe psicosociale dell'emergenza dovrebbe essere rafforzato dalla costituzione di una **Rete di Psicologia regionale**, formata dai Direttori delle Strutture di Psicologia delle Aziende Sanitarie, ove presenti, e/o da referenti individuati dalla Direzione Aziendale dove operano. La complessità delle prestazioni e la molteplicità delle aree in cui opera lo psicologo richiedono assetti organizzativi definiti, che possano consentire di evitare la frammentazione e la sovrapposizione degli interventi. Diventa infatti fondamentale sviluppare sul territorio, vicino alla realtà di vita dei pazienti, delle loro famiglie e delle comunità locali, a maggior ragione in fasi emergenziali come quella che stiamo vivendo, la possibilità di accedere a servizi psicologici di alta qualità, accessibili, integrati, che siano orientati a promuovere interventi preventivi e terapeutici efficaci e attenti al contenimento della spesa sanitaria.

4. Area della Comunicazione

Appare di particolare importanza, in momenti particolarmente delicati come quello emergenziale, il tema della comunicazione.

Un'appropriatezza attenzione alle modalità comunicative consente di favorire nella popolazione la costruzione di una rappresentazione adeguata della situazione in atto, non ambigua ne' catastrofica o minimizzante, ma realistica e credibile.

In questo senso, la Psicologia applicata alla comunicazione gioca un ruolo strategico nell'ideazione di piani comunicativi, nella creazione di contenuti per i social media e nel design della comunicazione visiva.

In particolare, gli psicologi possono supportare la progettazione e la realizzazione di comunicazioni rivolte alla cittadinanza, andando a individuare le leve motivazionali e i bisogni ai quali rispondere.

Considerato l'impatto che la situazione di emergenza legata al Covid-19 ha avuto, e continua ad avere, sulle persone, sui loro vissuti e sul loro benessere, diventa fondamentale e strategico, per le istituzioni, comunicare efficacemente la propria vicinanza alla cittadinanza, per potenziarne la fiducia e la resilienza e per favorirne la responsabilizzazione in merito ai comportamenti utili ad affrontare efficacemente la fase emergenziale.

Tra gli strumenti comunicativi, potrebbero trovare spazio vademecum informativi su tematiche specifiche, messaggi diffusi nei luoghi di aggregazione sul territorio, presenza sui mass media, contenuti social, campagne comunicative, etc.

Genova, 9 giugno 2020