

Press Review

# The Best of Consulcesi Education



LA STAMPA

Il Sole **24 ORE**

**IL TEMPO**.it  
quotidiano indipendente

**ANSA**.it

il **Fatto**  
Quotidiano

sky **tg24**

**WIRED**

**AGI** AGENZIA  
ITALIA

ADNKRONOS – 29 settembre 2022



## In aumento aggressioni a medici e sanitari, 2022 anno nero



### Consulcesi: "Centinaia di segnalazioni, formazione aiuta a prevenirle"

Continua l'escalation di minacce e aggressioni ai danni di medici e, in generale, del personale sanitario. Oltre ai casi di cronaca, dall'inizio di quest'anno Consulcesi ha registrato centinaia di segnalazioni da parte di operatori sanitari preoccupati per la loro incolumità. Un anno nero. Il team di legali specializzati di Consulcesi offre sostegno ai professionisti che chiedono consulenze e consigli su come intervenire. Nel frattempo, però, Consulcesi continua a investire nella formazione professionale, ritenuta essenziale per intercettare e prevenire il fenomeno delle aggressioni. È stato infatti lanciato il nuovo corso Ecm "Il counselling al servizio della relazione con il paziente" che, oltre ad assegnare ben 46,8 crediti, offre agli operatori sanitari strumenti utili per affrontare anche il problema delle aggressioni verbali e fisiche.

"Stiamo assistendo a un aumento di denunce da Nord a Sud del Paese, che però non ci raccontano tutta la reale portata del problema - afferma Massimo Tortorella, presidente di Consulcesi - Le centinaia di segnalazioni registrate dagli avvocati di Consulcesi nel corso di quest'anno indicano che ci sono moltissimi operatori sanitari che non sanno come affrontare e gestire le minacce e le aggressioni che molto spesso arrivano dai loro pazienti e dalle famiglie".

Particolarmente preoccupante - rileva Consulcesi - la situazione nella sanità pubblica della città metropolitana di Milano, dove da gennaio a maggio 2022 si è registrato un aumento di aggressioni del 41%. Emblematico ma non isolato, il caso dell'Asst Rhodense in testa alla triste classifica milanese con 116 casi di violenza registrati nei primi mesi del 2022 contro i 122 episodi registrati nell'anno precedente, e dove si teme un aumento fino a 278 casi entro la fine del 2022. Situazione simile nei presidi ospedalieri di Asst di Mantova (a esclusione delle Rems) dove se nel 2021 ci sono state 27 segnalazioni di aggressioni, nel primo semestre del 2022 se ne sono registrate già 21.

"Gli atti di violenza a danno degli operatori sanitari costituiscono eventi sentinella che richiedono la messa in atto di opportune iniziative di prevenzione e protezione, non possono essere all'ordine del giorno. Li

abbiamo chiamati 'eroi' durante la pandemia, ora è nostro dovere proteggerli e prenderci cura di loro", aggiunge il presidente di Consulcesi.

Assistenza legale, ma non solo. "Una comunicazione efficace e strategie di counselling oltre a prevenire e gestire situazioni di violenza e aggressività possono migliorare notevolmente diversi aspetti: dalla dilagante sfiducia verso gli operatori sanitari, alle ansie vissute da pazienti e caregivers", commenta Lucilla Ricottini, formatrice specializzata nei campi della comunicazione in sanità e della gestione dei conflitti e responsabile del corso Consulcesi, raccontando che "di recente ho saputo di aver evitato due denunce perché sono riuscita a mantenere la calma di fronte ad una paziente molto arrabbiata. Da allora ho capito l'importanza di rapportarsi correttamente all'altro, ho fatto un grande lavoro su me stessa per migliorare sempre di più sotto questo aspetto e da diverso tempo giro l'Italia per formare i miei colleghi e insegnargli a fare altrettanto".

IL GIORNALE – 21 settembre 2022

# il Giornale.it

**"Una diagnosi precoce può fare la differenza con il morbo di Alzheimer"**



Oggi è la Giornata Mondiale dell'Alzheimer. Solo in Italia i casi sono 630mila, il 20% della popolazione ultra 60enne. L'esperta a ilGiornale.it: "Alcuni comportamenti possono aiutare a prevenire la malattia"

"La prevenzione è fondamentale per contrastare tempestivamente il rischio di Alzheimer". Non ha dubbi la dottoressa Maria Cristina Gori, neurologa e psicoterapeuta, nonché responsabile scientifico del corso "La malattia di Alzheimer. Novità terapeutiche e ultime scoperte scientifiche - Pollicino" firmato da Consulcesi, leader italiano nell'ambito della formazione ECM per i professionisti del settore sanitario. In occasione della Giornata Mondiale dell'Alzheimer, l'esperta ribadisce l'importanza della diagnosi precoce prima che la malattia degeneri al punto da diventare invalidante per il paziente e i suoi familiari: "Da sempre sappiamo quanto le nostre abitudini e i nostri stili di vita influiscono sul rischio di sviluppare malattie - spiega la specialista -. Salvaguardare la nostra riserva cognitiva è possibile, ma si sa e si fa ancora troppo poco. Non dobbiamo dimenticare famiglie e amici che vedono sconvolgersi la vita da una diagnosi di Alzheimer".

Dottoressa Gori, cos'è l'Alzheimer?

"Il morbo di Alzheimer è un disturbo degenerativo che colpisce il sistema nervoso centrale. Nello specifico, si tratta un disturbo neurocognitivo che inibisce, gradualmente, le abilità intellettive di chi ne è affetto fino ad interferire con il normale svolgimento delle attività quotidiane".

Come si manifesta?

"I sintomi associati a questa malattia sono molteplici. In linea generale, l'Alzheimer si manifesta attraverso disturbi della memoria, del linguaggio e dell'orientamento spazio-temporale. Il sintomo più comune è sicuramente la perdita della memoria che può degenerare al punto da portare il paziente a non riconoscere nemmeno più i suoi familiari".

In che modo è possibile distinguere un declino cognitivo, legato quindi all'invecchiamento, dalla malattia di Alzheimer?

"Fare un distinguo è molto importante. Non sempre un disturbo della memoria è necessariamente il campanello d'allarme della malattia di Alzheimer. Le cosiddette 'dimenticanze', i classici 'vuoti di memoria' per intenderci, sono tipici dell'aziano. Chiaramente, vale anche il contrario. Intendo dire che se non si tratta di episodi sporadici, non bisogna sottovalutare alcuni comportamenti".

A che età possono insorgere i sintomi dell'Alzheimer?

"L'età media è dopo i 60 anni. Anche se, dal momento che l'aspettativa di vita si è prolungata, è molto più probabile che i sintomi dell'Alzheimer insorgano in età molto avanzata. In tal caso, si parla di insorgenza tardiva".

Ad oggi, quante persone ne sono affette?

"Il morbo di Alzheimer è la forma più diffusa di disturbo neurocognitivo. In Europa, con tre milioni di casi, rappresenta il 54% di tutte le demenze, interessando solo in Italia circa il 20% della popolazione ultrasessantenne per un totale di oltre 630mila casi".

Esiste una predisposizione genetica?

"A parte alcune forme (rare) che fanno capo a particolari predisposizioni genetiche, generalmente molto dipende dalla nostra riserva cognitiva".

Ovvero?

"Da quanto abbiamo esercitato la nostra attività cognitiva durante l'età adulta, quindi dopo la conclusione del percorso scolastico. Ed è per questo motivo che è fondamentale leggere o, ad esempio, partecipare a una mostra d'arte. La riserva cognitiva è un elemento protettivo per il nostro cervello e rallenta il decadimento cognitivo".

Quali sono i maggiori fattori di rischio?

"Sicuramente avere una vita sana ed equilibrata è fondamentale. Anche se, è bene precisarlo, purtroppo non sono state ancora individuate le cause scatenanti dell'Alzheimer. Non abbiamo ancora risposte certe al riguardo".

Quanto incide l'alimentazione?

"Per certo, gioca un ruolo importante. Ma se nel caso delle vasculopatie cerebrali, come ad esempio l'Aterosclerosi, abbiamo la certezza che il diabete sia un importante fattore di rischio, lo stesso non si può dire per l'Alzheimer. Tuttavia sarebbe meglio limitare gli abusi alimentari, specie quelli legati al consumo di grassi e carboidrati. E, neanche a dirlo, il fumo e l'alcol sono dannosissimi".

Vale lo stesso per l'attività sportiva?

"Sì. Studi recenti hanno dimostrato che l'attività sportiva migliora anche l'ossigenazione del cervello. Quindi è molto importante non avere una vita sedentaria".

Esiste una cura per l'Alzheimer?

"La ricerca ha fatto grandissimi passi avanti in tal senso. Esistono dei farmaci in grado di prolungare il livello di acetilcolina all'interno delle sinapsi cerebrali. L'acetilcolina è un neurotrasmettitore, ovvero una sostanza che ha il compito di propagare l'impulso nervoso tra due neuroni collegati tramite una sinapsi".

E invece, un rimedio pratico per preservare la memoria?

"Fare la settimana enigmistica o leggere libri. Ha presente quando si dice che fare le parole crociate aiuta a mantenere 'il cervello allenato'? Nulla di più vero. È molto importante esercitare e stimolare costantemente le nostre funzioni cognitive. Ma la vera cura è la prevenzione".

Quanto è importante fare prevenzione?

"La prevenzione è fondamentale. Una diagnosi precoce può davvero fare la differenza nella progressione del morbo di Alzheimer".

L'Alzheimer si ripercuote anche sulla vita dei familiari della persona malata. Qual è il suo consiglio?

"Anzitutto è molto importante che i parenti di un paziente affetto da Alzheimer riconoscano di essere in presenza di una persona malata. Un genitore che ha perso la memoria storica, che fa fatica persino a riconoscere i propri figli, è un individuo che ha perso completamente la propria identità. Questo deve essere chiaro. E poi, c'è un'altra cosa: il testamento biologico. Una persona a cui sia stato diagnosticato il morbo di Alzheimer ha tutto il diritto di essere informato e di scegliere per il proprio futuro. Per il resto, suggerisco di vivere alla giornata e di non sprecare un solo momento di vita".

LIBERO QUOTIDIANO – 9 agosto 2022

Quotidiano.it  
**Libero**

## Salute, come evitare il mal di montagna: corso per medici



Anche quest'estate la montagna resta tra le mete turistiche più amate, confermando un trend in ascesa (+43% di presenze italiane e +35% di stranieri rispetto al 2021, secondo le previsioni dell'istituto Demoskopika) che è iniziato negli ultimi anni e ha avuto una brusca accelerazione dopo la pandemia di Covid-19. A caccia di fresco e di natura, sempre più vacanzieri scelgono dunque di salire 'sempre più alto', ma spesso non hanno la preparazione teorico-pratica adatta a vivere le vette in sicurezza, evitando i sintomi del mal di montagna.

"Ascoltare il proprio corpo e sapere quali farmaci eventualmente assumere per contrastare le comuni, ma non trascurabili patologie legate all'altitudine" è la raccomandazione di Daniele Manno, capitano del Corpo militare della Croce rossa italiana, che lasciando il nuovo corso Ecm multimediale 'Montagna: patologie e condizione tipiche in alta quota', aperto a tutti i camici bianchi e realizzato con Consulcesi Club, si unisce al coro di soccorritori e guide alpine che raccomandano più prudenza e formazione per affrontare i monti. L'obiettivo delle lezioni, affidate al paramedico e istruttore di remote e military life support - spiegano da Consulcesi - è quello di "aggiornare e formare i professionisti della salute per prevenire gli innumerevoli e comuni malesseri legati all'altitudine, e promuovere una maggiore consapevolezza attorno a quello che succede al nostro organismo quando è esposto a condizioni più o meno avverse ed estreme come possono essere quelle dell'ambiente montano".

"L'altitudine può portare a una serie di malesseri dall'intensità variabile a seconda anche della predisposizione del singolo, che possono andare dal noto mal di montagna all'iperventilazione, alla dispnea, fino alle apnee notturne, al respiro periodico e all'alterazione del sonno", elenca Manno. "La risposta fisiologica - precisa - varia a seconda di diversi fattori. Per esempio, se generalmente si iniziano ad accusare i sintomi del cosiddetto mal di montagna a partire dai 2.000 metri, è possibile che i soggetti cardiopatici ne soffrano già dai 1.000 metri, con nausea e altri disturbi gastrointestinali. E' fondamentale allora mettere più persone possibili nella condizione di riconoscere il disturbo e agire per una rapida e sicura ripresa".

Nel corso, l'esperto della Cri affronta anche i fattori all'origine dei disturbi legati all'alta quota e i comportamenti volti a prevenirne la comparsa (dall'importanza dell'acclimatazione al ruolo della disidratazione, fino al coinvolgimento del sistema endocrino e all'adattamento ormonale), nonché l'utilizzo di farmaci per contrastare i diversi malesseri.

Il corso di formazione a distanza - evidenzia una nota Consulcesi - si inserisce nell'ampio catalogo del provider leader nella formazione Ecm, tra cui i professionisti della salute possono scegliere per conseguire i crediti formativi obbligatori entro la fine di dicembre 2022.

# IL FOGLIO

## I divorzi tornano a crescere, corso ai sanitari per supporto alle famiglie

Se la rottura tra Francesco Totti e Ilary Blasi suona come la più eclatante, il sogno infranto dell'estate 2022, in Italia i divorzi non si sono mai fermati e anzi, dopo una lieve frenata 'per pandemia' tornano a crescere "vorticosamente, generando allarme e preoccupazione tra medici e professionisti sanitari che chiedono più formazione per poter supportare i propri pazienti nell'affrontare le pesanti ripercussioni psicologiche che spesso ne conseguono". A rilevarlo sono proprio i camici bianchi interpellati da Consulcesi Club, in un'indagine condotta per identificare gli argomenti sui quali c'è più 'fame' di informazione e aggiornamento, anche in vista della scadenza del termine per l'acquisizione dei crediti formativi Ecm obbligatori per il triennio 2020-2022. Da qui l'idea di "un nuovo corso per migliorare l'approccio medico ai nuovi sistemi familiari e limitare gli effetti dei social media sui figli".

Gli ultimi dati Istat relativi al 2021 - ricorda Consulcesi - parlano di oltre un terzo di separazioni e divorzi in più rispetto al 2020, con i casi che arrivano nei tribunali cresciuti del 49,3% rispetto allo stesso periodo dell'anno precedente. "Se fino un paio di decenni fa le coppie divorziate o separate soffrivano di uno stigma sociale, oggi fortunatamente non è più così e il divorzio, per quanto rappresenti il fallimento del progetto coniugale, non coincide con il fallimento della persona e pertanto viene raccontato e socializzato", afferma Stefano Lagona, psicologo specializzato in psicoterapia della coppia, che ha accolto la richiesta di aggiornamento arrivata dai professionisti intervistati da Consulcesi, realizzando con il provider il corso 'Famiglia: il ruolo dell'educazione e le conseguenze psicologiche del divorzio'. Con un focus anche sul ruolo dei social, che "chiedendoci di veicolare emozioni e pensieri con immediatezza - avverte l'esperto - impediscono l'elaborazione necessaria per accettare e superare l'evento".

Lo psicologo ricorda che una separazione passa necessariamente per sei momenti di rottura: dal 'divorzio emozionale', rappresentato dallo scioglimento del progetto di vita comune costruito fino ad allora, che porta un profondo senso di dolore e angoscia, fino al 'divorzio comunitario', ossia l'abbandono dell'abitazione comune o l'allontanamento da amici e rispettive famiglie, dal quale può emergere un profondo senso di solitudine.

"In questo processo di metabolizzazione della separazione e del successivo divorzio - evidenzia Lagona - il tempo è fondamentale e assolutamente soggettivo. Questo può non coincidere negli ex partner, né tantomeno nei figli e verso questo tempo occorre avere una certa cura. Ovvio che i figli rappresentano i soggetti da tutelare maggiormente, quindi prima di rendere pubblica una situazione così privata - ammonisce lo psicologo - è bene accertarsi che sia stata compresa, accettata, elaborata". Nel corso l'esperto approfondisce i cambiamenti sociologici e psicologici legati ai nuovi sistemi familiari che si sono andati a delineare, per affrontare con gli altri professionisti i mutamenti nelle modalità educative e individuare nei moderni approcci riguardo i figli punti di forza ed eventuali criticità.

"L'obiettivo del supporto medico, di tutte le figure professionali che ruotano attorno alla cura della persona, in un momento tanto delicato", per Lagona "deve essere quello di contribuire a ristabilire l'equilibrio fisico e mentale di tutti i componenti della famiglia".

"Per fare ciò è indispensabile comprendere le nuove dinamiche sociali e le conseguenze psicologiche che possono derivare da una situazione di divorzio", così come riportato nel corso Consulcesi Club.

AFFARITALIANI – 5 agosto 2022

affaritaliani.it   
*Il primo quotidiano digitale, dal 1996*

## Andreoni (Simit), 'formazione medici contro contagi e pregiudizi su vaiolo scimmie'



"Aggiornamento e formazione continua dei medici per limitare i contagi da vaiolo delle scimmie e combattere stigma e pregiudizi. Informazione, comunicazione, prevenzione e campagne di vaccinazione rimangono alla base della lotta contro ogni tipo di virus. A questi pilastri vanno necessariamente affiancati risorse, strutture e sistemi pronti a isolare i contagi e a limitare efficacemente la diffusione". A dirlo è Massimo Andreoni, docente di Malattie infettive e direttore scientifico della Società italiana di malattie infettive e tropicali (Simit), alla luce del boom di casi di vaiolo delle scimmie all'interno delle comunità Lgbt+.

"In tutta Europa - sottolinea Andreoni - l'epidemia sta colpendo in più del 98% dei casi soggetti maschi e in modo particolare quelli che hanno avuto rapporti sessuali con altri maschi. Quindi in qualche modo sono state individuate categorie di persone che sono in questo momento a maggior rischio di infezione e per le quali la vaccinazione sarebbe auspicabile, come già suggeriscono alcuni Paesi come Inghilterra, Germania e Francia".

"In questo contesto, l'informazione e la comunicazione giocano un ruolo particolarmente importante in quanto possono contribuire ad aumentare o ridurre, come auspichiamo, lo stigma sociale che purtroppo stiamo riscontrando online e non", aggiunge l'esperto che al virus dedica il webinar 'Il vaiolo delle scimmie: facciamo chiarezza', realizzato in collaborazione con Consulcesi Club e diffuso inizialmente per i membri del Club per poi divenire corso di formazione a distanza (Fad), utile per conseguire i crediti obbligatori entro la fine del triennio formativo previsto a dicembre 2022.

**'In comportamenti e prevenzione fondamentale ruolo medici di famiglia'**

"Non dimentichiamo che il comportamento del singolo e la prevenzione, che passa necessariamente attraverso i medici di medicina generale, rimangono i principali alleati contro la diffusione del Monkeypox", prosegue Andreoni. "Abbiamo sentito parlare molto di 'trasmissione sessuale'. Una definizione - precisa l'infettivologo - alquanto impropria per un virus che si può trasmettere invece attraverso le vie aeree e il contatto. Viene da sé che sì, con l'atto sessuale, dal momento che vi è contatto, il virus può diffondersi, ma non perché questo sia il principale canale che utilizza per farlo".

ANSA – 27 giugno 2022

**ANSA**it

## **Padel: insieme al boom c'è anche il record di infortuni**



### **Dottor Grasso: pesa approccio scorretto allo sport del momento**

"Insieme al boom del Padel, c'è anche il record degli infortuni che procura con epicondiliti, borsiti e tendiniti.

E sono sempre di più i casi di persone che presentano questi tipi di problematiche a seguito di un approccio scorretto al padel, lo sport del momento".

Quanto dura 1 milione di euro dopo i 65 anni?

A dirlo è dottor Andrea Grasso, ortopedico e traumatologo del gruppo Consulcesi Club che si occupa di formare medici e operatori sanitari su una molteplicità di patologie che riguardano appunto muscoli e articolazioni. "Il suo successo - riflette Grasso - risiede probabilmente nel fatto che sia considerato molto più come un 'gioco' piuttosto che uno sport come può essere percepito invece il tennis, più impegnativo dal punto di vista fisico e mentale".

Giocato in un campo più piccolo rispetto al suo progenitore, il peculiare sport di coppia attira persone di qualunque età ma con una maggiore prevalenza nella fascia 30-55 anni e, come racconta ancora il medico, "anche persone che non hanno mai fatto nulla di particolare, né una base di tennis né soprattutto una base di rinforzo muscolare, o esercizi volti a una corretta biomeccanica dei gesti".

"Rispetto al tennis dove la maggior parte dei colpi avviene dal basso, sotto i 90 gradi, quindi sotto la spalla che così viene sfruttata relativamente, nel padel si va spesso con mano e braccia al di sopra dell'altezza della spalla, esponendo così tendini e legamenti di questa a sovraccarichi importanti", spiega l'ortopedico.

Si va dalle infiammazioni dei tendini e della borsa subacromiale, al cosiddetto 'gomito del tennista' (epicondilite) fino ai traumi distorsivi di caviglia e ginocchia, causati dai cambi di direzione repentini e brevi che lo sport richiede nel ridotto campo sintetico.

Nato a partire dagli anni 70 in Messico, il padel (o paddle) sta oggi dilagando con sorprendente rapidità anche in Italia, raggiungendo numeri da capogiro. Basti pensare che nel 2019 i tesserati alla FIT erano poco meno di 6mila mentre nel 2021 la Federazione ne contava già oltre 55mila.

ADNKRONOS – 18 maggio 2022



## Ucraina, corso Consulcesi su emorragie da ferite di guerra



Intervenire rapidamente e con efficacia sulle emorragie da ferite di guerra. Spiegare come farlo è l'obiettivo del corso 'Il controllo delle emorragie: dalle lesioni domestiche alle ferite di guerra', promosso da Consulcesi "per mantenere alta l'attenzione sull'importanza di saper riconoscere e agire con tempestività sulle emorragie massive, in quanto principali cause di morte ed evitabili in caso di trauma". L'iniziativa è realizzata insieme a Daniele Manno, esperto di Remote e Military Life Support.

Dall'invasione della Russia a oggi si moltiplicano gli attacchi alle strutture sanitarie in Ucraina, secondo i dati aggiornati via via dall'Organizzazione mondiale della sanità. Nel mirino - sottolinea Consulcesi in una nota - finiscono ospedali compresi quelli di maternità e pediatrici, centri oncologici e di riabilitazione, strutture psichiatriche, ma anche ambulanze, banche del sangue e squadre di primo soccorso, portando il servizio sanitario ucraino "sull'orlo del baratro", come denuncia l'Oms. "Di fronte ai gravissimi attacchi contro l'assistenza sanitaria - afferma Manno - mettere il maggior numero di persone in condizione di saper compiere semplici, ma efficaci manovre per fermare per esempio la fuoriuscita di sangue può significare salvare una vita in più".

"I medici e gli operatori sanitari - rileva l'esperto - spesso non sanno o hanno dimenticato alcune manovre da usare in emergenza. Ad esempio il tourniquet, dispositivo medico contro le emorragie massive caduto pressoché in disuso in tempo di pace, è tornato a far parlare di sé. Ricerche sul campo dimostrano come il suo utilizzo permette una percentuale di sopravvivenza molto elevata, con tempi di trasferimento presso strutture attrezzate fino a 6 ore e senza complicazioni, ovvero senza perdite dell'arto. E' dunque importante che questo" strumento "sia sempre presente nei kit di pronto soccorso e che, in caso di mancanza" del tourniquet, "quante più persone sappiano cosa usare e come per fermare un'emorragia".

"Dall'inizio del conflitto la televisione ucraina trasmette video informativi alla popolazione per insegnare a curare le ferite da armi da fuoco e fornire ai cittadini le primarie ed essenziali istruzioni di pronto soccorso.

Ad esempio - conferma Consulcesi - nelle manovre di soccorso sta ritornando alla ribalta il tourniquet, il dispositivo medico d'urgenza contro le emorragie massive, quasi 'demonizzato' in tempo di pace".

"Anche Consulcesi, che da oltre 25 anni è accanto a medici e operatori sanitari con servizi legali e corsi di formazione Ecm, per supportare i professionisti della salute così come tutta la popolazione coinvolta nel conflitto - conclude la nota - ha realizzato un video con sottotitoli in ucraino su come applicare il tourniquet".

IL FATTO QUOTIDIANO – 2 giugno 2022



## Giornata Mondiale dei disturbi alimentari, l'esperto: "L'anoressia si è moltiplicata per circa 7 volte durante la pandemia"



L'INTERVISTA - Giorgio Nardone, psicologo e psicoterapeuta, direttore del Centro di Terapia Strategica di Arezzo: "L'ondata di casi è stata così marcata che attualmente ci troviamo ancora ad affrontare quegli stessi casi e non abbiamo ancora la possibilità di dire se con il nuovo contesto si potrà assistere ad un ridimensionamento del fenomeno"

"Ferma la necessità di essere molto prudenti nella valutazione dei dati, è comunque evidente che i disturbi alimentari sono cresciuti esponenzialmente nel periodo del Covid. In particolare, per quella che è l'esperienza del nostro Centro, la casistica di anoressia giovanile si è moltiplicata per circa sette volte" A parlare è il professor Giorgio Nardone, psicologo e psicoterapeuta, direttore del Centro di Terapia Strategica di Arezzo, in vista della Giornata Mondiale dei disturbi del comportamento alimentare, che si celebra il 2 giugno in concomitanza con la Festa della Repubblica. Nardone, che è anche formatore Consulcesi con una collana di corsi dedicata alle implicazioni di natura psicologica legate al Covid-19, discuterà di disturbi alimentari anche in occasione del terzo Convegno Mondiale del Brief Strategic and Systemic Therapy World Network, che si terrà ad Arezzo dal 2 al 5 giugno.

A fronte dell'aumento così marcato durante il periodo delle limitazioni anti-COVID dei disturbi alimentari, ora, col tendenziale ritorno alla normalità, si iniziano a notare segni di miglioramento?

Per il momento no. L'ondata di casi è stata così marcata che attualmente ci troviamo ancora ad affrontare quegli stessi casi e non abbiamo ancora la possibilità di dire se con il nuovo contesto si potrà assistere ad un ridimensionamento del fenomeno. In particolare l'anoressia giovanile restrittiva, vale a dire con digiuno –

che nel periodo più acuto della pandemia si è presentata con manifestazioni davvero tragiche come ad esempio ragazzine che avevano perso fino a venti chili in due mesi – è sicuramente il disturbo che maggiormente continua ad offrire una sfida per noi terapeuti anche oggi.

Come affrontare questo genere di disturbi?

Un ruolo essenziale, in generale nei disturbi alimentari adolescenziali, lo hanno le famiglie che vanno coinvolte così che possano evitare gravi errori di accompagnamento nella guarigione dei loro figli. Per l'anoressia giovanile restrittiva questo è particolarmente vero perché vi è proprio un ruolo di supporto ai pasti, durante i quali i genitori stanno vicini all'adolescente da un punto di vista emotivo, controllando allo stesso tempo, senza mai operare forzature si intende, che lui o lei mangi quanto gli è stato assegnato. Naturalmente poi vi sono tecniche specifiche per i singoli disturbi alimentari anche non adolescenziali, fortunatamente "codificati da tempo" a livello internazionale, alla definizione delle quali il nostro Centro ha avuto l'onore di contribuire.

Nel caso di disturbi alimentari le cui conseguenze non siano così plateali come una improvvisa e consistente perdita di peso, come possono le famiglie riconoscere una situazione di disagio nei loro figli, che magari occultano anche il loro malessere?

Può risultare in effetti complesso. Dipende dai diversi disturbi, ad esempio nel caso del mangiare e vomitare bisogna stare molto attenti alle attività del figlio o della figlia dopo il pasto: se corre continuamente in bagno questo può essere un indice di malessere. Vi sono poi indizi più specifici che possono essere individuati da un esperto, al quale comunque in caso di dubbio è bene rivolgersi.

Il 2 giugno, proprio in occasione della Giornata Mondiale sui Disturbi del Comportamento Alimentare prenderà anche il via il terzo Convegno Mondiale del Brief Strategic and Systemic Therapy World Network che riunisce diversi studiosi a livello mondiale che si occupano e praticano la terapia breve sistemico-strategica. Quale sarà il focus del Convegno?

Dopo 7 anni dall'ultimo appuntamento, il Convegno si concentrerà sullo stato dell'arte di questo tipo di psicoterapia, su come si stanno affrontando a livello globale i disturbi psicologici maggiori e particolare attenzione verrà dedicata proprio ai disturbi alimentari anche per le ragioni di grave allarme evidenziate in questa intervista.

LIBERO QUOTIDIANO – 13 aprile 2022

Quotidiano.it  
**Libero**

## Covid: Rasi, 'con medici famiglia migliora uso antivirali ma serve formazione'



"Sono convinto che la decisione dell'Aifa di consentire ai medici di medicina generale di prescrivere gli antivirali contro Covid-19 sia la scelta giusta, ma sono farmaci delicati ed è necessaria un'attenta e puntuale formazione degli operatori sanitari e linee guida precise su come e quando utilizzarli in modo appropriato". Lo ha detto Guido Rasi, direttore scientifico di Consulcesi che, proprio in queste ore, sta aggiornando i suoi corsi di formazione rivolti ai medici di famiglia e non solo.

L'obiettivo di Consulcesi Club - si legge in una nota - è quello di offrire, tramite la sua piattaforma [www.corsi-ecm-fad.it](http://www.corsi-ecm-fad.it) ai medici gli strumenti per aiutarli a individuare e selezionare i pazienti che possono trarre beneficio dagli antivirali in caso di infezione Covid-19. Per farlo, si avvale del contributo di esperti di indubbia preparazione, come Giuseppe Ippolito, direttore generale della Ricerca e dell'innovazione in sanità del ministero della Salute e Fabrizio Rossi, specialista in Pediatria e medico di medicina generale che fin dall'inizio della pandemia presta servizio nei centri Covid. Nell'ambito del corso per la gestione del paziente Covid-19 nel setting domiciliare, inoltre, si forniscono i fondamenti per la gestione del paziente Covid-19 nel domicilio che si basa in buona parte su interventi non farmacologici, come indicazioni su stili di vita, modalità di comportamento per l'isolamento, per la respirazione, la quarantena.

"I medici di medicina generale, con un'adeguata formazione, possono e devono prescrivere ogni farmaco", dice Rasi. "Abbiamo bisogno di una medicina del territorio che si aggiorna e raccoglie le sfide dell'innovazione. Per riuscirci - continua - andrebbero usati strumenti moderni ed efficaci: linee guida chiare, corsi online, sistemi di verifica di avvenuto recepimento delle conoscenze essenziali ed abilitazione automatica. In pandemia andava fatto ogni volta che la nostra conoscenza medica progrediva". Condivide questa visione Massimo Tortorella, presidente Consulcesi. "Se c'è una cosa che abbiamo imparato da questa pandemia - sottolinea - è che la pronta formazione degli operatori sanitari può fare la differenza. Solo se i medici di famiglia vengono adeguatamente formati si può pensare di raggiungere l'obiettivo di ottimizzare l'uso degli antivirali contro il Covid-19".

IL TEMPO – 25 maggio 2022

**IL TEMPO.it**  
 QUOTIDIANO INDIPENDENTE

## Cure palliative, solo 1 paziente con ictus su 5 riceve consultazione



Solo una persona su 5 ospedalizzata a seguito di un grave ictus riceve una consultazione per cure palliative, secondo quanto evidenziato da un recente studio pubblicato sul 'Journal of pain and symptom management', in cui si ribadisce l'importanza dei trattamenti volti ad alleviare le sofferenze dei pazienti 'indipendentemente dalla loro prognosi' e superando il concetto di cura palliativa uguale malattia oncologica in fase terminale.

“I dati americani sono molto vicini alla situazione italiana ed europea. Ancora troppo spesso l’impiego di trattamenti palliativi è limitato al fine vita, e anche in questi casi le terapie non vengono necessariamente avviate se non quando le sofferenze sono in uno stadio troppo avanzato”, commenta Rosaria Alvaro, presidente della Società italiana di Scienze infermieristiche che, con Consulcesi Club, ha progettato un corso volto a formare e sensibilizzare i professionisti della salute sui trattamenti palliativi e la gestione del dolore acuto.

Riconosciute dall’Organizzazione mondiale della sanità (Oms) come un diritto umano e un “imperativo morale di tutti i sistemi sanitari”, di cure palliative si stima ne abbiano bisogno oltre 56,8 milioni di persone al mondo ogni anno, un numero in crescente aumento a seguito dell’invecchiamento della popolazione e alla crescita di malattie non comunicabili e di altre patologie croniche.

“Nel nostro Paese, la legge 38 del 2010 - sottolinea l’esperta - ha sicuramente rappresentato un passo avanti nel riconoscimento del diritto di accesso alla sedazione palliativa, sancendo che il sistema sanitario deve essere in grado di fornirla ‘in tutti gli ambiti assistenziali e in ogni fase della vita e per qualunque patologia ad andamento cronico ed evolutivo’, ma - osserva - ci sono ancora tanti pazienti affetti da patologie non oncologiche, ma altrettanto causa di sofferenze, che non hanno accesso, e/o ai quali non vengono proposti, tali trattamenti. Questo spesso a causa di una riluttanza, in primis dei sanitari e poi dei pazienti e delle loro famiglie, dovuta spesso ad una mancanza di cultura sulla palliazione”, spiega Rosaria

Alvaro che in “Le cure palliative in Italia: uno sguardo di insieme”, ripercorre lo sviluppo della branca medica dalla nascita dei primi hospice nel 1967 ad oggi, illustrando e ricordando i molteplici usi che in Italia e nel mondo si fanno, e si potrebbero fare.

“È necessario promuovere ed implementare anche nei corsi di studio la cultura delle cure palliative, ribadendo il loro ruolo nel miglioramento della condizione fisica, psicologica e sociale dei pazienti, dei loro bisogni e di quelli delle loro famiglie. Infine, come anche più volte ribadito dall’Oms - conclude - bisogna migliorare l’utilizzo di questi trattamenti nel ‘continuum delle cure’ soprattutto a livello primario - ossia nei contesti assistenziali più prossimi ai luoghi in cui il paziente e la sua famiglia vivono” con l’obiettivo di migliorare la qualità di vita della persona presa in carico e della sua famiglia.

# IL FOGLIO

## Medicina funzionale contro stress, corso Consulcesi per sanitari

Non tutto lo stress viene per nuocere, ma imparare a gestirlo è fondamentale per preservare la salute. A dirlo, è l'endocrinologa Serena Missori introducendo il nuovo corso Consulcesi Club "Antistress: teoria e pratica" dedicato al trattamento della condizione multifforme attraverso un approccio clinico integrato quanto la medicina funzionale. "Le cause dello stress ancora oggi non sono chiare. L'eziologia stessa del termine è estremamente complessa e molteplice, essendo numerosissimi i fattori che contribuiscono all'emergere del fenomeno", spiega Missori.

Quel che si sa - riporta una nota Consulcesi - è che è un meccanismo di difesa necessario che permette di adattarci ai numerosi stimoli fisici e mentali che ogni giorno riceviamo. Si parla così di eustress (o stress positivo) quando questi ci aiuta a trovare la giusta carica e motivazione per migliorare la nostra produttività e raggiungere i nostri obiettivi. Se però il malessere questo dura nel tempo senza che si abbia la capacità di affrontare la situazione che l'ha provocato, determinerà un sovraccarico (o carico allostatico), in grado di creare una cascata di attività metaboliche tossiche dannose per cellule, tessuti e organi.

"Lo stress cronico non gestito predispone e/o slatentizza, ovvero fa emergere da ciò che è latente, patologie cui il soggetto è già predisposto, e ne è pertanto concausa", ricorda. "Ma -continua la dottoressa specializzata in Endocrinologia e Malattie del ricambio - mantenere una sana gestione dello stress è possibile attraverso un insieme di semplici tecniche che vanno dall'alimentazione corretta all'inserimento di sostanze naturali (da adattare e personalizzare a seconda del caso), fino all'utilizzo di tecniche fisiche e mentali in grado di potenziare la resistenza a stressors sia psichici sia fisici".

"Di fronte al moltiplicarsi dei fattori di stress che la vita moderna ci presenta, ridurre gli effetti negativi sull'organismo oggi non è solo possibile ma necessario - prosegue Missori - e la medicina funzionale può rivelarsi un potente alleato dei professionisti della salute per sostenere i propri pazienti nel costruire la loro resilienza allo stress".

Così, nel corso Ecm in formato e-book i camici bianchi hanno l'opportunità di approfondire problematica e soluzioni, attraverso un approccio olistico e personalizzato. Dalla definizione della sintomatologia fino ai diversi tipi di stress e alla correlazione tra ormoni, umore e assunzione di alimenti. Tra i numerosi focus, non mancano poi tematiche quali "strategie anti-stress", errori più comuni, ma anche auto-condizionamento e auto-sabotaggio.

"Consapevolezza, conoscenza, coscienza": sono queste le tre 'C' ovvero "i tre fattori che, oltre a stimolare un processo anti-stress, offrono le corrette interpretazioni per l'applicazione di tutto il piano di gestione dello stress. Il tutto è riassumibile in una parola: motivazione. E ciò vale tanto per il paziente quanto per il medico. Senza motivazione, infatti, senza cioè saper motivare il paziente, non ci potrà mai essere alcun risultato positivo", conclude Missori.

ANSA – 3 marzo 2022

## ANSA.it

### Giornata dell'udito, al via corso per il personale sanitario



#### Entro il 2050 saranno 700 mln le persone con problemi uditivi

Più di un miliardo di persone è a rischio di perdita d'udito. Tra le sei raccomandazioni dell'Organizzazione mondiale della sanità individuate come necessarie per contrastarla ce n'è una: garantire un'adeguata formazione e informazione del personale.

Oggi è la VII Giornata mondiale dell'udito e per l'occasione Consulcesi ha lanciato il corso "In reciproco ascolto. Interagire con il paziente sordo in situazione normale e di emergenza", in collaborazione con Emergenza Sordi Aps, con l'obiettivo di formare e informare adeguatamente pediatri, medici di base, infermieri e tutti i camici bianchi. Il corso, partendo dal riconoscimento della persona sorda sulla base di comportamenti fisici e psicologici, in particolar modo nelle situazioni di emergenza, approfondirà poi aspetti comunicativi e relazionali al fine di fornire ai partecipanti strumenti per riconoscere, gestire e comunicare al meglio in situazioni di emergenza e non, che vedano coinvolte persone affette da questa disabilità.

La perdita di udito è un problema che riguarda un crescente numero di persone in tutto il mondo. Secondo il rapporto 2021 dell'Oms sono oltre 430 milioni quelle che ne sono già affette e si stima una crescita entro il 2050 tale da raggiungere quasi i 700 milioni. "In Italia circa il 12% della popolazione è affetta da problemi di udito più o meno gravi, di cui 45mila sorde, e con i numeri destinati ad alzarsi, risulta ancora più importante lavorare per garantire e rafforzare il diritto di pari accessibilità di sordi e udenti, sancito nella Convenzione Onu sui diritti delle persone con disabilità.", dichiara Luca Rotondi, esperto nella gestione delle emergenze per le persone sorde e presidente di Emergenza Sordi, associazione per il sociale che promuove l'accessibilità ai servizi di emergenza e la cultura del primo soccorso sia verso sordi sia udenti.



## **Violeta Benini, l'ostetrica "divulvatrice": «Problemi sessuali femminili? Non ignorateli»**

Dolore durante i rapporti ma anche difficoltà a raggiungere l'orgasmo: sono solo alcuni dei problemi con cui sono costrette a convivere molte donne. Alla base, spesso, false credenze molto radicate anche tra il personale sanitario. Cosa fare? Lo abbiamo chiesto all'ostetrica Violeta Benini, meglio nota sui social come la "divulvatrice"

Difficoltà a raggiungere l'orgasmo, calo del desiderio o dolore durante il rapporto: sono problemi sessuali femminili talmente diffusi da riguardare quasi una donna su due. A rivelarlo di recente è stata Violeta Benini, ostetrica esperta in rieducazione e riabilitazione del pavimento pelvico, nota sui social come la "divulvatrice". Sulla sessualità femminile pesano infatti ancora tabù e false credenze che sembrano essere estremamente radicate non solo nella società ma anche a livello scientifico, tra i professionisti della salute a cui le donne si rivolgono.

**Problemi sessuali femminili: la difficoltà di ricevere una diagnosi corretta**

I problemi della sfera sessuale sono spesso originati da disturbi che nella maggior parte dei casi potrebbero essere trattati e risolti se solo vi fosse una maggiore consapevolezza. E se fino a poco tempo fa pensavamo che le donne faticassero a ricevere una diagnosi perché poco propense a chiedere aiuto su questo tipo di argomenti, oggi sappiamo che la maggiore difficoltà è quella di trovare una risposta adeguata alle loro domande. «Alcuni disturbi vengono ignorati completamente. – ci racconta Violeta Benini – Le donne cercano aiuto: il problema però è la risposta che ricevono. Spesso si sentono dire che è tutto nella loro testa, che per arginare il dolore basta usare il lubrificante, cambiare posizione o addirittura cambiare partner. I dolori durante i rapporti sessuali, invece, possono e devono essere curati anche con la riabilitazione del pavimento pelvico. A volte bastano anche dei suggerimenti su come farsi auto-massaggi o come gestire la penetrazione con tecniche particolari per risolvere la difficoltà e poter assumere poi liberamente tutte le posizioni».

**Il dolore non è mai fisiologico**

Quando si parla di problemi sessuali femminili, un aspetto su cui è bene sensibilizzare le donne, riguarda proprio il dolore. Provare dolore infatti non andrebbe mai considerato normale e sopportato, ma valutato in modo approfondito e curato. «Il dolore non è fisiologico – precisa infatti Violeta Benini – anche durante i rapporti sessuali, può essere dovuto a una tensione dell'utero o ad altre tensioni muscolari. Così come è

molto diffuso il dolore da entrata, che la donna avverte nel momento in cui il pene entra in vagina. O quello post coitale, caratterizzato da bruciore. Queste problematiche possono essere date da infiammazioni delle mucose, che il più delle volte sono causate da vaginosi o da una disbiosi del microbiota vaginale. Problemi che potrebbero essere diagnosticati ma che spesso vengono completamente ignorati».

**Vulvodinia: perché si fatica a ricevere una diagnosi?**

«Lo stesso vale per la vulvodinia, – continua l’ostetrica Benini – patologia che è definita come un dolore vulvare senza causa specifica. Tuttavia la causa specifica il più delle volte sono le mucose infiammate ma la diagnosi di vaginosi non viene fatta e quindi, chi ne soffre, è spesso curata per una neuropatia e non risolve il problema».

**Problemi sessuali femminili: un corso per formare i professionisti sanitari**

Sui problemi della sfera sessuale femminile pesa soprattutto la mancanza di un’assistenza sanitaria adeguata. Alla base la scarsa conoscenza, anche da parte dei professionisti della salute, dell’anatomia dei genitali femminili. Ed è proprio per colmare questa lacuna che è nato il corso Consulcesi “Anatomia e sessualità femminile: abbattiamo i tabù”, tenuto proprio da Violeta Benini. Lo scopo? Formare il personale sanitario sulle principali problematiche relative alla sessualità femminile. «L’obiettivo vero e proprio – sottolinea con decisione l’ostetrica Benini – è portare i medici e i professionisti a osservare meglio le vulve. Il corso è infatti corredato da molte foto».

**L’imene: questo sconosciuto**

«Secondo la mia esperienza su certi aspetti regna la più totale ignoranza. – continua Violeta Benini – Un esempio? Pochi sanno come è davvero fatto l’imene. Quando studiavo, infatti, non mi è mai stato mostrato come fosse. In compenso, si sente dire di tutto: che si può rompere con i primi rapporti o andando in bicicletta o ancora che la rottura si completa con il parto. Il problema è che, se andiamo ad osservare due dei più importanti libri di anatomia, le immagini sui genitali femminili sono poche. Quelle relative ai genitali esterni non sono realistiche e raffigurano comunque vulve malate, con disfunzioni».

**Falsi miti duri a morire**

Alla scarsa conoscenza dell’anatomia femminile, si aggiungono poi falsi miti ancora molto radicati. «Prima di tutto quelli legati al desiderio. – sottolinea ancora la vulcanica “divulvatrice” – Si crede ancora che le femmine non pensano al sesso come i maschi, che non hanno voglia. Quando le femmine in realtà possono avere voglia tanto quanto i maschi: è un discorso soggettivo, legato all’individualità e non all’identità di genere. Quello che si tende a ignorare piuttosto è che le donne possono avere maggiori squilibri ormonali che incidono sulla libido. Quando faccio i sondaggi sui dolori mestruali, spesso alimentati da uno squilibrio ormonale, scopro che ne soffrono il 50/60 % delle persone che rispondono. Questo significa che la metà delle donne ha uno squilibrio ormonale e quindi, non tutte ma una parte di loro, potrà avere anche problemi legati alla libido».

**Masturbazione femminile: ancora un tabù**

«Un altro grande tabù riguarda purtroppo ancora la masturbazione femminile. – continua Violeta Benini – Le donne si masturbano ma non viene detto perché la femmina che prova piacere viene ancora considerata una poco di buono, una facile. Un esempio? Le persone che mi seguono, tendono a commentare meno i post in cui parlo di masturbazione o sex toys perché capita che poi ricevano messaggi in privato da persone che vogliono fare una chat erotica».

## Orgasmi e false credenze

I tabù riguardano infine anche l'orgasmo femminile, al centro di false credenze che finiscono per pesare molto su una sessualità appagante e consapevole. «C'è ancora una scuola di pensiero molto radicata, sostenuta anche da sessuologi, secondo cui l'orgasmo è solo clitorideo – spiega l'ostetrica – Tuttavia le donne hanno un forte desiderio di provare piacere con la penetrazione: se viene detto loro che non si può raggiungere l'orgasmo con la penetrazione, viene dato un massaggio non solo sbagliato ma anche fuorviante che finisce per limitare il loro piacere. Io conosco molte pazienti che piano piano riescono a conquistare gli orgasmi da penetrazione, che magari prima non riuscivano a raggiungere per una disfunzione del pavimento pelvico che può incidere molto su questo».

Problemi sessuali femminili: conoscersi è il primo passo per superarli

La buona notizia? Il corso sull'anatomia femminile rivolto ai professionisti della salute e tenuto da Violeta Benini è disponibile gratuitamente anche per i non addetti ai lavori e dunque per tutte le donne che vogliono imparare a conoscersi da vicino. «L'ho lanciato l'8 marzo in concomitanza con la Giornata Mondiale della Donna ed è disponibile sul mio sito – racconta Violeta – Il corso è e resterà gratuito. Conoscersi, conoscere la propria anatomia e come dovrebbe funzionare, è infatti il primo passo verso un sesso appagante».

# LA STAMPA

QUELLE MENTI FERITE  
E UN'AGGRESSIVITÀ  
DA TENERE  
SOTTO CONTROLLO

ARCOVIO A PAGINA 68

## Le nostre menti ferite

### Dalle paure alle psicosi così il virus ha cambiato i modi di vedere il mondo

VALENTINA ARCOVIO

Questa pandemia finirà. Non sappiamo quando e non sappiamo come. La certezza è che la nostra vita sarà molto diversa rispetto a quella di prima. Perché a essere diversi siamo proprio noi. Noi in quanto essere umani.

E' un dato di fatto su cui concordano psicologi, psichiatri, sociologi di tutto il mondo, che a due anni dall'inizio di questa emergenza stanno ora tirando le somme. «Sono mesi che ne discutiamo in conferenze e convegni mondiali, dagli Usa alla Russia, e siamo giunti tutti alla stessa conclusione: siamo cambiati», spiega Giorgio Nardone, psicologo e psicoterapeuta del Centro di Terapia Strategica e formatore Consulcesi con una collana di corsi dedicata alle implicazioni di natura psicologica legate al Covid-19. Ora la domanda a cui gli scienziati cercano di rispondere è come siamo diventati? Migliori o peggiori di prima?

«Al momento quello che abbiamo constatato è che le persone migliori sono migliorate di più, le persone peggiori sono peggiorate di più - dice apertamente Nardone -. E siccome, statisticamente, le persone migliori sono una minoranza, il risultato di questo cambiamento non piacerà a molti». Perché se vogliamo generalizzare - perdendo di conseguenza le sfumature, alcune delle quali an-

che positive - possiamo dire che l'essere umano «post-Covid» è più aggressivo, egoista, più diffidente, più fobico e solitario.

**Aggressivi.** Mezzo secolo fa il biologo francese Henri Laborit fece un esperimento «illuminante»: mise dei topolini in una gabbia apparentemente normale, ma che periodicamente inviava delle scosse elettriche. Gli animali, chiusi insieme in un ambiente ristretto, contro un male «invisibile» hanno cominciato ad essere più aggressivi gli uni contro gli altri e hanno iniziato ad azzuffarsi. «E' un po' quello che il virus Sars-CoV-2 sta facendo a noi - dice Nardone -. La frustrazione derivante dalla pandemia - aggiunge - ha aumentato l'aggressività verso gli altri e, in alcuni casi, anche verso se stessi. E' così che si spiega l'aumento dei casi di autolesionismo, di anoressia, di abuso di alcol e così si spiega la ferocia con cui ce la prendiamo con gli altri». Pensiamo alle liti contro chi non rispetta le regole anti-Covid, agli insulti sui social contro gli scienziati o alle aggressioni contro i medici... Può sembrare un cambiamento «passaggero», legato all'attuale situazione emergenziale. «In realtà, temo che questo aumento di aggressività sia molto più duraturo di quanto immaginiamo».

**Distaccati.** La pandemia ci ha costretto per molto tempo a chiuderci in noi stessi. «Abbiamo iniziato a pensare agli altri con distacco, anche

nei casi di difficoltà», dice Adelia Lucattini, psichiatra e psicoanalista della Società psicoanalitica italiana e della International psychoanalytical association. Un classico esempio: se il vicino si è ammalato di Covid-19 la colpa è sua, perché l'abbiamo visto uscire senza indossare la mascherina. Zero empatia. «Siamo diventati più indifferenti e più distaccati verso le situazioni altrui», aggiunge l'esperta. La sovraesposizione a immagini drammatiche legate alla pandemia ci ha in qualche modo desensibilizzato. «Siamo diventati più insospertiti, poiché di fondo si attribuiscono i disagi della pandemia alle altre persone», sottolinea Lucattini.

**Fobici.** La pandemia ci ha messo di fronte a un nemico esterno, che non si può vedere, in grado di penetrare il nostro corpo. «Il sentirci continuamente minacciati da un nemico che può arrivare da qualunque luogo e in qualsiasi momento ha provocato lo scatenarsi o l'acuirsi di fobie vecchie e nuove - sottolinea Nardone -. Pensiamo a quanti hanno iniziato a lavarsi compulsivamente le mani». Oppure a chi ha cominciato ad avere paura degli spazi grandi e aperti o al contrario di quelli chiusi. C'è poi la fobia che succeda qualcosa di brutto ai propri cari o di subire aggressioni da sconosciuti... Fobie e paure che ci faranno compagnia per un bel po' di tempo. «Lo stress e l'ansia con cui stiamo convivendo da troppo tempo non sparirà

di colpo insieme al virus, ma perdurerà nel tempo, influendo, a chi più e a chi meno, su molti aspetti della vita».

**Solitari.** Può sembrare contro-intuitivo: dopo tanto tempo lontani dalle relazioni sociali per scongiurare il rischio di contagiarsi, si può pensare erroneamente che, quando la pandemia sarà finita, ci sarà la voglia di riprendere e recuperare la propria socialità. «Invece, non è stato così con l'allentamento delle misure e temo non sarà così neanche nel prossimo futuro - dice Nardone -. E' come se ci fossimo assuefatti allo stare da soli, ad avere più relazioni virtuali che reali: alla fine continueremo a preferire il rimanere soli con tutte le conseguenze che questo comporterà sulle nostre vite e sulla nostra società».

**Diffidenti.** Dalle origini del virus alla «bontà» dei vaccini e delle terapie anti-Covid, fino all'obbligo Green Pass... Mai come in questo momento le teorie complottiste stanno conoscendo un grande successo. Non è più un fenomeno «di nicchia» e probabilmente neanche passeggero. Ma potrebbe essere solo la punta dell'iceberg. «La diffidenza verso gli altri, che siano persone, aziende o istituzioni, non scomparirà da un momento all'altro - commenta Nardone -. Chi più e chi meno, siamo tutti diventati più diffidenti e paranoici e più la paranoia aumenta e più cresce l'aggressività in un pericoloso circolo vizioso». —

“Abbiamo constatato che le persone migliori sono migliorate di più e le persone peggiori sono peggiorate di più. Da un punto di vista statistico non è un risultato incoraggiante”

## Un boom della fatica percepita

Sos del dipartimento di Scienze Biomediche di Humanitas University: la pandemia ha impattato in modo grave sulla sfera psicologica ed emozionale. Lo studio, basato un campione di 2400 persone, rileva che il 21% degli intervistati nota un peggioramento nei rapporti con il partner e il 13% con i figli. Il 50% del campione denuncia un incremento della fatica percepita durante lo svolgimento delle attività lavorative

## I segni del Disturbo post-traumatico da stress

Nel report realizzato da Humanitas University emerge come il 20% degli intervistati abbia riportato sintomi clinicamente significativi di disturbo post-traumatico da stress (in gergo medico Ptsd) in relazione alle esperienze legate alla pandemia. Il 28%, inoltre, ha lamentato una serie di sintomi ossessivo-compulsivi disturbanti, che sono in grado di interferire con le proprie attività quotidiane, dallo studio al lavoro

### Lo specialista

#### Il Centro di Terapia ad Arezzo



Giorgio Nardone è psicologo e psicoterapeuta del Centro di Terapia Strategica di Arezzo. E' anche formatore Consulcesi con una collana di corsi dedicata alle implicazioni di natura psicologica legate alla pandemia da Covid-19.