

Due anni fa avrei potuto smettere di lavorare e andare in pensione, ma uno dei motivi che mi ha indotto a continuare è stato che volevo vivere la fine della pandemia e capire come sarebbe continuata la medicina generale subito dopo.

Grazie all'impegno di tutti siamo giunti ad una "convivenza pacifica" con il virus Covid 19 e possiamo fare qualche considerazione con il dolore passato e la allerta dovuta per una ripresa che potrebbe comunque verificarsi.

Affronterò il tema del disagio psichico giovanile correlato alla pandemia.

Tutti sono concordi nel dire che l'isolamento per il lockdown ha indotto dei cambiamenti nelle abitudini di vita e nel modo di vivere la socializzazione, le relazioni con gli altri in tutta la popolazione, in modo particolare in quella più giovane.

Ci sono studi interviste e indagini socio-psicologiche che hanno dimostrato come nelle diverse fasce di età ci sia uno stato un impatto negativo sullo sviluppo psicopedagogico dei bambini, sulle dinamiche relazionali e psicologiche individuali degli adolescenti, sul senso di precarietà già presente nella nostra società per i giovani che si affacciano al mondo del lavoro. In particolare questo aspetto è stato usato a proprio favore dalla spietatezza del mercato che ha visto una ulteriore occasione per spingere la massimizzazione dei profitti, riducendo ulteriormente le sicurezze contrattuali, volatilizzando al massimo la stabilità del lavoratore, usando il telelavoro per invadere spazi di vita impensati prima, quando usciti dal lavoro ci si poteva dedicare ad altro.

Tutto questo richiede un'analisi ben più

ampia di quello che posso fare io come medico di medicina generale, ma temo che questa analisi non venga fatta in sede istituzionale con la dovuta attenzione, tutte le nostre autorità politiche sono prese prevalentemente da problemi economici e si dà poco spazio all'attenzione ai problemi di vita sociale di prospettiva, che riguardano soprattutto le giovani generazioni e l'organizzazione sociale della nostra vita, l'equilibrio fra i tempi di lavoro, di riposo di svago, di attenzione alla famiglia e anche le famiglie ricevono aiuti economici ma non molta flessibilità sul piano dell'organizzazione del lavoro che consenta di vivere bene e adeguatamente le necessità di cura reciproca che ci sono all'interno di nuclei familiari.

Tutto amplificato per l'esigenza di cura degli individui soli, che sono in numero crescente in ogni fascia di età.

Ho intervistato alcuni giovani e alcuni genitori al riguardo e con sorpresa qualcuno degli intervistati non ha voluto rispondere alle mie domande dicendo che non riesce ancora ad affrontare questo tema o che preferiva non farlo con me, penso perché su tutto questo interferiscono anche le legittime opinioni di ciascuno e forse il timore di essere in contraddizione o in conflitto con me che rappresento il mondo della sanità ufficiale (avendolo dimostrato con il continuo impegno a favore della politica vaccinale) purtroppo crea qualche barriera, che mi fa riflettere sulla capacità che abbiamo come professionisti della salute di rispettare le opinioni di tutti, ma anche di educarli ad acquisire fiducia nei nostri punti di vista, scientificamente validati, superando il gioco delle parti, la conflittualità sociale che ha altre motivazioni ben più profon-

de e che ha trovato sul tema vaccinale e nella gestione di questa patologia un terreno di scontro ideale per punti di vista precostituiti che riguardano la salute propria e della propria famiglia, scegliendo punti di riferimento diversi della medicina ufficiale.

Non è facile conciliare questi aspetti ma sarà comunque necessario abituarsi ad ascoltare a dedicare tempo a punti di vista diversi, riducendo così l'area di incomprendimento di isolamento e di ostilità per quella che proponiamo come scienza ufficialmente accreditata.

Uno dei genitori intervistati ha manifestato con forza il valore che le relazioni familiari hanno avuto nel momento dell'isolamento sociale e che una sana attenzione alle esigenze dei figli, alle esigenze di coppia e della famiglia allargata è stato un valore che ha supplito alle carenze istituzionali.

Peraltro le istituzioni non possono essere considerate sempre colpevoli di tutto, ma specificamente sul tema del disagio psicologico, l'unico intervento istituzionale che è stato fatto, oltretutto tardivamente, è stato quello del bonus per la psicoterapia: 600 euro concessi per consentire un sostegno psicologico privato a coloro che ritenessero di averne bisogno finita l'emergenza: come dire non posso fare nulla ti rimborso qualche seduta psicoterapica che sarai in grado di procurarti da solo.

Dobbiamo riflettere sul fatto che il disagio psicologico giovanile esiste da prima, si è accentuato e slatentizzato, a volte generato ex novo con l'emergenza pandemica, ma non ha avuto mai la adeguata attenzione istituzionale.

È vero che non tutte le crisi psicopedago-

Disagio psichico Covid relato nei giovani

Fabrizio Germini

giche, nelle fasi diverse di crescita all'interno di nuclei familiari, necessitano degli interventi specialistici, ma per un livello sia preventivo che pre-patologico comunque dovrebbero essere supportati diversamente l'ambiente familiare e scolastico, la difficoltà dei genitori, il lavoro degli insegnanti.

Provvedere a diversi livelli di aiuto per monitorare, ascoltare, capire i problemi emergenti, qualora si determinasse l'esigenza di un accesso al servizio professionale psicologico o addirittura psichiatrico, questo dovrebbe essere dimensionato in modo da offrire risposte rapide e qualificate in fasce di età che sono cruciali, sarebbe un investimento sociale intelligente quello di intervenire supportando queste fasi critiche di crescita senza lasciar strutturare, in solitudine o in modo non adeguatamente protetto, delle turbe psicologiche personali che ledono e inficiano l'equilibrio degli individui, che appesantiscono le famiglie facendo entrare in sofferenza soprattutto le fasce di popolazione meno capaci culturalmente, affettivamente ed economicamente di affrontare in modo appropriato le diverse esigenze.

Altri hanno fatto analisi migliori di quella che potrei fare io su ciò che è accaduto, ma, per la mia esperienza, posso affermare con sicurezza che il sistema sanitario nazionale o ciò che di essere rimane deve sentire il dovere di potenziare i servizi psicologici e psichiatrici per i giovani e supportare in modo preventivo l'intervento scolastico e l'attenzione scolastica a questi temi. Servirebbero quindi servizi potenziati, canali di attivazione facilitati per l'accesso delle famiglie e del mondo scolastico.

Si può fare molto di più, si può lavorare sulla formazione in questo ambito dei pediatri di libera scelta dei medici di medicina generale, pensando che le futuribili case della salute potrebbero essere luoghi dove offrire una porta aperta per ascolto e supporto, vicino alla popolazione.

In questo ambito penso anche all'introduzione e valorizzazione di figure che pure esistono, come assistenti sociali, e in crescita come quella del counsellor che potrebbero intercettare una domanda in momenti di crisi, di confusione, evitando l'aggravarsi delle problematiche: non si possono lasciare le famiglie sole, quando il sistema lavorativo impone sempre di più lo spostarsi dai luoghi di origine e la frammentazione delle reti di relazione familiari e amicali.

Un elemento su cui riflettere è anche l'esplosione della socialità virtuale che se è stata un elemento indispensabile nel momento del lockdown rimane ora ad occupare il tempo e le energie di molti giovani a scapito di contatti interpersonali indispensabili alla crescita, soprattutto in queste fasce di età. Indubbiamente c'è stato un incremento della utilizzazione dei cosiddetti social media, con un progressivo allontanarsi dal confronto personale diretto, non sappiamo ancora gli esiti di questa modalità di relazione sociale ma è facile intuire che ci sia una mistificazione e una deviazione delle reali esigenze relazionali perché condizionate da modelli "influencer" di vario tipo, spesso commerciali, molto spesso lontani dalla vita quotidiana vera di ciascuno. La cosa che spaventa di più è che tutto si svolge sotto la osservazione utilitarista e inquietante del gestore che registra osservava commercializza la nostra esposizione

virtuale, aumentando il potere dell'algoritmo che qualcuno userà e governerà riducendo la nostra reale autonomia, libertà, democrazia: siamo abbastanza capaci e informati per difenderci? Forse ci siamo già arresi facendo finta che il problema non esista.

In campo medico abbiamo avuto una implementazione dell'uso della telemedicina, che ora fa parte in gradi diversi della relazione clinica globale.

Se usata bene sarà più facile avere contatti, ma occorrerà comunque fare esperienza e affinare le tecniche se vogliamo offrire possibilità di Teleconsulti efficaci e utili.

La rapida evoluzione messa a disposizione da questa metodologia rende difficile un'adeguata utilizzazione di questi strumenti per ottenere risultati utili in termini di cura, presa in carico delle persone e dei loro problemi.

Non servono solo i dati archiviati in cartelle telematiche sempre più in grado di comunicare a costituire la relazione di cura.

Anche il rapporto medico-paziente si porta dietro l'introduzione dell'uso di comunicazione attraverso sms, WhatsApp, email, video, foto... come tutto non si può dire che sia bene o male, se usato bene sarà una facilitazione un aumento della possibilità di contatto in un mondo tendenzialmente Smart.

Ma se sostituirà totalmente o in gran parte il contatto personale impoverirà la parte di contatto umano, il rapporto medico-paziente che permette di prendersi cura totalmente di una persona nella sua integrità psicofisica ed emozionale, che si giova anche di sguardi, di silenzi, di contatto, di ascolto profondo.