

*Sedute gratuite sulle conseguenze della pandemia*

# Ansia e stress da Covid sul lettino dello psicologo

Ansia, stress, disturbi psicosomatici, attacchi di panico, incertezza del futuro moltiplicata dal Covid, abuso di psicofarmaci. La pandemia fa lievitare le richieste di aiuto psicologico. Ecco perché, in attesa che lo psicologo di base diventi realtà nelle case della salute dell'Emilia-Romagna (si spera entro l'anno), come succede in Campania, tante realtà a Bologna si stanno organizzando dal basso, offrendo sedute gratuite, pacchetti "sospesi" per under 30 e sessioni di training autogeno a prezzi stracciati.

di Caterina Giusberti • a pagina 5



La domanda di aiuto psicologico è in costante crescita

**Raimondi dell'Ordine**  
*"In pandemia  
richieste di aiuto  
cresciute del 30%"*



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

# Ansia e stress ai tempi del Covid Psicologi in campo a titolo gratuito

Le organizzazioni di base aprono a consulti e offrono sedute per far fronte a un'onda crescente di disagio psichico Virginia Martelli del centro sostenuto da **Fondazione Del Monte** e Hera: "Dodici ambulatori e liste di attesa di 30 giorni"

di **Caterina Giusberti**

Ansia, stress, disturbi psicosomatici, attacchi di panico, incertezza del futuro moltiplicata dal Covid, abuso di psicofarmaci. La pandemia fa lievitare le richieste di aiuto psicologico. Ecco perché, in attesa che lo psicologo di base diventi realtà nelle case della salute dell'Emilia-Romagna (si spera entro l'anno), come succede in Campania, tante realtà a Bologna si stanno organizzando dal basso, offrendo sedute gratuite, pacchetti "sospesi" per under30 e sessioni di training autogeno a prezzi stracciati. Per permettere a sempre più persone di andare dallo psicologo come si va dal medico. Gratis. Ogni volta che serve.

Pochi lo sanno, ma una sperimentazione di psicologi di base qui esiste dal 2015, sostenuta dalla **Fondazione del Monte** e da Hera. Cinque psicologi dell'associazione "Centro studi e ricerche in medicina psicosomatica" lavorano in dodici ambulatori di medici di famiglia, tra via Parigi, via Ugo Bassi, via degli Orti, via Sardegna, via San Vitale, via Murri e a Casalecchio. Offrono cinque sedute gratuite, a chi ne ha bisogno. «Nel 2019 seguiva-

mo 150 persone - spiega la responsabile Virginia Martelli - nel 2021 sono diventate 200. Con la pandemia è aumentata la fascia dei minorenni, anche bambini: nel 2019 erano il 2,7%, oggi sono il 9%. Abbiamo liste di attesa di 30 giorni. Offriamo tre sedute di consulenza e due di follow up, lavoriamo insieme al medico di base, per una presa in carico globale. Dopo i primi tre incontri, i pazienti possono scegliere di attivare pacchetti di interventi a prezzi calmierati: in questo ultimo anno e mezzo ci siamo impegnati molto nei gruppi di meditazione». Un'altra associazione, "Il tempo ritrovato", invece offre tre sedute gratis ai giovani tra i 18 e i 30 anni, con la possibilità di proseguire poi per altri 12 incontri con «un contributo equosolidale». «Ci siamo fatti pubblicità su Instagram - spiega la presidente dell'associazione Rosella Pederzini - e abbiamo avuto moltissime richieste. Molti sono universitari fuori sede. I sintomi sono sempre gli stessi: ansia, attacchi di panico, disorientamento, disturbi alimentari». Senza dimenticare Labàs che a Vicolo Bolognetti organizza uno sportello di consulenza psicologica gratuita ogni venerdì pomeriggio: «Quattro colloqui gratuiti con possibilità di rinnovo con psicologi abilitati», spiega il referen-

te, Francesco Pancotti.

Per il presidente dell'ordine degli psicologi dell'Emilia-Romagna Gabriele Raimondi, «la pandemia ha aumentato le richieste del 30%. È aumentata la domanda di psicofarmaci, è aumentato nei giovani il disturbo del sonno, sono aumentati gli atti di autolesionismo. Senza contare tutta la tematica della corretta gestione di internet, aggravata dalla dad. Per questo è importante che l'Emilia-Romagna si doti della figura dello psicologo di base, come ha fatto la Campania. Ma ad oggi la Regione non ha ancora preso un impegno economico stringente in questo senso». Nelle nuove linee di indirizzo per le Ausl, approvate a luglio, la Regione sottolinea l'importanza di inserire la psicologia «all'interno delle case della salute». Per il direttore dell'unità operativa complessa di psicologia territoriale Gabriella Gallo, la figura dello psicologo di base «è importante sia per fare da filtro rispetto all'accesso ai Centri di salute mentale sia come forma di prevenzione, soprattutto per i giovani. I bisogni sono cambiati, le persone hanno paura di vaccinarsi, di perdere il lavoro, di vivere in questa situazione. C'è stato un trauma collettivo. E se non si affronta in fretta è probabile possa sfociare in un disturbo più grave».