

# LONG COVID: IN ITALIA 1 SU 5 SOFFRE DI DEPRESSIONE, IL 40% IN PIÙ RISPETTO AL PERIODO PREPANDEMICO

*La nuova infografica di Unicusano sulla salute mentale degli italiani analizza gli effetti psichici della pandemia sulla popolazione con dati allarmanti soprattutto su personale medico, donne e minori. Da questi ultimi il grido d'aiuto: +46% di ideazione suicidaria, autolesionismo, ritiro sociale*

In Italia una persona su cinque soffre di depressione, stati d'ansia, insonnia e disturbi dell'umore. Ovvero il 40% in più rispetto al periodo pre pandemico. Sono questi i sintomi e le conseguenze del Covid che oggi gli esperti identificano come "Pandemia Emozionale", un vero e proprio stato psichico invalidante, figlio di paure, preoccupazioni, angosce e incertezze.

A rivelarlo l'ultima ricerca dell'Unicusano diffusa tramite infografica che mostra gli effetti, tuttora presenti, del coronavirus nel nostro Paese riportando numeri e informazioni d'impatto.

Rispetto al 2019, quando è esplosa la pandemia, oggi più del 31% di italiani soffre di depressione, il 32% di ansia e ben il 41% di distress, ovvero stress molto accentuato. Più dura la condizione per chi ha vissuto il Covid in prima linea, come personale medico e paramedico, degenti e familiari: il 42% in più soffre di ansia, il 40% in più di insonnia e il 28% in più di disturbo post-traumatico da stress.

A pagarne le conseguenze - secondo i dati raccolti da Unicusano - sono donne, bambini, adolescenti, operatori sanitari e guariti dal virus. Ma anche i familiari di chi ha contratto la malattia ed è deceduto a causa di questa, chi ha perso il lavoro o chi ha incassato il colpo dei danni subiti alla propria attività. Il covid-19 non ha trovato ostacoli sul suo cammino, ripresentandosi, di ondata in ondata, con un carico sempre maggiore di conseguenze psicologiche con cui oggi più del 31% degli italiani si trova a fare i conti.

A livello psicologico, il Covid ha esacerbato disuguaglianze già presenti nel nostro Paese, come quello tra uomo e donna. Le donne italiane del Sud o Centro Italia di età compresa tra i 35 e i 64 anni con difficoltà economiche ma un alto livello di educazione sono tra le prime vittime della Pandemia mentale.

A camminare di pari passo con i nuovi o gli esacerbati stati psichici è stato anche l'uso degli psicofarmaci, aumentato esponenzialmente dopo il primo lockdown con effetti di rimbalzo importanti durante le varie ondate. Secondo quanto analizzato nella ricerca di Unicusano, il 14% degli italiani intervistati ha iniziato ad assumere, ex novo, ansiolitici e/o sonniferi e il 10% antidepressivi. Chi già faceva uso di questi farmaci si è trovato costretto ad aumentarne il dosaggio.

Si stima che il 10% della popolazione abbia avuto almeno un attacco di panico per la prima volta nella vita.

Se iperallerta, ipocondria, perdita del desiderio di contatto con il mondo esterno, disattivazione dello stimolo del "cervello sociale" (quello, cioè, che induce un individuo a socializzare) e attacchi di panico sono i sintomi più comuni tra gli adulti, gli adolescenti e i pre-adolescenti soffrono per il 48% di disturbi post-traumatici quali, tra i tanti, stanchezza (31%), irritabilità (16%), disorientamento (14%), apatia (13%) ed esaurimento (12%).

È da parte di questi ultimi che arriva la richiesta d'aiuto più preoccupante, per episodi di autolesionismo, ideazione suicidaria (tentato suicidio o suicidio) e disturbi del comportamento alimentare.

Il link all'infografica: <https://www.unicusano.it/blog/universita/infografica-effetti-psicologici-pandemia/>