Aiuto concreto agli adolescenti per superare le ansie da Covid

Interventi gratuiti all'Irccs Fatebenefratelli insieme a Fondazione Comunità Bresciana

Salute

Anna Della Moretta
a.dellamoretta@giornaledibrescia.it

■ Aiutiamo i ragazzi a dimenticare Covid-19. Potrebbe sembrare una provocazione, nei giorni caldi dell'esplosiva quinta ondata. Invece si tratta di un intervento concreto rivolto agli adolescenti che hanno attraversato tutte le ondate della pandemia e che stanno vivendo anche quest'ultima, seppur con un livello di stress più contenuti.

A chi ci si rivolge. L'aiuto è rivolto a giovani dai 16 ai 25 anni che, durante il periodo pandemico, hanno manifestato segni e sintomi di problemi legati alla salute mentale.

Il progetto, cofinanziato dalla Fondazione della Comunità Bresciana, è promosso dall'Irccs (Istituto di ricovero e cura a carattere scientifico) Fatebenefratelli, si realizza attraverso interventi psicoeducativi. Si partirà con una consulenza diagnostica gratuita a chi chiede aiuto e, se gli specialisti lo riterranno necessario, verrà proposto di partecipare ad uno dei tre possibili percorsi psicoeducativi specialistici di gruppo per la cura di tre problemi: ansia e depressione, regolazione emotiva (causa di autolesionismo e disturbi alimentari) e ritiro sociale o fobia.

Le aree di intervento. La prima area è dunque quella dei quadri depressivi e ansiosi non gravi che spesso sono accompagnati da comportamenti di isolamento e difficoltà scolastiche; la seconda area riguarda la difficoltà a comprendere e gestire i propri stati emotivi; la terza riguarda il ritiro sociale, un fenomeno emergente che riguarda i giovani che spesso sperimentano un senso di isolamento e non appartenenza che possono sfociare, ad esempio, nella riduzione delle relazioni sociali, nell'abbandono scolastico o, nei casi più gravi, nella chiusura in casa.

L'adolescenza. «L'adolescenza è un periodo chiave poiché la gran parte delle malattie mentali esordisce entro i 25 anni - osserva la responsabile del progetto, Roberta Rossi -. Si stima che il 10% dei bambini e dei giovani abbia problemi di salute mentale così significativi da avere un impatto non solo sulla loro vita quotidiana ma, se non trattati, anche sulla loro salute mentale in età adulta».

I dati sono frutto dell'osservazione diretta in alcuni studenti degli Istituti superiori di Brescia. In queste scuole l'Irccs Centro san Giovanni di Dio, nell'ambito di un progetto finanziato dal Bando giovani ricercatori del ministero della Salute, è stato condotto un sottostudio per valutare l'impatto del Covid-19 sulla salute mentale degli studenti. I risultati (pubblicati su Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health) hanno dimostrato che la pandemia non è stata uguale per tutti.

Anche benefici. «Se è vero che il Covid ha avuto un impatto negativo sulla salute mentale di un gruppo di giovani, aumentando i livelli di ansia, di depressione e di stress (23.5% degli intervistati), una parte di loro si è mantenuta stabile e una parte ha mostrato dei miglioramenti, soprattutto a livello dell'ansia, probabilmente dovuti alla diminuzione di tutte quelle sollecitazioni sociali che possono essere fonte di stress per un adolescente (scuola, relazioni interpersonali) e indicando pertanto solo un effetto benefico temporaneo che richiede un attento monitoraggio - spiega Roberta Rossi, psicologa psicoterapeuta, responsabile Unità di Ricerca Psichiatria dell'Irccs -. Va sottolineato che l'aumento della frequenza dei comportamenti disadattivi (autolesionismo, utilizzo di sostanze, problemi alimentari) a cui l'Istituto da anni dedica percorsi di cura specifici, è stato riscontrato come un segnale di peggioramento della salute mentale».

Roberta Rossi: «L'adolescenza è delicata perché la gran parte dei disturbi mentali esordisce entro i 25 anni»

Lo studio. Un recente studio epidemiologico ha mostrato che il 35% degli intervistati è risultato positivo allo screening per almeno uno dei disturbi mentali valutati nel corso della vita e il 31% ad almeno un disturbo nei 12 mesi antecedenti l'intervista. I disturbi, in genere, hanno avuto insorgenza nella prima adolescenza (14-16 anni) e la diagnosi precoce è cruciale. L'emergenza Covid-19 che nelle prime ondate, oltre al distanziamento fisico che sarebbe opportuno mantenere tuttora, aveva comportato anche la chiusura delle scuole, limitato gli accessi ai servizi di cura e chiuso gli spazi di svago, ha avuto un impatto importante sui giovani, oltre che su chi già vive in una condizione di fragilità.

Oltreoceano. Rossi: «In un ampio studio condotto negli Stati Uniti su studenti di un college, è stato appurato che quasi la metà degli studenti (48.14%) mostrava livelli di depressione da moderati a gravi, che circa 1/3 (38.48%) presentava livelli di ansia da moderati a gravi e che circa un giovane su 5 aveva pensieri suicidari». //

Giovani. Intervento dell'Irccs Fatebenefratelli in collaborazione con Fondazione della Comunità Bresciana

L'ANDAMENTO

NEL BRESCIANO	SABATO 2 LUGLIO	DOMENICA 3 LUGLIO	LUNEDÌ 4 LUGLIO	MARTEDÌ 5 LUGLIO	MERCOLEDÌ 6 LUGLIO	GIOVEDÌ 7 LUGLIO	VENERDÌ 8 LUGLIO	TOTALE*
Casi positivi	1.385	1.035	458	2.353	1.691	1.634	1.459	391.457

IN LOMBARDIA	SABATO 2 LUGLIO	DOMENICA 3 LUGLIO	LUNEDÌ 4 LUGLIO	MARTEDÌ 5 LUGLIO	MERCOLEDÌ 6 LUGLIO	GIOVEDÌ 7 LUGLIO	VENERDÌ 8 LUGLIO	TOTALE*
Casi positivi	11.627	8.542	3.249	19.037	13.681	13.595	12.508	3.145.145
Tamponi	49.752	36.178	14.230	72.586	52.763	52.770	50.989	39.027.258
Rapporto positivi-tamponi	23,37%	23,61%	22,83%	26,23%	25,93%	25,76%	24,53%	8,06%
Ricoverati in area medica	1.007	1.002	1.027	1.103	1.171	1.215	1.219	
Posti letto occupati in area medica	9,63%	9,58%	9,82%	10,55%	11,20%	11,62%	11,66%	
Ricoverati in Terapia intensiva	24	24	25	26	29	26	25	
Posti letto occupati in Terapia intensiva	1,33%	1,33%	1,38%	1,44%	1,60%	1,44%	1,38%	
Decessi	8	23	4	7	12	17	8	40.923

*dall'inizio dell'epidemia

infogdb

Come fare per richiedere una consulenza diagnostica

Il progetto «interventi psicoeducativi per fronteggiare l'impatto della pandemia Covid-19 sulla salute mentale dei giovani nel territorio bresciano» offre percorsi di gruppo psicologico specialistici gratuiti ai giovani che ne faranno richiesta per ridurre i sintomi clinici e fornire strategie e strumenti utili a rinforzare la loro capacità di affrontare e superare un evento traumatico o un periodo di difficoltà.
Dopo una accurata valutazione diagnostica e clinica, il progetto (ideato da Irccs Fatebenefratelli e cofinanziato dalla Fondazione della Comunità Bresciana) prevede tre percorsi gratuiti centrati su tre tipologie di disagio e rivolti a giovani tra i 16 e i 25 anni. Verranno proposti interventi basati sui principali modelli di trattamento basato sull'evidenza (terapie cognitivo-comportamentale standard integrate con elementi di approcci basati sulla mindfulness e sulla psicoterapia cognitivo-comportamentale di terza generazione).
Per informazioni e approfondimenti il contatto è Roberta Rossi, psicologa e psicoterapeuta, responsabile Unità di Ricerca «Psichiatria» dell'Irccs Istituto Centro San Giovanni di Dio - Fatebenefratelli in via Pilastroni 4 a Brescia. Telefono: 030 3501719/504.

I vaccini proteggono di più le donne e i single

Lo studio

■ Non solo le patologie pregresse e l'età, ma anche il sesso, lo stile di vita e lo stato civile influiscono sulla risposta immunitaria che si acquisisce dopo la vaccinazione anti Covid-19. Essere donna e single, ad esempio, è associato a una protezione maggiore.

A dirlo è uno studio italiano, promosso dalla Sapienza e dal Policlinico Umberto I di Roma, pubblicato su Journal of Personalized Medicine.

La ricerca ha preso in esame 2.065 operatori sanitari del Policlinico Umberto I a cui era stato somministrato il vaccino anti Covid-19 a mRNA di Pfizer BioNTech. Il campione è stato sottoposto a due prelievi di sangue, dopo 1 mese e dopo 5 mesi dalla seconda vaccinazione.

Dai risultati è emerso che a 1 mese dalla vaccinazione i soggetti con una pregressa infezione da Covid-19 e quelli più giovani avevano livelli di anticorpi più alti; al contrario le malattie autoimmuni, le patologie polmonari croniche e il tabagismo erano correlati a livelli più bassi. A 5 mesi dalla vaccinazione c'è stata una diminuzione mediana del 72% del livello anticorpale, tuttavia meno evidente nelle donne e nei soggetti con infezione pregressa. Nei fumatori, negli ipertesi e nei meno giovani riscontrato un crollo di circa l'82% dei livelli di anticorpi anti-Spike.

I ricercatori hanno inoltre osservato un mantenimento maggiore della risposta anticorpale nei single o conviventi rispetto ai soggetti sposati, divorziati o vedovi.

«Questa associazione - spiegano gli autori - potrebbe essere dovuta ad altre variabili cliniche inesplorate, come lo stile alimentare». Tra gli autori della ricerca anche la rettrice della Sapienza, Antonella Polimeni, che commenta: «Lo studio mette in rilievo come il perseguimento della salute, anche di fronte a situazioni pandemiche, sottenda a un più generale principio di benessere sociale. I fattori legati agli stili di vita, infatti, hanno un ruolo rilevante nella risposta immunitaria. La prima cura è quindi l'innalzamento della cultura sanitaria e degli standard qualitativi di vita». In sostanza, aver cura della propria salute e del benessere generale del corpo aiuta anche a superare le infezioni. L'auspicio della coordinatrice dello studio, Stefania Basili, è che «la nostra analisi possa incoraggiare ulteriori ricerche a indagare gli effetti delle variabili legate al genere e allo stile di vita sulla risposta immunitaria, facendo emergere una medicina personalizzata e di precisione». //

Studio. Gli effetti dei vaccini

A cinque mesi la risposta cala del 72% nelle donne, dell'82 in anziani e fumatori

VkVSIyMjOTY0MGJkMzMtOWQxZi00NmMzLThjYTktZTVhNmM0YTZiYWJlIyMjNDdlODc3MDUtYjNiZS00MTZiLThjZGQtMjZhZGMyYjA1ZDQ3IyMjMjAyMi0wNy0xMVQxMjozNDozMyMjI1ZFug==