

## **“SETTELAGHI CON TE”**

Spazio web e telefonico di ascolto e sostegno alla popolazione coinvolta nell'emergenza da Nuovo Corona Virus.

**Helpline telefonica: 348 7473726 attiva da Lunedì a Venerdì dalle 13 alle 17**

**Helpline web: “settelaghiante@asst-settelaghi.it”**

L'ASST Sette Laghi mette a disposizione della popolazione uno spazio web e telefonico di ascolto e sostegno rivolto a tutti coloro che, a causa dell'emergenza sanitaria da Nuovo Coronavirus, vengono coinvolti a vario titolo dal MALESSERE PSICOLOGICO e SOCIALE causato dalla paura del contagio o dalle preoccupazioni per essere stati contagiati, dalla condizione di quarantena propria o di un familiare (con tutte le limitazioni che questo comporta) o dall'esperienza della perdita di un familiare o di una persona vicina, dallo stress causato dalla propria professione soprattutto se operano nell'ambito dell'assistenza ad anziani o persone in condizioni di disabilità.

La situazione attuale di emergenza sanitaria, sociale ed economica causata dalla Pandemia da infezione da Nuovo Corona Virus (COVID-19) e l'impatto della comunicazione multimediale, non solo delle fonti pubbliche istituzionali e della stampa ma anche dei canali social e delle chat, martellante e non sempre, quest'ultima, professionale e corretta, veicola inoltre una condizione permanente di allarme e di paura del contagio le cui dimensioni e i cui effetti non sono del tutto prevedibili, favorendo la riduzione delle difese psicologiche e di conseguenza anche immunitarie in questo momento ritenute essenziali per coadiuvare l'organismo umano a superare una situazione di contagio virale.

La presenza di tensione emotiva prolungata, poi, non costituendo un'esperienza psicologica tollerabile dalla persona, favorisce l'attivazione di risposte di attacco o di fuga come espressione di sollievo e di allontanamento dalla fonte del malessere che può esplicarsi in diversi modi più o meno gestibili. Per esempio, di fronte alla paura del contagio, la persona può manifestare un'eccessiva preoccupazione per la propria salute alla comparsa di sintomi anche lievi di malessere fisico, oppure reagire con profonda ostilità nei rapporti interpersonali o vivere comportamenti fobici di contagio nel proprio ambiente di lavoro.

Diversi studi hanno mostrato una vasta gamma di impatti psicologici della “quarantena”, tra cui sintomi di Stress Post-Traumatico, depressione, sentimenti di rabbia e paura, abuso di sostanze. Inoltre, la condizione di solitudine determinata dalla quarantena per esposizione al virus può scatenare sentimenti angosciosi di vulnerabilità e di stigmatizzazione sociale, difficilmente condivisibili nel nucleo ristretto familiare e potenziali generatori di sentimenti di depressione e stati di disperazione o panico.

Questo progetto, proposto e realizzato dagli operatori del SerD dell'ASST Sette Laghi intende offrire uno spazio web e telefonico di ascolto rivolto a persone

- preoccupate per il rischio di infezione da Nuovo Coronavirus
- in isolamento domiciliare e che temono per la propria salute
- che sono chiamate a garantire i servizi di base per la popolazione (operatori socio-sanitari e socio-assistenziali e del privato sociale che lavorano nell'assistenza residenziale, operatori delle farmacie e degli esercizi pubblici e commerciali essenziali)
- costrette alla temporanea sospensione del loro lavoro, ritenuto non essenziale
- in condizione di solitudine a causa delle limitazioni di movimento provocate dalle norme governative.

Un'équipe di psicologi affiancata da medici del SerD offrono uno spazio anonimo e riservato di ascolto e di supporto psicologico per:

- contenere gli effetti dell'information overload
- gestire le paure e le fobie derivanti dall'emergenza Nuovo Coronavirus
- sostenere la condizione di solitudine emotiva, di tristezza e preoccupazione causate dall'isolamento
- aiutare la gestione della preoccupazione per l'assenza di notizie dei propri cari ospiti in strutture residenziali
- contenere lo stress professionale determinato dal dover garantire i servizi essenziali per la popolazione
- mantenere un approccio critico rispetto all'emergenza Corona Virus per contrastare distorsioni cognitive.

Questo spazio si affianca agli interventi che il Dipartimento di Salute Mentale e Dipendenze ha introdotto per il personale ospedaliero impegnato nell'assistenza, per i pazienti Covid ricoverati nei Presidi dell'ASST Settelaghi e per i loro familiari.