



***Primo Piano - Covid & Depressione,
Edoardo Favaretti :“ Non è semplice il
lavoro dello psichiatra. Serve senso etico e
moderazione”***

Roma - 21 apr 2020 (Prima Pagina News) **Depressione, stress, affaticamento, tristezza, delusioni, reazioni, liti e riappacificazioni: come se ne esce? Lo abbiamo chiesto allo Psichiatra, Psicoterapeuta e Psicofarmacologo romano Edoardo Favaretti, coautore del libro: “Come guarire la depressione, l’ansia, le fobie e le ossessioni”.**

Edoardo Favaretti è uno psichiatra e psicoterapeuta che a Roma va per la maggiore. Ha un curriculum di tutto rispetto: Laurea con Lode in Medicina e Chirurgia presso l'Università degli Studi di Roma "La Sapienza"; Specializzato in Psichiatria presso l'Università degli Studi DI "Tor Vergata" con il massimo dei voti e la lode; Iscritto all'Albo degli Psicoterapeuti dell'Ordine dei Medici di Roma e Provincia e legittimato quindi all'esercizio dell'attività di Psicoterapia che svolge presso lo studio di Roma sito in via Gregorio VII n.102 - edofavare@libero.it ; Formazione in psicoterapia REBT (rational emotive behaviour therapy) presso l'Albert Ellis Institute Italy, sotto la guida del dott. Cesare De Silvestri; Attività di ricerca, diagnostica e clinica presso la Casa di Cura Neuropsichiatrica "S. Alessandro" di Roma; Attività di consulenza psichiatrica presso il servizio di psichiatria e psicologia medica della Scuola Allievi Carabinieri di Roma; Attività di consulenza per l'AIDIF (Avvocatura Italiana per i Diritti delle Famiglie); Attività di consulenza psichiatrica per il Centro Mobbing INAIL di L'Aquila; Attività privata di psicoterapeuta; Consulente presso il CIAM, Centro Italiano Anti Mobbing e dal 2019 anche consulente psichiatra per la Polizia di Stato. Nessuno meglio di lui può quindi aiutarci a capire quanto la pandemia da Covid abbia influenzato e segnato la nostra vita e soprattutto quanto si deve ancora fare per evitare che questo nostro "stare forzatamente in casa" produca effetti ancora più devastanti di quanto non ne abbia già prodotti. -Dottor Favaretti, quanta responsabilità ha l'informazione oggi in questo bombardamento di notizie quotidiano che poi alla fine finiscono con il deprimerci? Riguardo le notizie con cui siamo bombardati dai mezzi di informazione, ritengo che provengano dal cavalcare, da parte di essi, il nostro bisogno inconscio di avere il controllo della situazione. Certamente alcuni grandi media hanno nuovamente ottenuto quella visibilità che nell'epoca degli influencer e della comunicazione "faidate" avevano ormai in gran parte perduto e tutto questo può aver portato ad un eccesso di notizie, spesso in contrapposizione l'una con l'altra. È capitato, ad esempio, che l'esperto di una determinata materia affermasse esattamente l'opposto di quanto affermato da un altrettanto esimio collega non più tardi di un giorno prima, forse anche abbagliato da luci della ribalta correlate alla situazione di emergenza attuale. Mi aspetterei, poiché enorme è la loro responsabilità in merito, un maggiore senso etico e più moderazione, da parte dei canali di comunicazione, poiché si è ingenerata una psicosi di massa sfociata in atti assurdi come quelli di ingiustificate aggressioni di

persone che legittimamente passeggiavano o correva nei pressi della propria abitazione. -Dottore è triste ricordarlo, ma quasi 200 medici sono morti per Covid. Chi invece sopravvive, non solo medici ma anche infermieri e personale sanitario: è vero che rischiano disturbi mentali per eccessivo stress da lavoro? "Il personale sanitario è costituito da professionisti formati ed addestrati anche per situazioni di tremenda emergenza. Purtuttavia, il medico o l'infermiere sono anche esseri umani e così come per i soldati coinvolti in tremende battaglie, il rischio di sviluppare un disturbo da stress prima acuto e poi post-traumatico; in base ai dati raccolti ai tempi dei militari USA reduci dalla guerra in Vietnam, i quali hanno poi sviluppato molteplici e cronici disturbi psichici reattivi allo stress, sarebbe importante un loro monitoraggio psicologico costante per almeno un anno dal termine di questa emergenza sanitaria. -Ci aiuti a capire come si fa a guardare con ottimismo al futuro? "Io sono molto ottimista per il futuro: ad ogni guerra o grave crisi è sempre conseguita una reazione collettiva ed una rinascita e già ora si può percepire nel comune cittadino un diverso clima di collaborazione: ad esempio, ho visto più volte delle persone fermarsi a parlare con anziani che si trovavano seduti da soli su una panchina, chiedendo loro se fossero in difficoltà e avessero bisogno di qualcosa. -E' su tutti i giornali scientifici del mondo: molte coppie sono scoppiate, era immaginabile? I fenomeni di malessere intraconiugale sono sempre esistiti e la stretta vicinanza conseguita al dovere stare tutti nelle proprie abitazioni per giorni e giorni sta accuendo quei fenomeni di rigetto psicologico o addirittura aggressione fisica riportati da vari quotidiani; può essere un momento di riflessione e di consapevolezza che può portare ad una rinascita del rapporto all'interno della coppia, anche avvalendosi, qualora servisse, dell'aiuto di un professionista esperto quale uno psicoterapeuta. -Dottore, alla fine, lei che ogni giorno cura ansia depressione stress e tanto altro ancora, cosa consiglia ad ognuno di noi? "In cinese la parola "crisi" viene scritta con un ideogramma che ha anche il significato di opportunità; infatti soltanto durante una crisi ci sono reali opportunità per un cambiamento vero e proprio: sta a noi tutti non lasciarci abbattere dalle difficoltà e farci trovare pronti ad un mondo diverso, il quale, sebbene ci proporrà sì nuove difficoltà ma ci metterà anche davanti alla possibilità di cogliere occasioni altrimenti insperate".

di Maurizio Pizzuto Martedì 21 Aprile 2020