

L'addio alla mascherina rischia di far emergere una serie di problematiche comportamentali e anche disagi

# Covid, gli psichiatri: "Attenti ad ansia e ipocondria"

di **Giusi Brega**

**ROMA**

■ "Se dopo due anni ancora indossate la mascherina avete pieno diritto a richiedere il bonus psicologo". E ancora: "Chi indossa la mascherina all'aperto ha bisogno di un bravo psichiatra". Oppure, di contro: "La mascherina non obbligatoria in tantissimi luoghi pubblici? Voi siete pazzi". E poi: "Andare al supermercato e vedere che più della metà delle persone non la indossa mi crea non poco disagio".

A giudicare dai comportamenti delle persone per strada e nei negozi e leggendo i commenti sui social, appare evidente che il venir meno, a partire dal scorso primo maggio, dell'obbligo di mascherina in molte situazioni ha fatto emergere sentimenti contrastanti: da una parte, c'è chi l'ha sem-

pre considerata un'inutile quanto fastidiosa limitazione. E, per questo, l'ha messa via più che volentieri. Dall'altra, però, sono molte le persone che stanno mostrando una certa difficoltà a rinunciare - al chiuso così come all'aperto - a ciò che, da oltre due anni, le fa sentire protette. Questo atteggiamento «è dovuto al timore di ammalarsi, anche perché il numero di nuovi contagi è comunque importante: a influire, qualora ci si dovesse ammalare, è il dover poi restare soli, isolati per qualche giorno.

Certo, molti hanno un atteggiamento ipocondriaco, eccessivamente attento anche all'aperto», spiega a *La Presse*, Enrico Zanella, co-presidente della Società Italiana di Psichiatria. «La

paura ci è rimasta dentro», sottolinea. «Molti sono insicuri e provano ansia: ecco perché si fa fatica a lasciar andare la mascherina. Inoltre, due anni di pandemia ci hanno in qualche modo 'disabituato al contatto sociale», spiega lo psichiatra che, comunque, è fiducioso: «Credo si tratti solo di attendere qualche giorno - assicura - e, piano piano, riusciremo a riadattarci». Certo, in questo contesto ha giocato un ruolo importante anche il conflitto in Ucraina: con «questa paura del futuro, compreso il timore di una guerra atomica, l'umore non è dei migliori: per questo si fa fatica a togliere la mascherina», aggiunge Zanella. «Ma se la guerra finisse - ribadisce - sono sicuro ci sarebbe un'esplosione di gioia e, quindi, una voglia di tornare alla normalità».

Un ritorno alla normalità

che, come più volte ribadito dagli esperti, deve comunque essere ponderato. Come rimarca il presidente della Fondazione Gimbe, Nino Cartabellotta che, sulle nuove regole per le mascherine al chiuso è convinto che prolungarne l'obbligo «al chiuso in alcuni luoghi ad alto rischio è assolutamente in linea con le evidenze scientifiche». Ma come capire quando una situazione è a rischio? A fare la differenza, spiega Cartabellotta, sono «il numero di persone che si trovano in un locale, la grandezza del locale, l'areazione e il tempo di permanenza». Anche il virologo Fabrizio Pregliasco, direttore sanitario Ircc del Galeazzi di Milano, è convinto che buttare la mascherina nel cestino, quantomeno per ora, non sia opportuno.

**"Molti sono insicuri perché la paura ci è rimasta dentro"**



Peso:35%