

RICERCA

PSICOLOGIA DEL COVID

Dal progetto PAURA Covid – 19? Ti sosteniamo noi – alla ricerca.

Progetto organizzato da ANPIF Associazione Nazionale Psicologi In Farmacia e Federfarma Veneto per offrire assistenza psicologica alla popolazione tramite numero verde, durante il lockdown e nella fase due, di ritorno alla quotidianità.



ABSTRACT

Ricerca commissionata da ANPIF: a cura della professoressa Rosanna Canero Medici Università dell'Aquila, dottoressa Fiorella Palombo Ferretti, presidente ANPIF, dottoressa Sandra Scibelli referente organizzazione nazionale e il Team ricerca dell'associazione.

Tra Isolamento e timore di ammalarsi, c'è uno spazio di speranza

ANPIF e FEDERFARMA VENETO Per aiutare la popolazione, cosa è emerso?

Le richieste di supporto telefonico sono state spontanee, sul territorio nazionale sono state centinaia.

Questa ricerca si basa sulle risposte fornite al questionario che gli psicologi di Anpif hanno proposto ai soggetti che avevano chiamato il numero verde istituito ad hoc per il supporto psicologico durante la pandemia e nel passaggio alla fase 2, al termine del lockdown.

Il campione scelto è di 100 soggetti.

100 soggetti che hanno completato il questionario. Età media di 49 anni.

La maggior richiesta proviene dalle donne, il 78% dell'intero campione.

Per il 55% delle chiamate provengono dal Nord.

La ricerca ha evidenziato:

Il 65% vive in famiglia ma ha comunque vissuto un senso di solitudine e molteplici sintomi

Il 57% non si trovava in cura farmacologica.

Poco più della metà, il 56% aveva sofferto di disturbi psichici in passato.

Il 44 % ha sviluppato un disagio psicologico conseguente al Covid – 19 e al lockdown.

Sono insorti sintomi soprattutto nel periodo del lockdown e in misura inferiore anche nel passaggio alla fase 2, con sintomi quali: tristezza, rabbia, ansia, difficoltà a dormire, senso di solitudine, paura.

L'81%, ha riferito di soffrire di un disagio psicologico con sintomi misti e il 31% anche con uno stato di agitazione frequente.

Nel 32% è insorto un chiaro senso di malessere caratterizzato da sintomi come solitudine e timore per il futuro, secondo una proiezione negativa sul cambiamento di prospettiva di vita. (la propria vita cambierà in peggio).

Una marcata modifica del proprio stile di vita, il 49% .

Il 29% del campione ha avuto ripercussioni economiche di rilievo.

Questo quadro rende evidente la presenza di uno stato di ansietà caratterizzato anche da un tono di umore di tipo depressivo, contraddistinto da uno stato di preoccupazione con agitazione per il futuro e un senso di inadeguatezza relativo alle proprie capacità di affrontare il futuro che creano un impatto negativo sulla qualità della vita e possono scatenare un circolo vizioso tra emozioni e pensieri negativi come senso di tristezza, solitudine, rabbia, difficoltà di dormire, ansia e spesso più malesseri in contemporanea e una proiezione di tipo pessimistico nel futuro.

Si evidenzia un importante e significativo aumento percentuale del disagio psicologico anche in soggetti che non avevano avuto sintomi rilevanti in passato.

Si presume che in taluni casi possano essersi slatentizzate le difese interne e di conseguenza la tenuta allo stress diventa fragile, al punto da far emergere un vissuto di paura, ansia e tristezza mai provati prima.

E' ipotizzabile che l'evento pandemico, traumatico per definizione, abbia causato problematiche nella maggior parte della popolazione.

Ricerca a cura:

Rosanna Canero Medici - docente dell'Università degli Studi dell'Aquila – responsabile ANPIF per la ricerca e membro del Comitato scientifico

Responsabili ricerca

Fiorella Palombo Ferretti – presidente ANPIF

Sandra Scibelli – referente nazionale ANPIF per il progetto Covid ti sosteniamo noi

Il Team di psicologi ANPIF che hanno collaborato alla ricerca:

Monica Dimonte (referente ANPIF Padova)

Marcella Utro (referente ANPIF Sicilia)

Sofia Tavella (referente ANPIF Roma/Lazio)

Valeria Ricci (vice-referente ANPIF Roma/Lazio)

Mariella Mancini (socio ANPIF)

Martina Bonaccini (socio ANPIF)

Giulio Maggia (socio ANPIF)

Greta Pelosin (socio ANPIF)

Diletta Crivellaro (socio ANPIF)

Introduzione alla ricerca

In questa situazione di emergenza le farmacie, in quanto servizi socio-assistenziali di prossimità si sono attivate grazie alla collaborazione con ANPIF, già avviata da tempo con il protocollo d'Intesa regionale siglato nel 2018. Lo scopo era quello di aiutare e ad intercettare e accogliere il disagio durante la pandemia.

Questa ricerca è iniziata rispondendo a richieste provenienti dal numero verde da numerose persone che sentivano il bisogno di essere ascoltate relativamente a disagio percepito dovuto ad una sintomatologia psichica difficile da gestire, nonché sulle difficoltà della vita durante il periodo del covid-19. Molti dei soggetti intervistati hanno effettuato da una a più chiamate per la richiesta di aiuto.

Un Team di 39 esperti, psicologi e/o psicoterapeuti, scelti tra i soci ANPIF, si sono messi a disposizione in attività di volontariato per rispondere da tutta Italia, alle persone che chiamavano il numero verde per ricevere supporto psicologico immediato. Era prevista una consulenza telefonica della durata massima di trenta minuti, le stesse persone potevano richiamare più volte in caso di necessità. Gli psicologi ANPIF hanno seguito rigorosamente le linee guida e le buone pratiche previste per il servizio di psicologia in farmacia e per l'intervento a distanza, secondo quanto previsto dalle raccomandazioni prescritte ad hoc per il progetto Covid-19. A tutti i soggetti chiamanti è stato chiesto di accettare o meno, di essere ricontattati per la fase successiva (fase 2) con incontri in farmacia, in presenza, al fine di effettuare una valutazione psicologica "post Covid-19", al termine del lockdown, secondo quanto previsto dal nostro progetto. Il supporto psicologico tramite numero verde ha avuto una durata di 35 giorni complessivi.

La ricerca ha richiesto la partecipazione di un gruppo di 11 psicologi, che facevano già parte del gruppo Team progetto Covid – 19.

Obiettivi della ricerca

La ricerca è stata fatta tramite un sondaggio di opinioni, sulla base di un questionario costruito dai referenti della ricerca.

I nostri obiettivi:

Individuare tramite autovalutazione il vissuto di disagio psicofisico percepito durante la pandemia. In particolare sono stati analizzati i dati raccolti durante la fase 1, il passaggio alla fase 2, di riduzione degli obblighi di costrizione a casa e le proiezioni della loro qualità di vita dopo il Covid.

Peculiarità

La peculiarità di questa ricerca è molto significativa, in quanto i vissuti di disagio psicologico che sono emersi provenivano da persone che hanno chiesto spontaneamente di parlare con uno psicologo per ricevere un aiuto. Questa differenza potrebbe portare a risultati diversi e sicuramente cambia la relazione tra gli interlocutori.

Normalmente la ricerca si svolge con la ricerca dell'utenza e solo i soggetti disponibili a rispondere vengono intervistati, è pertanto un utente non sempre spontaneo. Questa

differenza è significativa ed è estremamente importante nella ricerca in psicologia dell'emergenza.

Infatti questa modalità pone l'utenza (un satellite) in movimento e l'operatore (la terra) in ascolto per intercettare e accogliere il grido di aiuto.

La ricerca è stata condotta tramite un questionario / sondaggio relativo agli eventuali cambiamenti nella quotidianità della vita, ai vissuti psicologici e alla rappresentazione della vita nel prossimo futuro a seguito dell'esperienza del covid-19. Un'esperienza, quella del Covid-19, che ha causato un vero e proprio “trauma collettivo”.

Il questionario, messo a punto, dalla Presidente di ANPIF Fiorella Palombo Ferretti e dalla responsabile della didattica e ricerca di ANPIF, Rosanna Canero Medici, è stato utilizzato prima su un piccolo campione pilota per verificare il livello di comprensione dello stesso e successivamente, dopo la modifica di alcune domande, a seguito delle richieste di chiarimento del campione pilota, è stato somministrato su un campione di 100 soggetti che hanno completato il questionario, estratti dalle centinaia di telefonate pervenute.

1.2 Descrizione del Campione

Il Campione sul quale è stata effettuata la ricerca è costituito da 100 soggetti presi da un primitivo campione di centinaia di soggetti che hanno chiamato spontaneamente il

numero verde per chiedere supporto per un momento di grande difficoltà psicologica che stavano attraversando.

Il campione per il 22% è formato da maschi e per il 78% da femmine. Tutti i soggetti hanno contattato spontaneamente il numero verde dell'associazione nazionale psicologi in farmacia, anche più volte, riportando l'esigenza di essere ascoltati nei loro vissuti di disagio psicologico. Tutti i soggetti hanno dato la loro disponibilità a rispondere in maniera volontaria, con garanzia di anonimato al questionario.

Dati emersi all'analisi statistica:

- L'età media è di 49 anni, con una deviazione standard di 12 e un range che va dai 20 ai 79 anni.
- Il 35% vive da solo e il 65% in famiglia.
- Provenienza geografica: il 55% dal Nord Italia, il 18% dal Centro, il 16% dal Sud ed l'11% dalle isole.
- Il 43% è in cura con farmaci psicoattivi, il 57% del campione non li assume.
- Il 56% del campione, alla domanda relativa all'aver sofferto di un disagio psicologico in passato, ha risposto affermativamente, sì, mentre il restante 44% ha risposto no.
- Il 41% dichiara di aver avuto un familiare che ha sofferto di disturbi psichici.

Mentre il dato davvero significativo è che ben il 59% ha risposto no. Questo dato

è indicativo di quanto la pandemia, anche nel periodo immediatamente successivo, abbia causato un vissuto traumatico, tale da aver probabilmente slatentizzato pregresse fragilità da un lato, e dall'altro da aver messo le persone comuni di fronte ad un problema per il quale non avevano le risorse e le abilità di coping tali, da poterlo affrontare in autonomia.

Anche questo è un dato che evidenzia il perché è fondamentale agire a livello preventivo, sia per intervenire precocemente, prima che si possa strutturare una psicopatologia, sia per rafforzare le abilità per fronteggiare gli stressor nella vita.

- Il 46% è venuto a conoscenza del servizio da facebook, il 27% dalla farmacie e il restante 27% da internet;

Il Campione presenta sicuramente delle caratteristiche che lo differenziano in modo considerevole da altri campioni sui quali sono state condotte altre ricerche. Una peculiarità di sicuro rilievo è che tutti i soggetti possedevano una certa consapevolezza del loro disagio psicologico in tempi di covid-19 in quanto si erano rivolti volontariamente alla Farmacia che, in linea con le modifiche stabilite dal D.Lgs 153/2009, rappresenta sempre più un presidio socio-sanitario che fornisce servizi di primo livello, prevenendo e intercettando il disagio,

1.3 Metodologia

Per tutti gli item sono state calcolate le distribuzioni delle frequenze % ottenute sull'intero campione. Per gli item giudicati di maggior rilievo (Domanda 3; Domanda

9; Domanda 10; Domanda 11) le % sono state rappresentate graficamente per le diverse alternative di risposta proposte.

1.4 Descrizione del Questionario

Il questionario che abbiamo costruito presenta una prima parte che raccoglie dei dati anamnestici dei soggetti che è servita per ricavare le caratteristiche dettagliate del campione, che sono state riportate nella descrizione del Campione. Una seconda parte riguardava le eventuali modifiche apportate alla loro vita a seguito del covid 19, gli eventuali disagi psicologici e le aspettative sulla loro vita futura. Tutti i soggetti sono stati informati degli scopi della ricerca ed hanno risposto in forma volontaria al questionario .

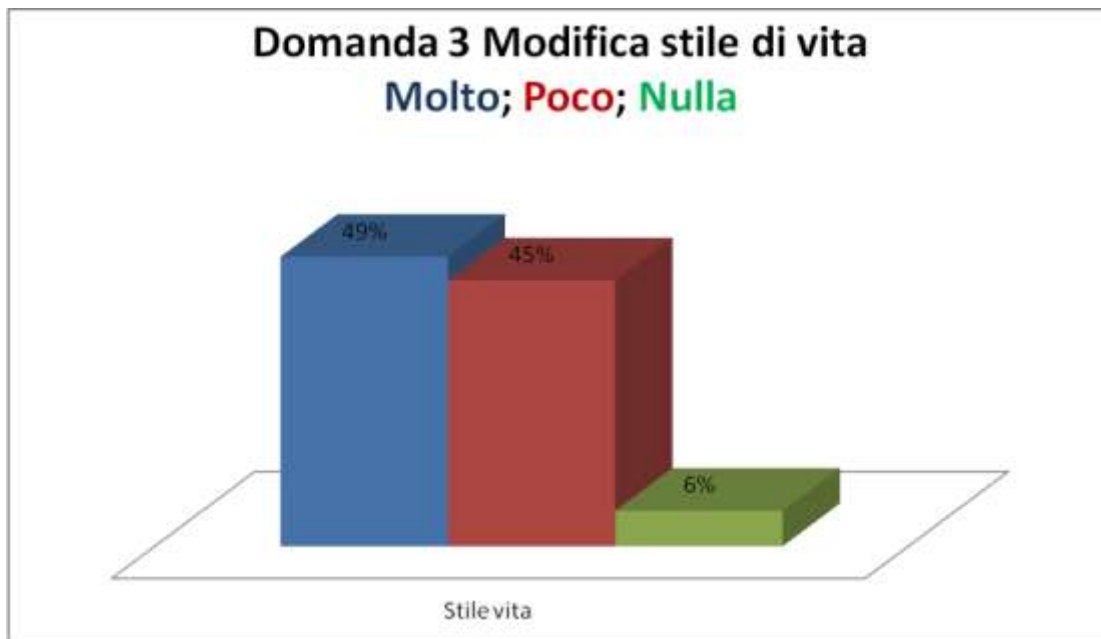
Analisi del questionario e dei risultati

Esaminiamo le diverse domande dello stesso con le alternative di scelta che propone e le percentuali % di scelta ottenute sul campione.

1. E' stato colpito lei personalmente, o i suoi familiari dal covid-19? :
A) Si 12% B) No 88% (Se rispondi No passi direttamente alla domanda 3).
2. Adesso come sta, o come stanno:
A) Bene 45% B) Meglio 36% C) Male o morto 19% .
3. Quanto ha cambiato il suo stile di vita?
A) Molto 49% B) Poco 45% C) Nulla 6%.

Fig. 1 Rappresentazione grafica. Domanda 3 Fig. 1

Figura 1



4. Lei come ha vissuto o sta vivendo questo periodo?
 A) Con tranquillità 25% B) Con una certa agitazione 44% C) Molta agitazione 31%.
5. Lei e i suoi familiari avete avuto ripercussioni al livello economico a seguito del covid-19 ?
 A) Nessuna 39% B) Poco rilevanti 32% C) Rilevanti 29%.
6. Che disagio psicologico ha provato durante il periodo del covid-19?:
 A) Solitudine 7% B) Tristezza 6% C) Rabbia 7% D) Ansia 18% E) Difficoltà a dormire 4% F) più di una 47% G) nessuna 11%.
7. Ha mai provato in passato un disagio di qualche tipo?:
 A) Solitudine 2% B) Tristezza 6% C) Rabbia 2% D) Ansia 22% E) Difficoltà a dormire 7% F) più di una 45% G) nessuna 16%.
8. Come si è sentito-a quando è entrata in vigore la fase 2:
 A) contento-a 21% B) in pericolo 10% C) più tranquillo-a 49% D) Come in fase 1 20%.
9. I disagi che eventualmente ha riferito sono cambiati dalla fase 1 alla fase 2:
 A) Si, sono peggiorati 7% B) Si, sono migliorati 59% C) No, sono rimasti uguali 34%.

Fig. 2 Rappresentazione grafica Domanda 9 – Fig. 2

Figura 2

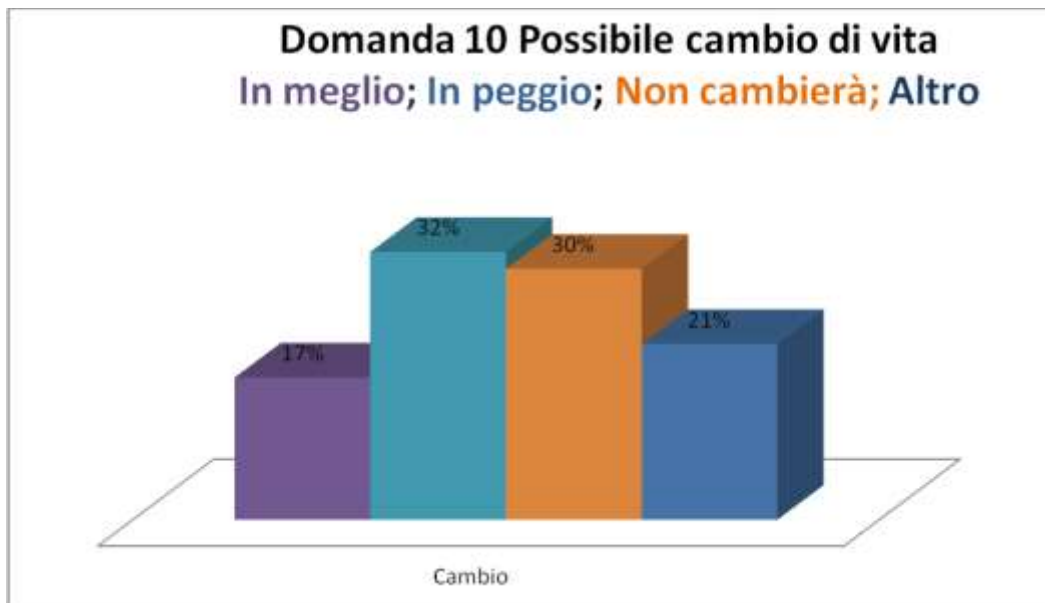


10. Pensa che la sua vita cambierà a seguito del covid 19?:

A) Si cambierà in meglio 17% B) Cambierà in peggio 32% C) Non cambierà 30% D) Altro 21%.

Fig. 3 Rappresentazione grafica Domanda 10 – Fig. 3

Figura 3



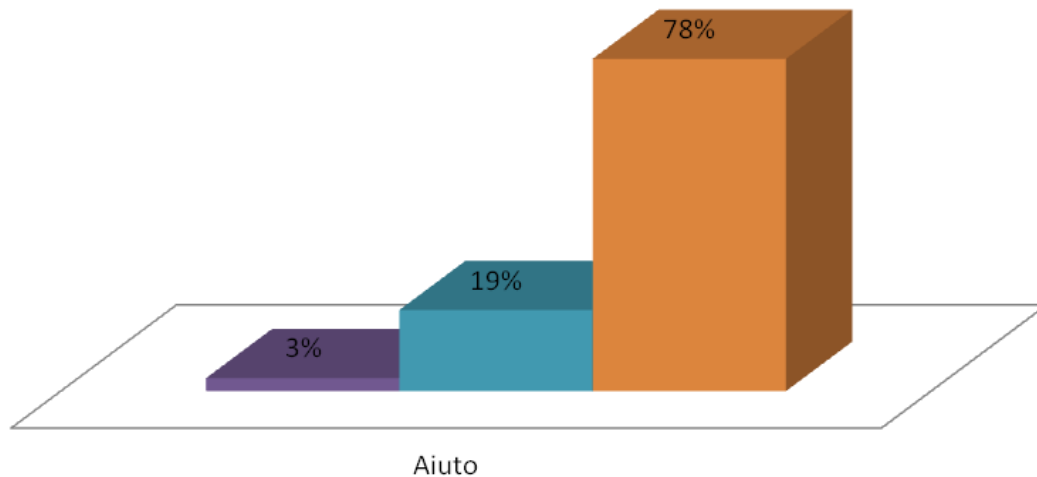
11. Sente che questo Servizio le è stato d'aiuto:

A) Per niente 3% B) Poco 19% C) Molto 78%

Fig. 4 Rappresentazione grafica Domanda 11 - Fig. 4

Fig. 4

Domanda 11 Possibile aiuto del Servizio Per niente; Poco; Molto



1.7. Analisi dei risultati e conclusioni

Dall'esame delle risposte alle domande di tutto il questionario si evidenzia che :

- Una parte (11%), è stata colpita fortemente dalla pandemia. In taluni casi anche dalla morte di familiari per Covid
- Che le persone colpite in questa seconda fase stanno meglio e/o bene (81%). (domanda sottoposta unicamente alle persone colpite dal covid-19).
- Che la vita per i più è cambiata molto (49%).
- Che stanno vivendo questo periodo con molta o almeno una certa agitazione (75%);

- Che in una certa misura hanno avuto delle ripercussioni economiche di un certo rilievo (29%).
- Che con una alta percentuale provano ansia, per lo più unitamente ad altre patologie (89% frequenza cumulativa)
- Che anche in passato , con una percentuale simile aveva provato ansia per lo più unitamente ad altre sintomatologie (84% frequenza cumulativa).
- Che durante la fase due si sono sentiti più tranquilli (49%).
- Che durante la fase due i disturbi si sono ridotti (59%).
- Che una buona % è indecisa se la propria vita cambierà in peggio (32%) o non cambierà (30%), ma pochi pensano che cambierà in meglio (17%)
- Che molti sentono che il servizio gli è stato d'aiuto (78%)
- In sintesi dall'esame dei risultati si evidenzia che in una certa misura sul campione molti hanno presentato disagi psicologici di una certa entità a seguito del covid-19 e non solo quelli che sono stati realmente colpiti dal virus o che hanno avuto familiari che sono stati colpiti dallo stesso. In ogni caso molti hanno avuto manifestazioni diverse di disagio psicologico, per lo più in contemporanea, e non solo ansia, ma anche rabbia, tristezza, solitudine, pessimismo relativo al futuro relativamente alla propria vita futura e uno stato di malessere che racchiude tutte queste manifestazioni. Che anche in passato hanno sofferto, per cause diverse di uno stato di disagio psico-fisico . Che in ogni caso nella seconda fase si sono sentiti meglio, ma pochi pensano che

questa esperienza porterà a cambiamenti positivi nella loro vita. Da un sondaggio di opinione non risulta possibile sicuramente effettuare una diagnosi di eventuali disturbi psicologici, e questo non è il nostro obiettivo. In ogni caso l' altissima percentuale a favore di vissuti di malessere (81% cumulando tutti i sintomi) e l'alta percentuale di una proiezione negativa relativa alla propria vita futura, rispetto a quella positiva (indecisa se la propria vita cambierà in peggio 32% , indecisa che cambierà in meglio 17%) , fanno ipotizzare che sul campione sia per lo più presente uno stato di ansietà live caratterizzato anche da un tono di umore di tipo depressivo , contraddistinto da uno stato di preoccupazione con agitazione per il futuro e un senso di inadeguatezza relativo alle proprie capacità di affrontare il futuro che creano un impatto negativo sulla qualità della vita che possono scatenare un circolo vizioso tra emozioni e pensieri negativi come senso di tristezza, solitudine, rabbia, difficoltà di dormire, ansia e spesso più di una e una proiezione di tipo pessimistico nel futuro che facilmente richiedono un intervento.

Bibliografia

AA.VV.(2014), *Linee di indirizzo sugli strumenti per concorrere a ridurre gli errori in terapia farmacologica nell'ambito dei servizi assistenziali erogati dalle farmacia di Comunità*, Ministero della Salute.

Bosco A. (2003), *Come si costruisce un questionario*, Carrocci, Roma.

Capua I. (2020), *Il dopo. Il virus che ci ha costretto a cambiare mappa mentale*, Mondadori ,
Milano

De Rose C. (2018), *L'indagine campionaria e il sondaggio d'opinione. Metodi quantitativi della
ricerca sociale*, Carrocci.

Francescato D., Tomai M. (2005), *Psicologia di comunità e mondi del lavoro*, Carocci, Roma.

Francescato D., Tomai M., Girelli G. (2002), *Fondamenti di psicologia di comunità*, Carocci,
Roma.

Lanzetti L., Lombi L., Marzulli M.(2008), *Metodi qualitativi e quantitativi per la ricerca sociale in
sanità*, Franco Angeli, Milano.

Mortari L., Zannini L. (2017), *La ricerca qualitativa in ambito sanitario*, Carrocci Roma.

Nadin G., Pacenti G.C., Salemm W (2011), *La farmacia dei servizi. Opportunità e soluzioni
nell'integrazione all'assistenza sanitaria*, Tecniche Nuove, Milano.

Palombo Ferretti F. (2014), “ Lo psicologo in Farmacia”, in *La Farmacia dei Servizi – Nuove
realtà*, Diagnosi e Terapia ed.

Palumbo M., Garbarino E. (2006) , *Ricerca Sociale. Metodo e tecniche*, Franco Angeli, Milano.

Pitrone M. (2009), *Sondaggi e interviste. Lo studio dell'opinione pubblica nella ricerca sociale*,
Franco Angeli, Milano

Ravizza S. (2020), *50 domande sul corona virus: gli esperti rispondono*, I Manuali del corriere
della sera, Milano

Scarpa N. (2020), *Covid-19, la malattia da nuovo coronavirus (SARS-CoV-2) Formato Kindle*

Fiorella Palombo Ferretti (2020), *Manuale di Psicologia in Farmacia vol.1 – Bokness su Amazon-
Kindle- Mondadori store e Libreria Universitaria. SP. Editore*

Zani B., Cicognani E. (2000), *Psicologia della salute*, Il Mulino.

www.farmaciaepsicologia.it

Appendice Specifiche

Tutti i soggetti hanno contattato più volte gli operatori in maniera volontaria. La ricerca è stata effettuata tramite la somministrazione di un semplice questionario, messo a punto dall'Anpif sul disagio psicologico a seguito del corona virus e nel passaggio dalla Fase 1 alla Fase 2 ad un campione di 94 soggetti, proveniente da tutta l'Italia con una età media di 49 anni. Dall'esame dei risultati si evidenzia che molti hanno presentato disagi psicologici di una certa entità a seguito del covid-19 e non solo quelli che sono stati realmente colpiti dal virus o che hanno avuto familiari che sono stati colpiti dallo stesso. Le manifestazioni di un malessere generale sono state diverse. Che nella seconda fase si sono sentiti meglio, ma pochi ritengono che questa esperienza porterà a cambiamenti positivi nella loro vita. I risultati evidenziano alte percentuali di uno stato di ansietà caratterizzato da tono dell'umore deflesso (depresso) che si distingue per uno stato di pensieri ed emozioni psico-fisiche negativi caratterizzati da preoccupazione con agitazione per il futuro e un senso di inadeguatezza relativo alle proprie capacità di affrontare il futuro, aspetti che creano un impatto negativo sulla qualità della vita. Emerge una grande fiducia nell'efficacia dell'intervento degli operatori della farmacia e dei servizi di supporto psicologico di facile accesso.