

Aly Accardi Tarmin

HARVARD – Italian 30 – Spring 2021

(fonte: Valeria Pini, [Repubblica](#))



Durante lo scorso anno, la pandemia COVID-19 ha causato l'isolamento di molti; questo ha influito sulla salute mentale di tante persone in tutto il mondo. Ciò è dovuto principalmente alla paura del contagio e alla crisi economica in corso che hanno danneggiato la salute mentale. Inoltre, le persone sono particolarmente isolate per i i blocchi nazionali dovuti alla pandemia COVID-19. Inoltre, studi hanno dimostrato che per coloro che sono entrati in contatto con il virus, la probabilità di depressione aumenta di 5 volte; questo ha portato a circa 800mila nuovi casi di depressione entro il prossimo anno.

Gli studiosi hanno scoperto che esiste un chiaro legame tra la malattia mentale e la pandemia COVID-19. La metà di quelli con COVID-19 ha una malattia mentale con un 42% di insonnia o ansia, il 28% di disturbo da stress post traumatico e il 20% di disturbo ossessivo compulsivo. Queste statistiche drastiche rappresentano chiaramente un collegamento tra la pandemia COVID-19 e alcune malattie mentali molto comuni, che possono essere aggravate dalla crisi economica. Sfortunatamente, durante questa pandemia è stata presente una crisi economica che ha aumentato il disagio mentale nella popolazione mondiale poiché il tasso di depressione raddoppia negli individui che guadagnano meno di 15.000 euro all'anno e triplica negli individui disoccupati.

Le persone che sono maggiormente a rischio a causa di questa pandemia includono proprio i disoccupati e le donne, poiché coloro che sono senza lavoro soffrono di cattiva salute mentale a causa della perdita del lavoro. Molte donne hanno perso il proprio impiego e subito più duramente la pandemia, visto che si prendono cura dei bambini a causa della chiusura delle scuole o dei familiari anziani.

A causa dell'enorme aumento dei problemi di salute mentale durante questa pandemia, è stato difficile trovare cure adeguate. Molti hanno utilizzato metodi di auto-cura, "fai da te", per migliorare la loro salute mentale, ma gli esperti raccomandano di vedere i professionisti medici in quanto potrebbero essere necessari terapie e farmaci adeguati per risolvere le crisi di salute mentale.

Per leggere tutto l'articolo di Valeria Pini clicca qui: [Repubblica](#)

Note linguistiche:

dilagare: to spread

malessere: good health

benessere: bad health

syndemia: syndemic (two epidemics occurring at once)

Note culturali:

Disturbo Ossessivo Compulsivo: questo è un disturbo di salute mentale che induce le persone a diventare ossessionate / rimuginare su determinati aspetti della vita (puoi avere compulsioni o sentirti come se dovessi fare qualcosa a causa delle ossessioni)

PTSD: questo disturbo della salute mentale provoca un trauma nelle persone a causa di eventi passati (può causare brutti sogni, ipervigilanza, ecc.) ... Più comunemente causato da abusi o partecipazione in guerra.

Depressione: la depressione fa sì che le persone si sentano molto tristi, provocando idee suicide

Syndemia: una syndemia è quando due epidemie si verificano contemporaneamente e causano il peggioramento di ciascuna epidemia. C'è una sindemia qui, poiché la pandemia COVID-19 ha peggiorato la salute mentale e viceversa.

Spunti per la discussione:

Come pensi che le persone possano ottenere cure per la salute mentale quando non ci sono abbastanza medici disponibili durante questa pandemia?

Pensi che le cure "fai da te" siano efficaci per risolvere questa crisi di salute mentale o le persone hanno bisogno di veri medici e professionisti per aiutare la loro salute mentale?

Perché pensi che i disoccupati e le donne abbiano sofferto di più (in termini di salute mentale) durante questa pandemia globale?

Pensi che una volta che questa pandemia sarà finita, la salute mentale delle persone tornerà alla normalità o le persone soffriranno di crisi di salute mentale per il resto della loro vita a causa di questa pandemia?