

Alessandro Pejrano

La notizia di pazienti affetti da Covid-19 che perseveravano nel negare l'esistenza del virus nonostante si trovassero ricoverati, ha scosso il buonsenso di chi ha un solido principio di realtà.

**La vulnerabilità dell'individuo all'azione di agenti infettivi nella fase del contagio e nel decorso della patologia, è data da un insieme di variabili** che interessano, oltre che agli aspetti ambientali, anche le caratteristiche biologiche del patogeno, la risposta immunitaria dell'ospite e non ultimo le sue dinamiche psichiche e la reazione psicologica.[1] La rapidissima progressione del Sars-CoV-2 da focolaio epidemico allo stato pandemico ha mostrato sin da subito alcuni aspetti psicologici di particolare interesse per la salute pubblica. Le variabili di personalità sono in genere scarsamente prese in considerazione nei contesti di medicina generale ma hanno, in realtà, un peso ponderato di particolare importanza per la salute umana. Le malattie sono eventi che minacciano l'individuo e possono arrivare ad essere psichicamente disorganizzanti quando sconosciute e incontrollabili. La modulazione delle emozioni e del comportamento in senso adattivo o disadattivo dipende, nella sostanza, dalle risorse del soggetto, dalle sue capacità di *coping* e dalla struttura di Personalità che gli appartiene. La notizia di pazienti affetti da Covid-19 che perseveravano nel negare l'esistenza del virus nonostante si trovassero ricoverati, ha scosso il buonsenso di chi ha un solido principio di realtà. Ma è solo questione di buonsenso?

**La psiche mette costantemente in atto dei meccanismi adattivi, chiamati Difese, in grado di modulare la cognizione, le emozioni e il comportamento.** Nonostante il termine sia ingannevole perché ne banalizza la complessità e importanza, la Difesa in quanto tale è un processo complesso in grado di condizionare profondamente la salute umana. Modula, al pari degli enzimi nel metabolismo di una cellula, molteplici funzioni psichiche: il Sé, la percezione degli altri e della realtà, il senso del pericolo.[2] In altre parole, mantenendo la metafora biologica, le Difese hanno la funzione di conservare l'omeostasi, ovvero l'organizzazione psichica. Ogni individuo mette in atto, inconsapevolmente, un *pool* di meccanismi difensivi che ne costituiscono l'ossatura della sua Personalità, costante nel tempo ed esclusiva dell'individuo come il suo codice genetico. La capacità di mettere in atto queste Difese in determinati contesti situazionali della vita, arricchisce i meccanismi di *coping*. Non tutti i soggetti, però, hanno risorse adeguate per utilizzare le funzioni difensive in senso adattivo. Non accogliere le frustrazioni imposte dal confinamento per la pandemia di Sars-CoV-2 può essere, ad esempio, il segnale di un deficit

nella capacità di elaborare emotivamente aspetti della realtà.

**“Soffrivano, ma continuavano a dire che il virus non esiste”.**[3] Con queste parole la Dott.ssa Roberta Petrino, Responsabile del reparto di Medicina d’urgenza delle ASL di Vercelli, dava testimonianza alla stampa sulla drammaticità dei cosiddetti negazionisti. Se a questa modalità, per certi versi grottesca, viene naturale attribuire il senso della stupidità umana, addentrandosi in essa, è possibile cogliere aspetti importanti per la salute. Con molta probabilità questi pazienti, che potremmo definire sommariamente negazionisti, stanno mettendo in atto dei meccanismi di Difesa con un alto “livello di funzionamento”, ovvero in un modo apparentemente adattivo ma totalmente disorganizzante per la propria salute. Nell’esempio citato è il Diniego il meccanismo principale che, verosimilmente, sta condizionando la percezione della realtà di questi pazienti. Il Diniego è un meccanismo per certi versi semplice ma fine e complesso nella sua espressione quotidiana. Con esso l’individuo rifiuta un dato di realtà. In certe situazioni può presentare dei risvolti adattivi di straordinaria importanza. Pensiamo ipoteticamente ad un naufrago che si è salvato gettandosi dalla nave a picco pur non sapendo nuotare! In quegli istanti egli ha negato il non saper nuotare ma è stato proprio il Diniego che gli ha permesso, poi, di trovare un salvagente e non colare a picco con l’imbarcazione. Negare un dato di realtà può diventare disadattivo e pericoloso se interessa invece aspetti generali della realtà stessa. Nel corso di un’epidemia virale negare l’esistenza del patogeno espone naturalmente il soggetto a maggiori probabilità di contagio, poiché le misure di profilassi comportamentale messe in atto saranno con molta probabilità inadeguate. Il Diniego, quando si presenta con “livelli di funzionamento” troppo alti, può avere risvolti drammatici per la salute. Il giovane adolescente che “nega” l’esistenza dell’HIV non userà mezzi di prevenzione per le malattie trasmesse sessualmente, così come la donna che “nega” la familiarità oncologica potrà non sottoporsi ad uno screening mammografico. Lo slogan diffuso nei primi mesi dell’emergenza sanitaria **“andrà tutto bene”** può avvicinarsi ad una forma di Diniego di massa, antitetico alle regole più semplici di educazione sanitaria.

**Altre due Difese molto più elaborate poiché sono spesso l’interfaccia di meccanismi più complessi, sono la Razionalizzazione e l’Intellettualizzazione** che potrebbero spiegare, in parte, la predisposizione ad accogliere le cosiddette “fake-news”. Ci troviamo naturalmente su un terreno ipotetico ma se vediamo i dettagli di questi processi Difensivi, li riconosceremo nel comportamento di molti individui. La Razionalizzazione, banalmente, tenta di dare una spiegazione forzatamente razionale ad una realtà che genera angoscia, elaborando pensieri rassicuranti ma fuorvianti, a volte percepiti dagli altri come “stupidi”. Con l’Intellettualizzazione l’individuo usa invece in modo eccessivo il pensiero astratto, facendo importanti generalizzazioni. Il fine di questi due meccanismi è la separazione delle

emozioni dalla ragione, rendendo così una situazione spiacevole decisamente più gestibile, meno disorganizzante e soprattutto sensata: il virus è stato creato in laboratorio con l'obiettivo di sottomettere l'umanità al volere di una setta massonica internazionale, per citare una delle tante teorie del complotto.

**Un altro meccanismo difensivo che può presentare risvolti importanti per la salute è la Compartmentalizzazione** (o Compartimentazione) che potrebbe chiarire alcune condotte apparentemente contraddittorie. Mediante questa Difesa rendiamo compatibili due atteggiamenti o pensieri che razionalmente sono in contraddizione. Ad esempio, di giorno si rispettano scrupolosamente le misure di igiene e profilassi, la sera ci si dà alla promiscuità intima occasionale e alla festa. I soggetti con questo comportamento, che è inconsapevole, se posti dinnanzi alla contraddizione della loro condotta, useranno la Razionalizzazione vista pocanzi per dare una spiegazione ragionevole ad un comportamento che da un punto di vista sanitario non ha alcun senso. All'esordio dell'epidemia non era infrequente trovarsi a dialogare con soggetti che si avvicinavano alla realtà epidemica con una forma iper-semplificistica, banalizzando o più semplicemente non considerando aspetti della realtà. Questo atteggiamento, facilmente quantificabile misurando l'indice Lambda del noto Reattivo di Rorschach, è caratteristico del cosiddetto "*high Lambda style*", ovvero individui con condotte evitanti e ridotte capacità di gestione dello stress,[4] una tendenza alla semplificazione dei percetti con l'obiettivo di ridurre l'impatto emotivo in un contesto complesso come quello pandemico. Si evince che le funzioni difensive, qui accennate, rivestano particolare importanza nella *compliance* medica e farmacologica, nonché per il successo delle campagne di prevenzione medico-sanitarie.

**Ed è proprio per questi motivi che il sistema di salute pubblica non può delegare esclusivamente al singolo individuo la responsabilità della propria salute.**

L'epidemia di Sars-CoV-2 deve servire per ritrovare negli storici concetti di Alma-Ata, l'impianto mentale per identificare la salute non solo come un diritto fondamentale dell'uomo, ma nel suo accesso a un livello più alto, un obiettivo di interesse globale[5], intendendo come "accesso più alto" un concetto di salute sociale, biologico, psichico ed economico. Considerare le variabili psicologiche come determinanti della salute, non deve però trarre in inganno. Il Diniego citato pocanzi come esempio, è un meccanismo psichico quando inconscio, ma diviene un atto politico, dall'amaro sapore di opportunismo economico, quando consapevole. È il caso dell'infausto "modello" svedese nella gestione della pandemia, improntato con certa spudoratezza nel "*jobs, businesses and economy*" (vedi articolo [Covid-19. Il caso svedese](#)).

Alessandro Pejrano, Psicologo Clinico e Tecnico di Laboratorio

## **Bibliografia**

1. Alessandro Pejrano. Gli ormoni e la rappresentazione psichica della malattia. Dossier stress e malattie infettive. PneiNews, n.2 marzo-aprile 2013, pag. 12-13.
2. Vittorio Lingiardi, Fabio Madeddu. I meccanismi di difesa. Milano: Raffaello Cortina Editore, 2002.
3. [Negazionisti malati al Pronto soccorso di Vercelli: "Soffrono per il Covid, ma dicono che non esiste"](#): La Stampa, 12.11.2020
4. Lis A, Zennaro A, Salcuni S, Paroli L, Mazzeschi C. Il Rorschach secondo il Sistema Comprensivo di Exner. Milano: Raffello Cortina Editore, 2021.
5. Nicola Comodo, Gavino Maciocco. Igiene e sanità pubblica. Roma: Carocci Faber, 2002.