Istituto per la salute del **bambino** e dell'**adolescente**

A scuola di salute

SPECIALE
Giugno 2020

Pronto soccorso *psicologico*

Bambino Gesù FONDAZIONE
Bambino Gesù Istituto per la Salute
Ania FONDAZIONE

CONTENUTI

In questo numero

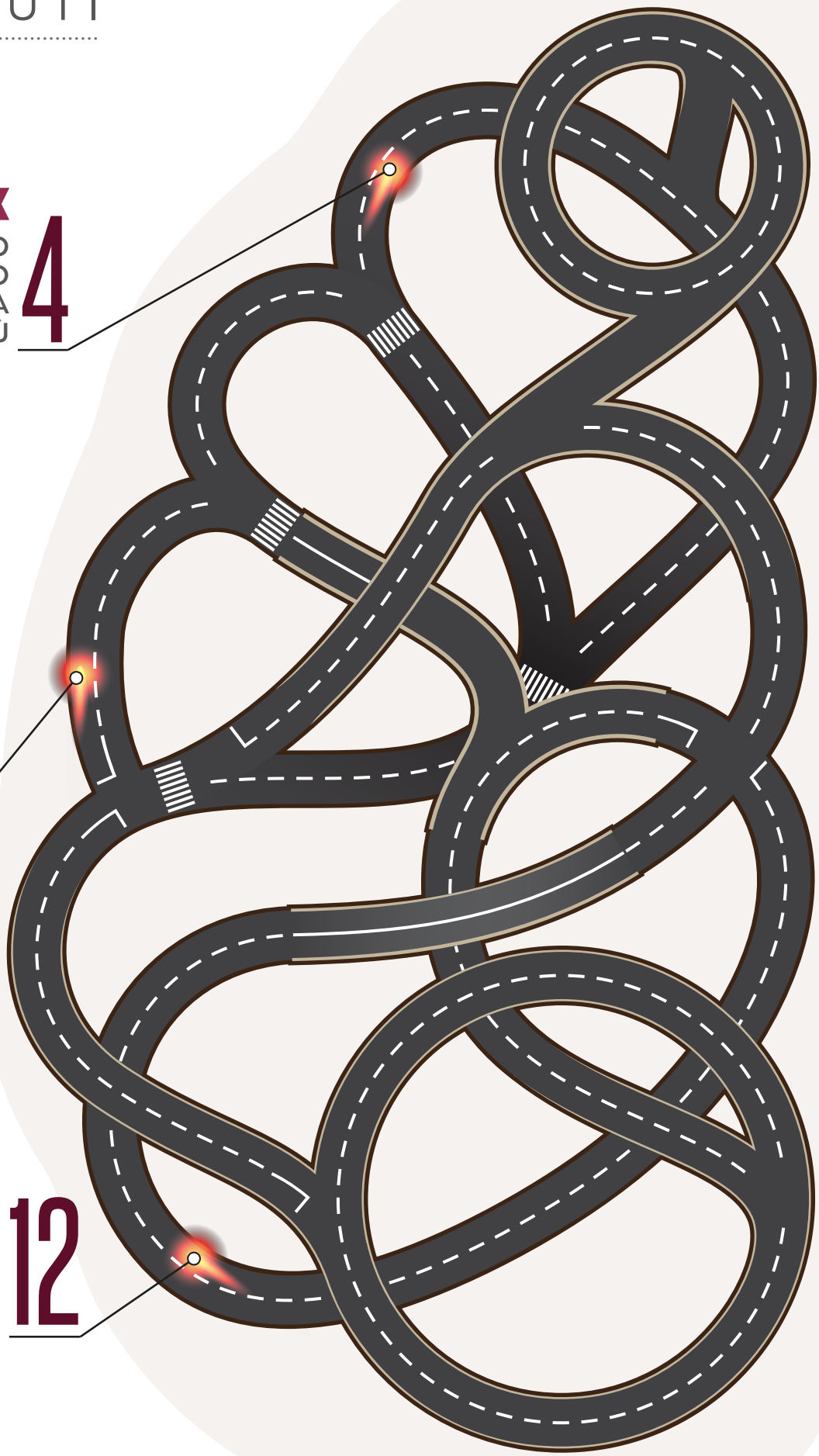
IL PRONTO SOCCORSO PSICOLOGICO DI FONDAZIONE ANIA E BAMBINO GESÙ 4

Gioco d'azzardo

PROGETTO DOSTOEVSKIJ: FONDAZIONE ANIA CONTRO IL GIOCO D'AZZARDO 6

Gioco d'azzardo

GIOCO D'AZZARDO: CHE COS'È E QUANDO PREOCCUPARSI 12



Pronto soccorso psicologico

16 ANIA CARES, FONDAZIONE ANIA AL FIANCO DELLE VITTIME DELLA STRADA

Covid-19

20 COVID-19, IL NUMERO VERDE DI SAPIENZA E FONDAZIONE ANIA PER ASSISTENZA PSICOLOGICA AL PERSONALE SANITARIO

Dopo un trauma

24 DISTURBO POST-TRAUMATICO DA STRESS: COSA C'È DA SAPERE

COORDINAMENTO EDITORIALE: **A.G. Ugazio, N. Zamperini**
A CURA DI: **F. Gesualdo**
COMITATO DI REDAZIONE: **G. Morino, A. Reale, A. Tozzi, A. Turchetta, S. Vicari**
SEGRETERIA: **M. Mathieu**

Il pronto soccorso psicologico *di Fondazione ANIA e Bambino Gesù*

In questo numero

Questo numero di A scuola di salute consolida la collaborazione tra Fondazione **ANIA** *(Associazione Nazionale fra le Imprese Assicuratrici)* e **Fondazione Bambino Gesù**.
Dopo la sicurezza stradale, in questo magazine si parla di un altro tema estremamente importante come il supporto psicologico.
In particolare, vengono raccontate due iniziative di Fondazione ANIA sul tema. In primo luogo, il **progetto Dostoevskij**, che punta a contrastare un fenomeno che sta diventando sempre di più un'emergenza come il gioco d'azzardo patologico.
L'altro tema al centro del magazine è il progetto **ANIA Cares**, un vero e proprio pronto soccorso psicologico a disposizione delle vittime della strada.
A supporto del racconto dei due progetti di Fondazione ANIA, ci sono gli approfondimenti degli specialisti dell'Ospedale Bambino Gesù sulla dipendenza da gioco d'azzardo e sul disturbo post-traumatico da stress.
L'obiettivo di questa collaborazione tra Fondazione ANIA e Ospedale Pediatrico Bambino Gesù resta costante: promuovere sicurezza e prevenzione, e assicurare cura e salute dei bambini.

PROGETTO DOSTOEVSKIJ:

Fondazione ANIA contro il gioco d'azzardo

Ricerca, prevenzione e controllo per combattere il gioco d'azzardo. È questo, in sintesi, il racconto del **progetto Dostoevskij della Fondazione ANIA**, che punta a contrastare un fenomeno che sta diventando sempre di più un'emergenza.
L'iniziativa prevede un ruolo attivo per la Fondazione ANIA nella lotta al gioco patologico e, soprattutto, nell'educazione ad una gestione oculata del risparmio e del reddito. Il progetto, in collaborazione con la Facoltà di Psicologia della Sapienza Università di Roma, durerà 3 anni ed è arrivato al suo secondo anno di attività.

Gli studi e la ricerca scientifica

L'iniziativa è partita con un'analisi approfondita del tema. Lo studio iniziale ha previsto l'analisi della letteratura già precedentemente resa disponibile sul fenomeno del gioco d'azzardo patologico, seguita da un questionario conoscitivo sul fenomeno del gambling.

Dopo i questionari, sono stati formulati e condotti **14 Focus Group** sul tema "gioco d'azzardo patologico", con persone di diverse fasce d'età che saranno successivamente coinvolte nella formazione finale, per un totale di 300 soggetti.
Dal punto di vista della ricerca scientifica, è stata realizzata un'indagine con l'obiettivo di fornire un quadro completo delle caratteristiche comuni e delle differenze tra il disturbo da gioco d'azzardo (GD) e il disturbo da uso di sostanze, in particolare da uso di alcol (AUD).
È stata inoltre avviata una ricerca per indagare **in che modo le emozioni influiscono sulle scelte di gioco**, misurando sia le scelte che i tempi di reazione.

Il lavoro con la comunità di San Patrignano

Dal 2019, il progetto Dostoevskij lavora in stretto contatto con la **Comunità di San Patrignano** e con le tante storie dei ragazzi della Comunità.

La collaborazione, partita lo scorso luglio, ha l'obiettivo di **valutare emozioni e personalità di pazienti affetti da gioco d'azzardo patologico**, attraverso colloqui psicologici individuali con gli ospiti della Comunità.

Il futuro

Nelle fasi del progetto che seguiranno immediatamente si andrà ad indagare se e in che modo l'ambiente (luci, suoni, tempo, ecc.) possa influire sulle condotte di gioco. Inoltre, si procederà all'analisi di questi aspetti, attraverso la risonanza magnetica, con l'aiuto di uno scenario di realtà virtuale per misurare **in che modo le emozioni modulino le condotte di gioco e influiscano sulla scelta della tipologia oltre che sull'importo della scommessa**.

Tutto ciò come premessa alla costruzione del **kit formativo** per la sensibilizzazione e prevenzione sul tema della ludopatia indirizzato a ragazzi, adulti e anziani.

La collaborazione con la Comunità di San Patrignano, partita lo scorso luglio, ha l'obiettivo di ***valutare emozioni e personalità di pazienti affetti da gioco d'azzardo patologico,*** *attraverso colloqui psicologici individuali con gli ospiti della Comunità.*

LE TAPPE DEL PROGETTO

Focus Group sul tema *"gioco d'azzardo patologico"*

Collaborazione con la Comunità di San Patrignano

GIOCO D'AZZARDO:

Che cos'è e quando preoccuparsi

Il gioco d'azzardo consiste nello scommettere beni, il più delle volte denaro, sull'esito incerto di un evento futuro. Si trasforma in pericolosa dipendenza **quando chi gioca perde la capacità di controllare volontariamente i propri comportamenti**, non riesce più a stabilire e rispettare un limite di tempo e denaro da impiegare e ha come unico scopo della giornata la ricerca compulsiva dell'attività che genera piacere.
Questa forma di dipendenza non riguarda solo gli adulti e il rischio di diventarne vittima si corre sia all'esterno che all'interno delle mura domestiche, a causa dell'utilizzo - anche tra i più piccoli - di app o siti internet che consentono un facile accesso al gioco. Come le altre dipendenze, anche quella da gioco è caratterizzata da elementi ricorrenti:

- **il craving**, il desiderio improvviso e incontrollabile di giocare;
- **l'astinenza**, la sensazione di irrequietezza associata a sintomi fisici e psicologici se non si riesce a giocare;
- **l'assuefazione**, la necessità di aumentare progressivamente la quantità di tempo dedicato al gioco;
- **il gambling**, ovvero la tendenza a sovrastimare la propria abilità di calcolo delle probabilità e a sottostimare l'esborso economico che porterà ad una vincita.

Le cause

La dipendenza da gioco d'azzardo deriva da una interazione tra fattori biologici, psicologici e ambientali che varia da persona a persona. Dal punto di vista biologico, nei giocatori d'azzardo i circuiti cerebrali che guidano il comportamento subiscono una sorta di "**inganno**", iniziando a rispondere come se l'azione del gioco fosse necessaria alla sopravvivenza. Il tratto psicologico che maggiormente predispone allo sviluppo delle dipendenze è la scarsa capacità di **autocontrollo** (caratteristica distintiva dell'adolescenza), mentre i principali fattori di rischio ambientali sono rappresentati dal contesto socio-economico in cui i ragazzi vivono, dall'esposizione a eventi stressanti e dalla familiarità con le dipendenze e con altre patologie psichiatriche.

Come prevenire

L'attenzione da parte della famiglia è fondamentale per cogliere tutti i segnali che indicano una possibile dipendenza. Tra questi, l'interesse continuo per il gioco d'azzardo, le ridotte capacità di controllo sul tempo dedicato a questa occupazione, il disinteresse per lo studio e per le altre attività ricreative, il calo della resa scolastica, le frequenti assenze ingiustificate, l'ansia, l'irritabilità, gli atteggiamenti aggressivi non motivati, i disturbi del sonno e l'insorgere di comportamenti fino a quel momento considerati inusuali come mentire ripetutamente o rubare in casa.
Per affrontare il problema, genitori e insegnanti dovranno informare e sensibilizzare i ragazzi rispetto al fenomeno, aiutandoli a comprendere i pericoli, anche molto gravi, della dipendenza, ma senza utilizzare toni proibizionistici e giudicanti. Sarà quindi necessario tenere sotto controllo il comportamento dei giovani più a rischio e avviare interventi terapeutici specifici (ad esempio, i percorsi di psicoterapia individuale) nelle situazioni potenzialmente critiche.

Il percorso terapeutico

La cura si basa su incontri di psicoterapia individuali, familiari o di gruppo. L'obiettivo primario è creare un'alleanza con i giovani pazienti per rinforzare la motivazione e l'adesione al trattamento e per renderli più consapevoli del problema.
Per proteggerli dal contatto con l'esperienza del gioco patologico, il terapeuta potrà dare alcune indicazioni di comportamento, ad esempio, evitare luoghi (sale scommesse) o situazioni di rischio (frequentare amici dediti al gioco e imitarne l'atteggiamento).

Nel percorso terapeutico possono essere prescritti farmaci che agiscono sulla compulsione (come gli antidepressivi di nuova generazione) o che stabilizzano il tono dell'umore (come il litio). I casi più gravi, invece, verranno indirizzati ai cosiddetti **SERD**, i servizi socio-sanitari assistenziali dedicati al trattamento delle dipendenze.

Un indirizzo di posta *per chiedere aiuto*

All'Ospedale Pediatrico Bambino Gesù sono seguiti giovani invischiati nel gioco d'azzardo. Per chiedere informazioni sul fenomeno, per segnalare una situazione di rischio o per ricevere l'aiuto degli specialisti di Neuropsichiatria Infantile del Bambino Gesù, è stato attivato l'indirizzo e-mail ***iogioco@opbg.net***.

In base alla gravità della richiesta, un team di psicologi e psichiatri valuterà l'approccio più adatto: potrà fornire consigli all'interlocutore o suggerire una visita con un neuropsichiatra infantile per ulteriori approfondimenti.

ANIA Cares,
Fondazione ANIA al fianco delle vittime della strada

Il progetto prevede una rete di 100 psicologi distribuiti sul territorio per aiutare le vittime di incidenti stradali e i loro familiari

Un pronto soccorso psicologico attivo in 4 capoluoghi di provincia italiani. Il **progetto ANIA Cares**, ideato dalla Fondazione ANIA in collaborazione con la Sapienza Università di Roma e con la Polizia Stradale, ha l'obiettivo di fornire assistenza psicologica alle vittime di incidenti stradali e ai loro familiari.

Attivo dal 2016, il progetto ha **assistito 452 persone fino ad oggi, gestendo oltre 1000 chiamate**. ANIA Cares è attivo a Roma, Milano, Firenze e Campobasso e si può accedere al servizio contattando il numero verde 800 893 510.

Come funziona ANIA Cares

Il progetto ha previsto la creazione di **una rete di 100 psicologi distribuiti nelle 4 città in cui è partito in via sperimentale: Milano, Firenze, Roma e Campobasso**. Attraverso l'elaborazione di un protocollo di intervento innovativo per l'Italia, si mette a disposizione di chi ne ha bisogno un aiuto qualificato per reagire dopo un incidente stradale, superando le conseguenze psicologiche per danni fisici permanenti o per la perdita di una persona cara.
Oltre al protocollo terapeutico, il progetto prevede la formazione di tutte quelle figure professionali che, a vario titolo, hanno contatti con le vittime di incidenti stradali e i loro familiari: dalle forze dell'ordine che intervengono al momento dell'incidente, passando per i medici legali e i liquidatori assicurativi.
In tal modo viene realizzato un approccio integrato ma differenziato rispetto ai diversi momenti di contatto con le vittime.

Un passo in avanti

ANIA Cares è completato dal progetto "**Un passo in avanti**", realizzato nella prima fase in collaborazione con la Fondazione Università Foro Italico di Roma e nella seconda fase, avviata nel 2020, con la collaborazione del Campus Biomedico: un programma riservato a coloro che hanno subito lesioni al midollo spinale a seguito di un incidente stradale e che prevede l'utilizzo di un esoscheletro robotico grazie al quale è possibile trascorrere alcune ore della giornata in posizione verticale e muoversi.
Si tratta di un vero e proprio caso di eccellenza a livello mondiale, un "unicum", visto che progetti di questo tipo non esistono in altri paesi: per tracciare i manuali operativi e le linee di intervento, nonché per le procedure di formazione degli psicologi, la Fondazione ANIA si è avvalsa del supporto dei massimi esperti mondiali di psicologia del trauma.

I numeri di ANIA Cares

4

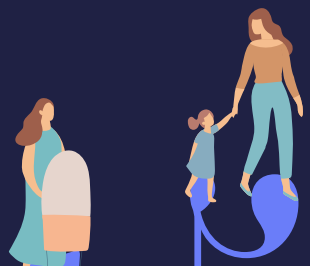
CITTÀ ITALIANE

MILANO

FIRENZE

ROMA

CAMPOBASSO



432

PERSONE ASSISTITE

OLTRE

1.200

CHIAMATE
GESTITE

800 893 510

NUMERO VERDE
ATTIVO TUTTI I GIORNI

Covid-19

Il numero verde di Sapienza e Fondazione ANIA per assistenza psicologica al personale sanitario

Si chiama Sapienza Cares for Carers (Sc4c) e si può raggiungere chiamando il numero 800 893 510. Previsto supporto in modalità audio e video

Un **supporto psicologico a disposizione di tutti i medici, gli infermieri e gli operatori dei policlinici universitari** che da settimane lottano in prima linea per l'emergenza Coronavirus. È il servizio che offrono la **Sapienza** Università di Roma e la **Fondazione ANIA**, accogliendo una proposta delle Facoltà di Medicina e Psicologia, Medicina e Odontoiatria, Farmacia e Medicina, di concerto con le Direzioni delle Aziende Ospedaliere Universitarie del Lazio.

Il servizio **Sapienza Cares for Carers (Sc4c)**, un vero e proprio pronto soccorso psicologico a distanza, è partito ufficialmente il 27 marzo, coordinato dalla Facoltà di Medicina e Psicologia. Può essere raggiunto chiamando, 24 ore su 24 per sette giorni a settimana, il numero verde **800 893 510**, messo a disposizione dalla Fondazione ANIA e che è stato reso immediatamente operativo grazie al supporto di Blue Assistance.

Le telefonate verranno passate a un gruppo di **quaranta psicologi professionisti**, formati per offrire sostegno al personale sanitario. Alcuni di questi psicologi sono impegnati in una formazione altamente specialistica presso Sapienza, altri sono un contingente di psicologi ANIACares Plus, con elevata preparazione sulle tematiche delle emergenze e già operativi per il pronto soccorso psicologico destinato alle vittime degli incidenti stradali.

Gli operatori sanitari che vorranno avere assistenza potranno rivolgersi al numero verde 800 893 510 ottenendo immediata risposta e sostegno. Dove si ravviserà la necessità, potranno anche fruire di un *counseling* di 5 incontri con docenti universitari della Sapienza che si svolgerà in modalità audio e/o videochiamata per la presa in carico di problematiche specifiche e che necessitino di spazi più ampi.

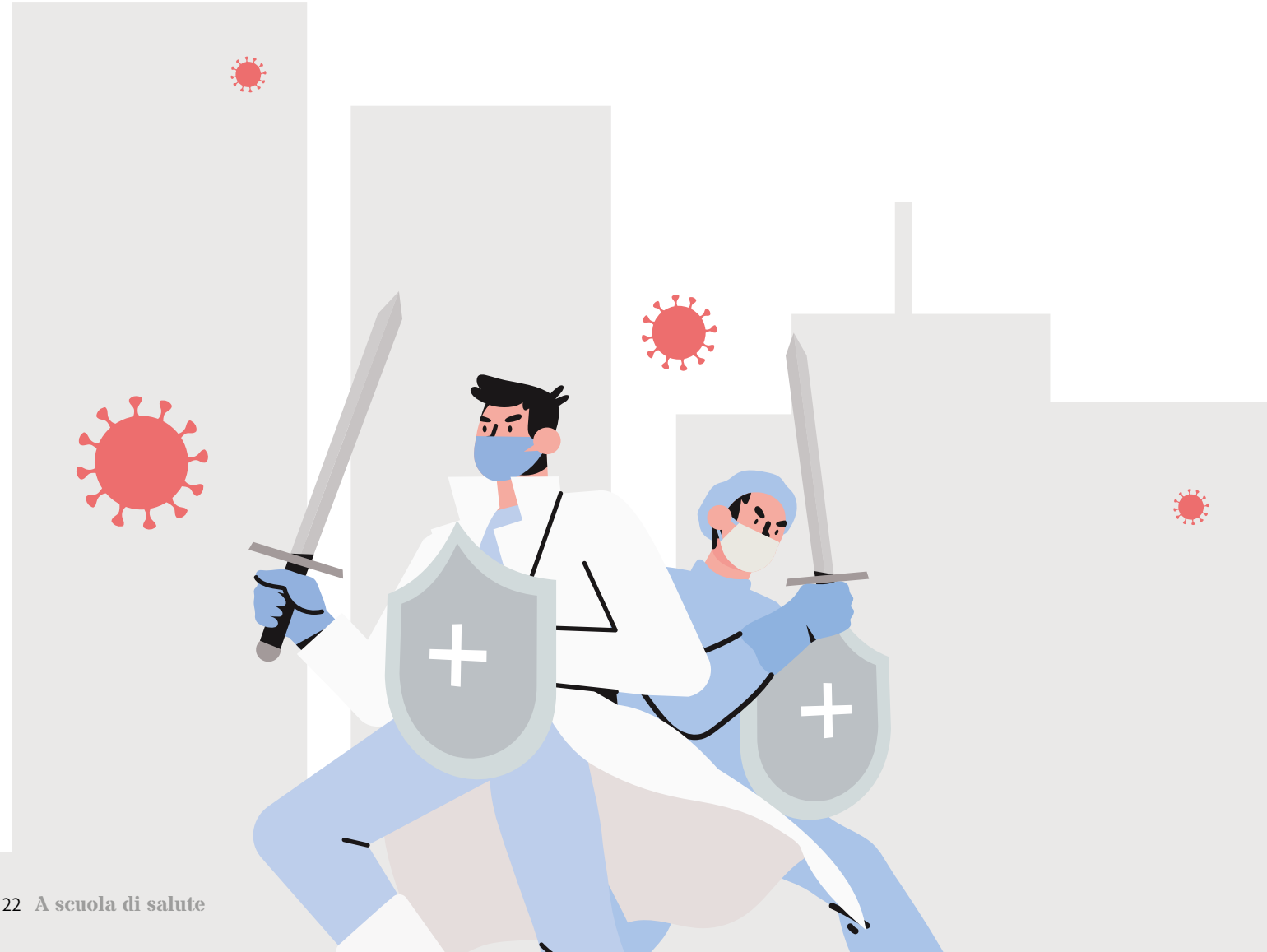
Si tratta di un servizio unico nel suo genere, il cui modello segue linee di ricerca e sperimentazione estremamente avanzate e frutto di collaborazione dei ricercatori della Sapienza e di altre prestigiose università internazionali.

Grazie al sostegno di Fondazione ANIA e del settore assicurativo, il servizio potrà presto essere messo a disposizione in forma analoga anche per altre aziende sanitarie sul territorio nazionale.

ANIA CARES PLUS

Covid-19

È un servizio di sostegno psicologico gratuito rivolto al personale sanitario, a pazienti che hanno contratto il Covid-19 e ai loro familiari, nonché a coloro che hanno subito un lutto a causa del Coronavirus.



CHI PUÒ CHIAMARE?

- Personale sanitario impegnato in "prima linea"
- Pazienti Covid-19 dimessi o in dimissione
- Familiari e parenti di pazienti che hanno contratto il Covid-19

QUALE NUMERO CHIAMARE?

Numero verde

800 893 510

QUANDO SI PUÒ CHIAMARE?

Dal lunedì alla domenica, dalle 7.00 alle 21.00

DA DOVE SI PUÒ CHIAMARE?

Il servizio è attualmente attivo in:

- LOMBARDIA
- ABRUZZO
- TOSCANA
- MOLISE
- LAZIO
- SICILIA

COME CONTATTARE IL SERVIZIO?

L'intervento si svolge in:

- Audio: chiamata telefonica
- Videochiamata: Skype, Hangouts Meet, Facetime, ecc.

QUANTO DURA L'INTERVENTO?

L'intervento di consultazione, ove ci fosse necessità, può estendersi fino a 8 incontri di sostegno gratuiti

DISTURBO POST-TRAUMATICO DA STRESS:

cosa c'è da sapere

Il disturbo post-traumatico da stress si può verificare in seguito all'esposizione ad atti o minacce di morte, gravi lesioni o violenza sessuale, aggressioni personali, disastri, guerre e combattimenti, rapimenti, torture, incidenti, malattie gravi. **Si può avere esperienza diretta dell'evento traumatico oppure essere testimone dell'evento subito da altre persone**. La risposta della persona colpita dal disturbo comprende paura intensa, sentimenti di impotenza o di orrore.

Quali sono le cause

La ricerca ha dimostrato che il trauma produce cambiamenti neurobiologici. Avviene una vera e propria "**ritaratura**" del sistema di allarme del nostro cervello (sistema limbico e amigdala) che funziona come una sorta di "segnale di fumo", continua a essere attivato e a segnalare al cervello: "pericolo, fuga".
Questa attivazione eccessiva produce anche una disattivazione di altri sistemi cerebrali che funzionano normalmente da "torre di controllo" (cioè l'elaborazione cognitiva delle informazioni) con perdita della capacità di regolazione emozionale, autoconsapevolezza, empatia e sintonizzazione verso gli altri.
Chi è colpito da un disturbo post-traumatico da stress **rivive l'evento traumatico nel presente con ricordi intrusivi di paura o orrore, flashback o incubi**. La persona si sforza di evitare pensieri o ricordi e attività o situazioni che gli ricordano l'evento traumatico.
Percepisce un eccessivo senso di minaccia ricorrente e si trova in uno stato di ipervigilanza con risposte esagerate di allarme. Si associano spesso problemi di concentrazione e difficoltà ad addormentarsi o a mantenere il sonno, incubi, irritabilità o scoppi di collera.

Come si fa la diagnosi

Un genitore che individui nel proprio bambino i sintomi del disturbo post-traumatico da stress, deve rivolgersi al proprio pediatra di famiglia oppure direttamente a un centro specializzato di Neuropsichiatria Infantile. La diagnosi si basa su criteri e strumenti diagnostici standardizzati.

Disturbo post-traumatico da *stress*

COME SI CURA

È bene che il piano di cura sia stabilito da una équipe specializzata sulla base del profilo psicologico del bambino e delle risorse della famiglia. Le linee guida internazionali annoverano:

Interventi di psicoterapia per il bambino (terapie *"trauma focused"* e cognitivo-comportamentali). Queste terapie mirano ad aumentare la capacità del bambino di gestire lo stress e la sofferenza in maniera più efficace, senza mettere in atto gli abituali comportamenti disfunzionali.

EMDR *(Eye Movement Desensitization and Reprocessing – Desensibilizzazione e Rielaborazione attraverso Movimenti Oculari).* L'approccio consiste nel far focalizzare la persona sul ricordo traumatico ed effettuare contemporaneamente una stimolazione bilaterale sensoriale (oculare, tattile e uditiva).
L'EMDR attiva le reti cerebrali in maniera fisiologica e facilita la rielaborazione dell'informazione relativa all'intensa esperienza traumatica.

Mindfulness (letteralmente "consapevolezza"), tecnica finalizzata ad aumentare il livello di consapevolezza e concentrazione sul presente.

Interventi di supporto alla famiglia.

Utilizzo di farmaci quando il clinico ravvede una condizione di sofferenza personale e intensa associata alla sintomatologia post-traumatica.

Si raccomanda di far praticare ai bambini **giochi** in grado di sviluppare le abilità sociali e di gruppo.

A scuola di salute

Bambino Gesù FONDAZIONE
Bambino Gesù Istituto per la Salute
Ania FONDAZIONE