

SALUTE MENTALE E CRISI CLIMATICA: Quale è il collegamento?

Il Policy Brief dell'OMS

WHO. Mental health and Climate Change: Policy Brief – 3 June 2022
(<https://www.who.int/publications/i/item/9789240045125>)

La sintesi del Policy Brief dell'OMS su salute mentale e crisi climatica è a cura di **Rita Longo**
- Centro Regionale di Documentazione per la Promozione della Salute – ASL TO3 - Regione Piemonte

Progetto editoriale: **Rita Longo**

Progetto grafico: **Alessandro Rizzo** - Centro Regionale di Documentazione per la Promozione della Salute – ASL TO3 - Regione Piemonte

Per la revisione della traduzione si ringrazia **Elena Barbera** - Centro Regionale di Documentazione per la Promozione della Salute – ASL TO3 - Regione Piemonte

Questa pubblicazione è parte dell'articolo "**Salute mentale e crisi climatica: quale è il collegamento? Il Policy Brief dell'OMS**"



Quest'opera è distribuita con Licenza Creative Commons
Attribuzione - Non commerciale - Non opere derivate 4.0 Internazionale

A giugno di quest'anno l'OMS - Organizzazione Mondiale della Sanità ha pubblicato un Policy Brief, un documento di indirizzo, che descrive le interconnessioni tra il cambiamento climatico e la salute mentale, e documenta l'aumento dei rischi di tipo sociale, ambientale ed economico per il benessere psicosociale, aggravati dalla crisi ecologica in atto.

Una delle fonti più autorevoli per il Policy Brief è l'*Intergovernmental Panel on Climate Change (IPCC)*, il principale organismo internazionale che valuta le più recenti informazioni scientifiche, tecniche e socio-economiche prodotte a livello mondiale per la comprensione dei cambiamenti climatici, composto da 3 gruppi di lavoro che integrano e pubblicano periodicamente Report di valutazione, Report Speciali e Report di sintesi, questi ultimi corredati di schede volutamente "non tecniche" contenenti indicazioni/raccomandazioni per i policy-makers.

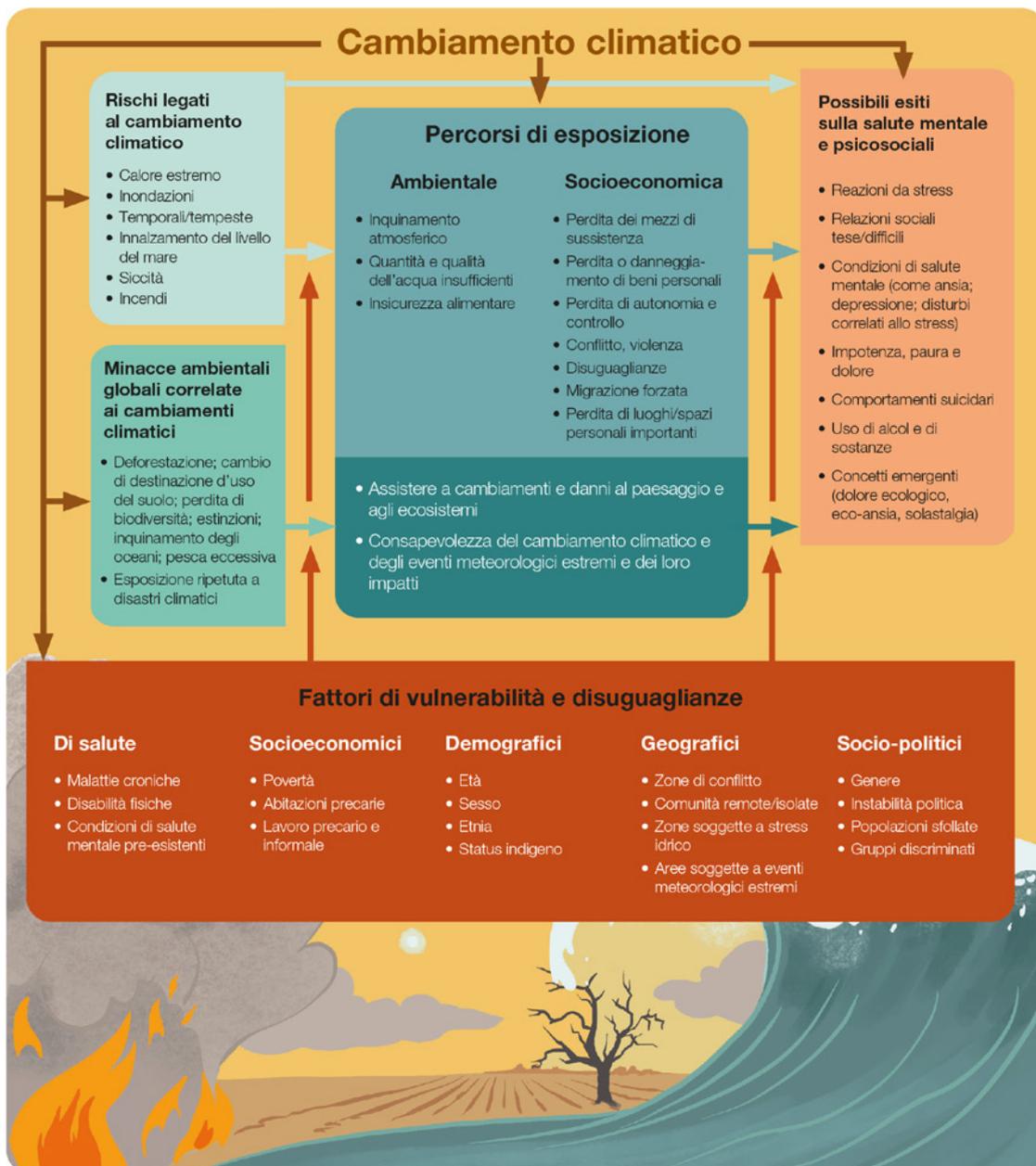


Fig. 1. Principali interconnessioni tra cambiamento climatico e salute mentale (Fonte: Policy Brief OMS, 2022, pag. 3)

I REPORT DELL'IPCC

Il cambiamento climatico - definito dall'IPCC (2018) come “*un cambiamento delle condizioni del clima, rappresentate da modifiche delle sue proprietà/caratteristiche, che persistono per un lungo periodo, in genere decenni o più*” - è responsabile di rischi gravi e fenomeni pericolosi quali uragani, alluvioni e incendi, e di minacce a insorgenza lenta quali ad esempio le alterazioni dell'ecosistema, l'insicurezza alimentare e idrica, la perdita dello spazio abitativo e dei riferimenti culturali

I dati ci dicono che tra il 1970 e il 2020 le emergenze legate al clima sono aumentate, il 50% di tutti gli eventi disastrosi si presenta ripetutamente dal 2003, e coinvolge in totale 5 miliardi di persone (Fonte: banca dati EM – DAT del *Centre for Research on the Epidemiology of Disasters di Bruxelles*, 2021).

Gli studi sull'impatto dei cambiamenti climatici su individui e comunità hanno riguardato in gran parte la salute fisica, ma **il cambiamento climatico aggrava molti fattori di rischio socio-ambientali per la salute mentale e i problemi psicosociali**, e ciò provoca stress e peggiora le condizioni di salute soprattutto per le persone più vulnerabili. Si tratta perciò di una emergenza in aumento, alla quale bisogna rispondere con azioni concrete di protezione della salute mentale.

I legami tra cambiamento climatico e salute mentale sono stati indagati soprattutto nell'ambito dei disastri e delle emergenze, in particolare in relazione ad eventi estremi quali uragani, tornado, terremoti, ecc. Le conoscenze stanno aumentando, anche rispetto all'utilità e al ruolo di determinati programmi, in particolare **interventi di salute mentale e supporto psicosociale** (MHPSS - *Mental Health and Psychosocial Support*).

Nel suo VI e ultimo Report di valutazione, l'IPCC evidenzia in maniera inequivocabile l'attuale aumento delle malattie clima-correlate, delle morti premature, della malnutrizione in tutte le sue forme, e delle minacce alla salute mentale e al benessere. Inoltre, per quanto riguarda i sistemi sanitari, vengono rilevate – a livello mondiale - una scarsa dotazione di risorse umane e materiali, una debole capacità di reagire al cambiamento climatico, e una particolare inadeguatezza del supporto ai problemi di salute mentale.

Le ricerche hanno fatto emergere le emozioni intense che gli individui e le comunità sperimentano di fronte agli eventi estremi causati dal cambiamento climatico, quali tristezza, paura, disperazione, impotenza, sofferenza, e recentemente sono state coniate espressioni nuove per descrivere queste reazioni, in particolare tra i giovani: angoscia da cambiamento climatico, solastalgia (1), eco-ansia (2), stress ambientale, lutto ecologico (3), stress psicologico legato al clima.

¹ Solastalgia. Espressione inglese composta da “solace” (conforto, consolazione) e “nostalgia”, coniata da Glenn Albrecht nel 2005 (Solastalgia, a new concept in human health and identity, in: «Philosophy Activism Nature», 3). Utilizzata nella pratica clinica e psicologica, indica il senso di malessere che invade la persona quando l'ambiente circostante quotidiano è stato violato, distrutto, abbandonato (vocabolario Treccani)

¹ Eco-ansia (eco-anxiety). La profonda sensazione di disagio e di paura che si prova al pensiero ricorrente di possibili disastri legati al riscaldamento globale e ai suoi effetti ambientali, particolarmente frequente tra gli adolescenti e i giovani. Concetto usato in ambito psicologico (D.W.Kidner, R. Randall, R. Letzman), accettato dall'APA – American Psychological Association (vocabolario Treccani).

³ Lutto ecologico (ecological grief). È la reazione psicologica alle perdite ambientali, particolarmente sentito dalle persone che mantengono stretti rapporti di vita, di lavoro e culturali con l'ambiente naturale (Cunsolo A. ed Ellis N.R. 2018. Ecological grief as a mental health response to climate change-related loss. *Nat Clim Chang.*, 8:275–81. doi: 10.1038/s41558-018-0092-2). L'articolo originare di Cunsolo ed Ellis (2018) lo definisce come “il dolore provato in relazione alle perdite ecologiche sperimentate o previste, inclusa la perdita di specie, ecosistemi e paesaggi significativi a causa di cambiamenti ambientali acuti o cronici” [p. 275].

Esempi di come il cambiamento climatico e i percorsi di esposizione impattano sulla salute mentale

Esempi di effetti sulla salute

Reazioni da stress

- I pericoli legati al clima possono portare a forti sofferenze emotive
- La maggior parte delle persone sperimenta una qualche forma di disagio dopo un'emergenza, ma è in grado di superarla in modo efficace una volta soddisfatti i bisogni di base e di sicurezza

Problemi di salute fisica legati allo stress

- Lo stress può abbassare il livello di risposta del sistema immunitario, aumentando la vulnerabilità all'inquinamento atmosferico e alle malattie idro-trasmesse
- L'angoscia cronica è legata ai disturbi del sonno, che possono influire sulle malattie fisiche o peggiorare la salute mentale e il benessere psicosociale
- Lo stress psicologico può aumentare il rischio di sviluppare malattie cardiovascolari e autoimmuni e potenzialmente anche i tumori

Disturbi mentali

A seguito di eventi meteorologici estremi è stato riportato lo sviluppo di disturbi mentali, compresi la depressione, l'ansia e disturbi correlati allo stress

Relazioni sociali difficili

- I rischi legati al clima provocano tensioni nelle relazioni interpersonali e portano alla violenza da parte del partner intimo
- Altri impatti psicosociali comprendono la separazione familiare e l'allontanamento dai sistemi di supporto sociale (ad esempio, i bambini devono essere temporaneamente trasferiti e obbligati a frequentare un'altra scuola o a saltare la scuola)



Impotenza, paura e dolore

- Assistere alle lente conseguenze negative del cambiamento climatico può generare preoccupazioni per il futuro, insieme a senso di impotenza e di sofferenza
- Alcune persone provano un senso di perdita, impotenza e frustrazione perché si sentono incapaci di arrestare il cambiamento climatico o di fare la differenza
- Molti giovani riferiscono di sentirsi in difficoltà e di provare un senso di tradimento e diffidenza nei confronti del governo, di fronte all'inazione climatica

Maggiore rischio di comportamenti suicidari

- Il rischio di suicidio può essere più elevato tra coloro che hanno vissuto situazioni di rischio ripetute o gravi
- L'aumento delle temperature è stato anche collegato all'aumento del tasso di suicidi in molti Paesi

Esempi di percorsi di esposizione

Perdita di spazi/luoghi personali importanti

- Il cambiamento climatico minaccia l'ambiente e le comunità locali, che a loro volta possono sperimentare un senso di perdita di luoghi importanti e di desolazione.
- I cambiamenti nell'ambiente fisico e la distruzione del proprio ambiente domestico possono provocare stress emotivo, angoscia e disorientamento nelle persone. Ad esempio, quando le persone perdono le loro case a causa dell'innalzamento del livello del mare o quando la terra diventa inadatta alle pratiche agricole o non è in grado di sostenere le colture alimentari a causa della siccità a lungo termine, le persone colpite possono provare disagio emotivo e senso di impotenza.
- La perdita della propria abitazione può creare un senso di perdita di continuità e di appartenenza e perdita di identità personale.

Perdita di autonomia e di controllo

Il cambiamento climatico incide sui bisogni primari e sui servizi di base e influisce sul senso di autonomia e controllo delle persone - ad esempio, rende la mobilità una sfida per gli anziani e per le persone con disabilità

Inquinamento

L'inquinamento atmosferico è un fattore significativo di cambiamento climatico, che è stato associato anche ad un aumento del rischio di disturbi mentali, anche per i bambini le cui madri sono state esposte al particolato durante la gravidanza.



Fig. 2. Classificazione basata sul documento dell'APA - American Psychological Association, 2017 (Fonte: Policy Brief OMS, 2022, pag. 6)

Il Policy Brief evidenzia/sottolinea che c'è ancora un gap da colmare nella comprensione dei meccanismi di impatto del cambiamento climatico sulla salute mentale e sul benessere psicosociale, ma le conoscenze attuali sono già sufficienti per agire!

Vi sono ad esempio forti evidenze sull'efficacia degli interventi di salute mentale e supporto psicosociale (MHPSS) all'interno del contesto più generale delle azioni di contrasto del cambiamento climatico.



IL PROTOCOLLO MHPSS

L'espressione "salute mentale e supporto psicosociale" è stata utilizzata all'interno delle Linee Guida in contesti emergenziali dell'IASC – Inter-Agency Standing Committee, e fa riferimento a "ogni tipo di supporto locale o esterno che promuove o protegge il benessere psicosociale e/o previene o cura i disturbi mentali".

Le prime Linee Guida sono state pubblicate nel 2007, riscuotendo un ampio consenso internazionale, grazie all'approccio di salute pubblica proposto, alla forte attenzione ai determinanti sociali del benessere psicologico e al focus salutogenico sulla promozione/rinforzo della resilienza di individui e comunità. Dopo decenni di esperienze sul campo in vari Paesi del mondo e dopo numerose ricerche, è stato sviluppato un modello che integra considerazioni di salute mentale e supporto psicosociale all'interno della risposta emergenziale complessiva, e che prevede vari livelli di intervento di intensità crescente, in collaborazione tra tutti i settori coinvolti.

Questo tipo di interventi – riconosciuto e utilizzato da tutte le organizzazioni umanitarie internazionali che rispondono alle emergenze - poggia su principi base fondamentali (diritti umani e uguaglianza, approccio partecipativo, valorizzazione delle risorse e delle competenze esistenti, adozione di interventi complessi su più livelli, sistemi di supporto integrato), e garantisce approcci diversi/complementari allo scopo di fornire il supporto più adeguato.

La validità di MHPSS è stata riconosciuta anche rispetto allo specifico target operatori sanitari: nel 2011 l'OMS ha pubblicato un protocollo evidence based rivolto ad operatori comunitari, sociali e sanitari (tradotto in italiano dall'AUSL Romagna nel 2018). Il modello è stato inoltre raccomandato durante la pandemia di COVID-19: a maggio 2020 le Nazioni Unite hanno pubblicato un documento specifico sul COVID-19 e sulla necessità di interventi di salute mentale, a partire dalle azioni previste dalle Linee Guida IASC.

I CONCLUSIONI

Il Policy Brief termina con le seguenti Considerazioni:

I vari meccanismi attraverso cui il cambiamento climatico influisce sulla salute mentale stanno diventando sempre più evidenti. I Paesi possono e devono accelerare drasticamente le strategie di risposta al cambiamento climatico, includendo azioni mirate specificamente a ridurre/mitigare l'impatto sulla salute mentale e sul benessere psicosociale. Gli effetti sistemici, globali e potenzialmente irreversibili della crisi climatica hanno persino dato origine a recenti concetti/disturbi emergenti - modalità reattive che in molti casi possono rappresentare delle risposte comprensibili e congruenti alla crisi che il mondo sta affrontando, ma il cui impatto può essere significativo.

Benchè siano necessarie ulteriori ricerche, abbiamo sufficienti esperienze ed evidenze per guidare/orientare un'azione immediata – sostiene l'OMS. Evidenziare e riconoscere il legame tra la salute mentale e il cambiamento climatico può diventare un'opportunità per realizzare azioni con un'ottica più olistica e maggiormente coordinata. La ricerca e la pratica sul campo hanno messo a disposizione interventi efficaci che possono essere svolti in maniera tempestiva. Con un sostegno ulteriore da parte dei governi, dei ricercatori, dei professionisti di MHPSS e di tutti coloro che si attivano in difesa del clima, è possibile proporre e realizzare vari tipi di intervento nell'ambito di una risposta globale/mondiale.

Considerando la notevole influenza delle attività umane sul cambiamento climatico, la salute mentale e il benessere psicosociale devono diventare uno dei focus principali delle azioni di protezione del clima. È necessario un impegno a livello politico e finanziario tra tutti i settori affinché l'azione a difesa del clima e gli interventi di MHPSS diventino una priorità. È l'unico modo per ottenere giustizia per tutti coloro che ne fanno le spese.



Il documento individua e suggerisce 5 Azioni strategiche fondamentali per mitigare / contrastare l'impatto della crisi climatica sulla salute mentale.

1. Inserire le valutazioni/considerazioni sul cambiamento climatico all'interno dei piani/programmi politici concernenti la salute mentale, inclusi gli interventi promozione della salute mentale e supporto psicosociale (MHPSS), per reagire nel miglior modo possibile alla crisi climatica

Riconoscimento dei co-benefici delle azioni di prevenzione e mitigazione del cambiamento climatico (ad esempio le azioni di contrasto della crisi climatica nei settori quali trasporti e pianificazione urbanistica possono avere grandi ripercussioni a livello di salute mentale, quali riduzione delle depressione grazie all'aumento dei livelli di attività fisica e di utilizzo della bicicletta)

2. Inserire gli interventi di MHPSS all'interno delle politiche e dei programmi inerenti salute e clima

Sviluppo e adozione di strategie di adattamento, indicatori, strumenti di misurazione e monitoraggio, ecc., raccomandato dall'OMS nei termini di un "approccio sistematico" volto a rinforzare la resilienza climatica dei sistemi sanitari e approfondire la comprensione dei legami tra cambiamento climatico e salute mentale (WHO Operational Framework for Building Climate Resilient Health Systems, 2015)

3. Costruire/realizzare accordi a livello mondiale/globale

Evidenti vantaggi derivanti dall'integrazione degli interventi di MHPSS nel contesto del cambiamento climatico, a supporto degli accordi globali esistenti, quali gli Obiettivi di Sviluppo Sostenibile dell'ONU (SDGS – Sustainable Development Goals, 2015), l'Accordo di Parigi dell'UE (The Paris Agreement, 2020), il Quadro di riferimento di Sendai per la riduzione del rischio di disastri dell'UNDRR (Sendai framework for Disaster Risk Reduction 2015 – 2030)

4. Sviluppare approcci community-based multisettoriali per ridurre le situazioni di vulnerabilità e l'impatto del cambiamento climatico sulla salute mentale e psicosociale

Adozione da parte degli interventi di MHPSS di un approccio di comunità che riconosca il ruolo attivo delle persone nelle situazioni di emergenza, riconosciute in grado di agire per migliorare la salute mentale e il benessere individuale e collettivo attraverso reti/sistemi di cura e assistenza formali e informali, esistenti o da sviluppare.

5. Affrontare il problema dell'ampio divario concernente i finanziamenti destinati alla salute mentale e al contrasto dell'impatto del cambiamento climatico sulla salute

La carenza di fondi disponibili e di personale preparato che riguarda i servizi di salute mentale, a prescindere dal cambiamento climatico, ha dei costi elevati sulla salute mentale (ad esempio la perdita della produttività a causa di disturbi depressivi e ansiosi); meno dello 0,5% dei finanziamenti per le strategie di adattamento alla crisi climatica hanno riguardato la protezione della salute e ancor meno se parliamo di salute mentale e benessere psicosociale (COP26 Special Report, WHO, 2021).

I Bibliografia e sitografia

WHO. Mental health and Climate Change: Policy Brief – 3 June 2022

ISBN: 9789240045125 - <https://www.who.int/publications/i/item/9789240045125>

Sito web dell' Intergovernmental Panel on Climate Change - IPCC

<https://www.ipcc.ch/>

VI Report di valutazione dell'IPC

IPCC. Climate Change 2022. Mitigation of Climate Change

<https://www.ipcc.ch/report/ar6/wg3/>

https://www.ipcc.ch/site/assets/uploads/2022/04/AR6_Fctsheets_April_2022.pdf

Linee Guida dell'IASC (Inter-agency Standing Committee) sugli interventi di salute mentale e supporto psicologico e psicosociale nei contesti di emergenza

IASC Guidelines on Mental Health and Psychosocial Support in Emergency Settings. Geneva: Inter-Agency Standing Committee; 2007

https://www.who.int/mental_health/emergencies/guidelines_iasc_mental_health_psychosocial_june_2007.pdf

Approfondimenti su MHPSS e versione italiana del protocollo evidence based MHPSS per operatori sanitari - "Primo soccorso psicologico: manuale per operatori sul campo" (Regione Emilia Romagna, 2018)

<https://www.auslromagna.it/ricerca/download/programma/psicologia/psicologia-emergenza>

ONU. Policy Brief: COVID-19 and the Need for Action on Mental Health. Maggio 2020

<http://unsdg.un.org/sites/default/files/2020-05/UN-Policy-Brief-COVID-19-and-mental-health.pdf>

ONU. Sustainable Development Goals. New York: United Nations; 2015

(<https://sustainabledevelopment.un.org/sdgs>, accessed 8 July 2021).

UE. Accordo di Parigi, 2020 – infografica

<https://www.consilium.europa.eu/it/infographics/paris-agreement-eu/>

United Nations Office for Disaster Risk Reduction. Quadro di riferimento di Sendai per la riduzione del rischio di disastri.

<https://www.undrr.org/publication/sendai-framework-disaster-risk-reduction-2015-2030>

Global Warming of 1.5°C: Summary for Policymakers. Geneva: Intergovernmental Panel on Climate Change; 2018 (https://www.ipcc.ch/site/assets/uploads/2018/10/SR15_SPM_version_stand_alone_LR.pdf)

WHO. Operational Framework for building climate resilient health systems. Geneva: World Health Organization; 2015 (<https://www.who.int/publications/i/item/operational-framework-for-building-climate-resilient-health-systems>)

COP26 Special Report on Climate Change and Health: The Health Argument for Climate Action. Geneva: World Health Organization; 2021. (<https://www.who.int/publications/i/item/cop26-special-report>).

Clayton S, Manning CM, Krygsman K & Speiser M. Mental Health and Our Changing Climate: Impacts, Implications, and Guidance. Washington, D.C.: American Psychological Association, and ecoAmerica; 2017 (<https://www.apa.org/news/press/releases/2017/03/mental-health-climate.pdf>)

Segnalazione del Policy Brief su area tematica Salute Mentale di Dors
<https://www.dors.it/page.php?idarticolo=3819>



Centro Regionale di Documentazione per la Promozione della Salute

Via Sabaudia 164 - 10095 Grugliasco (TO)
tel. 011 - 401 88 502 - fax 011 - 401 88 501
info@dors.it - www.dors.it