
Terremoto in Turchia e Siria: Azione contro la Fame, “l’assistenza psicosociale fondamentale per prevenire patologie nei sopravvissuti”

Lunedì 20 febbraio, due settimane dopo il terremoto in Turchia e Siria, la terra ha tremato di nuovo con terremoti di magnitudo 6,4 e 5,8 della scala Richter, che hanno colpito nuovamente il sud-est della Turchia, vicino al confine con la Siria. Secondo l’esperta psicosociale di Azione contro la Fame, Silvia Rodríguez, impegnata in Turchia, “in emergenze come questa, le persone subiscono molte perdite umane e materiali e devono cambiare tutti i loro piani da un giorno all’altro. Non sanno se riusciranno a mangiare, dove dormiranno...”. Tutto questo ha un enorme impatto sul loro benessere psicosociale. “Sappiamo che la percentuale di persone che hanno bisogno di un aiuto specializzato a lungo termine è relativamente bassa, a condizione che durante le prime fasi della crisi ricevano un sostegno per essere in grado di contenere e gestire adeguatamente queste emozioni e abbiano un accompagnamento psicosociale fin dall’inizio”, sottolinea Rodríguez. L’esperta sottolinea che nelle prime settimane “le reazioni intense sono una risposta naturale alla crisi che hanno vissuto”, per cui non è opportuno parlare di patologie o problemi di salute mentale finché “dopo il primo mese iniziamo a valutare se le persone hanno davvero difficoltà a superare questo evento e necessitano di un intervento più specializzato”. “Le reazioni più normali, soprattutto nelle prime settimane, sono sintomi di depressione, ansia e disturbi del sonno. In quest’ultimo caso, ad esempio, se le persone non riescono a dormire per una settimana, si ritiene già che ci sia un problema da trattare, perché è una reazione che renderà difficile il loro corretto funzionamento in altri ambiti, come la cura di sé, l’alimentazione o la partecipazione alle attività della comunità”. È per questo che la risposta all’emergenza include l’assistenza psicosociale, per prevenire lo sviluppo di patologie psicologiche tra i sopravvissuti. Una delle prime attività avviate dal team di emergenza di Azione contro la Fame in Turchia è stata quella di sostenere una cucina comunitaria nella provincia di Kahramanmaraş con strumenti da cucina, cibo, kit igienici, fornelli e coperte, gestita da volontari colpiti dalla crisi che hanno assunto un ruolo attivo nel sostenere la loro comunità. “Uno dei sentimenti principali dopo un evento come questo è la disperazione e la sensazione di essere una vittima, di non poter essere parte della soluzione. La cucina comunitaria di Kahramanmaraş è un ottimo esempio di come partecipare alla distribuzione e alla preparazione del cibo rafforzi il sostegno sociale delle persone colpite, il loro legame con le altre persone colpite e la loro consapevolezza di avere un ruolo importante nella risposta che si sta verificando”, dice Rodríguez. Insieme all’organizzazione umanitaria Support to Life, partner di Azione contro la Fame in Turchia, si stanno pianificando una serie di attività volte a soddisfare le esigenze psicologiche per aiutare la popolazione sfollata a stabilire routine all’interno della loro vita attuale, nel modo più sano possibile e che contribuisca al loro recupero a livello psicosociale, nonché la creazione di spazi sicuri per madri e bambini.

Gigliola Alfaro