

LA PERCEZIONE DEL RISCHIO OGGETTIVO E SOGGETTIVO

A cura di Paola Mencarelli – psicoterapeuta

Nell'epoca del coronavirus siamo chiusi in casa perché esiste un rischio di contagio, ma non tutti reagiamo allo stesso modo di fronte a questo rischio: alcuni escono tranquillamente senza mascherina, altri sono talmente tanto protetti da dispositivi da non riuscire neanche a respirare.

Quindi un rischio oggettivo (coronavirus) viene percepito in modo soggettivo dai diversi individui.

Cosa è un rischio oggettivo?

Il rischio è la probabilità di accadimento di un evento in grado di provocare determinate conseguenze, caratterizzate da uno specifico danno.

Spesso viene utilizzato come sinonimo di pericolo, che invece è la proprietà intrinseca di un oggetto o di un'attività di creare un danno (es. una lama affilata, una fiamma).

Per esempio: quando attraversiamo la strada (Pericolo), corriamo il rischio di essere investiti e di essere feriti (Danno), ma abbiamo maggiore probabilità di correre il rischio di essere investiti se attraversiamo con il semaforo rosso.

Dunque qualunque attività quotidiana, anche attraversare una strada, è soggetta a rischi, perciò possiamo distinguere un rischio reale o oggettivo (la strada) e un rischio soggettivo o percepito dalle persone che la attraversano, le quali orienteranno i propri comportamenti in relazione alla loro percezione del rischio stesso (attraversare con il rosso è un rischio ma se penso di essere veloce attraverso correndo il pericolo).

Quando si fa riferimento al rischio percepito dagli individui, parliamo di rischio soggettivo, nel quale l'entità delle conseguenze di determinati eventi, o comportamenti, può essere stimata diversamente dai diversi individui in relazione al processo utilizzato per calcolarne la stima.

Nella persona la percezione del rischio implica l'analisi razionale ed emozionale dell'evento pericoloso e le sue possibili conseguenze immediate e future.

La percezione del rischio è il risultato di una interpretazione soggettiva della realtà che dipende da un insieme di fattori che non sempre conducono ad una corretta percezione dei rischi, infatti l'esperienza diretta di un evento catastrofico può aumentare la percezione del rischio, producendo anche una generalizzazione dello stesso (es. aver subito un incidente può amplificare la percezione dei rischi alla guida).

Per comprendere questi meccanismi di giudizio, la psicologia della salute studia le variabili che influenzano la percezione e la valutazione del rischio e la relazione fra percezione del rischio e comportamenti di salute.

Secondo alcuni studi, l'aspetto centrale per l'adozione di comportamenti di salute è la valutazione della gravità delle conseguenze, per esempio le persone tendono a sopravvalutare gli omicidi, le inondazioni e gli incidenti aerei, ma tendono a sottovalutare i rischi legati alle cardiopatie, all'asma, alle allergie e alle malattie sessualmente trasmissibili.

Inoltre, il rischio viene percepito tale quando da potenziale diventa effettivo, questo significa che gli individui sono propensi a prendere in considerazione il pericolo di un

disastro solo quando diventa reale; sottovalutando la potenziale minaccia quanto è ancora possibile impegnarsi per attività di prevenzione, come spesso accade nelle inondazioni.

Anche la volontarietà di assunzione del rischio è soggettiva, infatti le persone possono ritenere accettabili comportamenti che mettono a rischio la salute personale (tabagismo, esposizione a sostanze, ecc.) ma protestano quanto questi rischi sono imposti dall'esterno, come l'inquinamento.

La propensione all'assunzione di un rischio volontariamente, spesso sottostimando il rischio stesso, dipende dalla sensazione di poter influire personalmente sugli eventi. Le persone con comportamenti ad alto rischio, generalmente si sentono maggiormente sicure di sé, nutrono molta fiducia nelle proprie capacità, percepiscono i rischi per ignorarli o minimizzarli, desiderano il controllo su di sé e sugli altri, assenza di malattie e altri danni provocati dall'esposizione al pericolo.

Al contrario le persone con comportamenti a basso rischio appaiono più interessate e impegnate al mantenimento del proprio benessere, sono più ottimisti e solidali verso la famiglia e la comunità di appartenenza, sono più attenti al proprio futuro e a quello delle generazioni future.

In conclusione la percezione e la propensione all'accettazione del rischio sono processi che mutano in relazione alle situazioni e sono influenzati dal proprio stato emotivo, dalla propria esperienza, dal contesto socio culturale di riferimento, dalla propria personalità e dalla drammaticità dell'evento catastrofico in corso o potenziale.

Non sottovalutiamo il rischio Covid-19, seguiamo le azioni di prevenzione individuale riportate dall'Istituto Superiore di Sanità indica (<https://www.epicentro.iss.it/coronavirus/>).

L'uso regolare di queste azioni elementari riduce significativamente i rischi di contagio per sé, chi ci è vicino e la collettività tutta.

- *Evita il contatto ravvicinato con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute.*
- *Il lavaggio e la disinfezione delle mani sono la chiave per prevenire l'infezione.*
- *Bisogna lavarsi le mani spesso e accuratamente con acqua e sapone per almeno 20 secondi, fino ai polsi. Se acqua e sapone non sono a portata di mano, è possibile utilizzare anche un disinfettante per mani a base di alcol con almeno il 60% di alcol.*
- *Il virus entra nel corpo attraverso gli occhi, il naso e la bocca, quindi evita di toccarli con le mani non lavate.*
- *Copri bocca e naso se starnutisci o tossisci; usa fazzoletti monouso.*
- *Usa la mascherina solo se sospetti di essere malato o assisti persone malate.*
- *Non prendere farmaci antivirali né antibiotici, a meno che siano prescritti dal medico.*
- *Contatta il numero verde 1500 se sei tornato dalla Cina da meno di 14 giorni e hai febbre o tosse.*
- *Se stai male e hai sintomi compatibili con il Coronavirus, contatta telefonicamente il tuo medico di base o il 118, senza recarti direttamente in ambulatorio o in Pronto Soccorso (per ridurre eventuali rischi di contagio a terzi o al personale sanitario).*
- *Rispetta rigorosamente solo i provvedimenti e indicazioni ufficiali delle Autorità di Sanità Pubblica: sono una tutela preziosa.*