



Ordine Psicologi  
Regione Campania

*Intervista del presidente Cozzuto  
al quotidiano Il Mattino sul nuovo  
sciame sismico nell'area dei  
Campi Flegrei*

*Napoli, 18 agosto 2024*

*Rassegna stampa*

# INDICE

## QUOTIDIANI

1. MATTINO

## ARTICOLI WEB

2. MATTINO

# MATTINO

(Quotidiani – 18/8/2024)

**IL**  **MATTINO**

## Richiamo in prima pagina

**L'intervista/1** Il presidente degli Psicologi  
Cozzuto: «Sono rimasto a vivere qui  
combattiamo l'ansia con i social»

Abita a Pozzuoli Armando Cozzuto, presidente degli Psicologi napoletani, e non ha dubbi: «Resto a vivere qui anche se ciò che turba la popolazione è la continuità del sisma, non la potenza. Combattiamo l'ansia con i social».

**Barbuto a pag. 23**



# Intervista completa

**“** L'intervista/ **l'Armando Cozzuto**

## «Resto a vivere qui ci facciamo coraggio anche con i social»

Abita a Pozzuoli Armando Cozzuto, presidente degli psicologi napoletani. L'altra sera non era in casa, si stava concedendo una breve vacanza, ma è stato in contatto con i vicini di casa per tutta la notte «ho percepito la difficoltà nell'affrontare tante scosse di seguito, anche se di lieve entità».

**È stata proprio la serie infinita di scosse a mettere in crisi le persone.**

«Sì, quello che sta perturbando la popolazione è la continuità del sisma, non la potenza, che è stata irrisoria. E qui si innesta la risposta ansiogena della popolazione, perché ogni volta che c'è un piccolo evento traumatico si vive l'apprensione del quando si potrà ripresentare. Se questo tempo di latenza non viene concesso, una persona vive nell'ansia costante. Quindi la risposta della popolazione è una risposta normalmente e naturalmente ansiogena. Ma in questo caso si tratta di un'ansia "sana" perché è un sistema che mette in allerta le persone affinché si possano proteggere».

**Ma vivere con un'ansia continua non può provocare disturbi?**

«La risposta varia da persona a persona, dipende dalle risorse che ciascuno ha a sua disposizione: chi è ben strutturato sul fronte psicologico ed emotivo, resiste bene. Però esistono situazioni in cui si possono sviluppare disturbi d'ansia, disturbi dell'umore, il più diffuso è il disturbo post traumatico da stress che porta ad avere una eccessiva preoccupazione che comincia a compromettere l'alimentazione, il sonno, i rapporti interpersonali. In questi casi è bene rivolgersi a un professionista».

**Il protrarsi delle scosse porta all'assuefazione o accresce i timori?**

«Non esiste una risposta univoca, dipende dai singoli individui. Non parlerei di assuefazione perché alle continue scosse non è possibile



**LA TESTIMONIANZA**  
Armando Cozzuto, presidente dell'Ordine degli Psicologi

abituarsi, c'è, però, chi riesce a comprimere tutto in risposte personali: ci sono anziani a Pozzuoli convinti che le case non crolleranno mai. Naturalmente non è una verità certa, ma loro seguono l'esperienza personale e si danno questa risposta».

**Insomma, c'è chi è capace di negare il pericolo.**

«Si tratta di forme di "difesa" personali. Però l'ansia non si cancella, viene solo accumulata e, prima o poi, esploderà in una qualunque forma, come se fosse una pentola a pressione. E potrebbe sfociare in una forma patologica».

**Qual è il consiglio per chi vive assieme al bradisismo?**

«Noi psicologi non diamo consigli. Però la

raccomandazione è quella di affidarsi sempre a fonti certe: i social sono utili per condividere i momenti di tensione, ma le notizie sulle quali costruire le nostre certezze dobbiamo acquisirle solo da fonti accreditate per non finire nel gorgo dell'allarmismo».

**Quanto è cresciuta la richiesta di aiuto psicologico?**

«Tantissimo, non abbiamo dati ufficiali che metteremo assieme alla fine di quest'anno. Ma gli psicologi di base, la Campania è la prima regione d'Italia ad averli, sono costantemente al lavoro. Il distretto 35, che copre Pozzuoli, Bacoli e Monte di Procida svolge anche attività di prevenzione, soprattutto per i bambini che sono maggiormente esposti all'ansia per le continue scosse».

**Ha un messaggio per la popolazione dei Campi Flegrei?**

«Non abbiate paura di mostrare la vostra ansia e i vostri timori. Si tratta di risposte normali e sane. Se, però, notate che la vostra vita sta cambiando, parlatene con lo psicologo che saprà aiutarvi».

p. b.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



**DA LEADER  
DEGLI PSICOLOGI  
INVITO TUTTI  
A NON AVERE PAURA  
DI MOSTRARE ANSIA  
È FISIOLGICA**

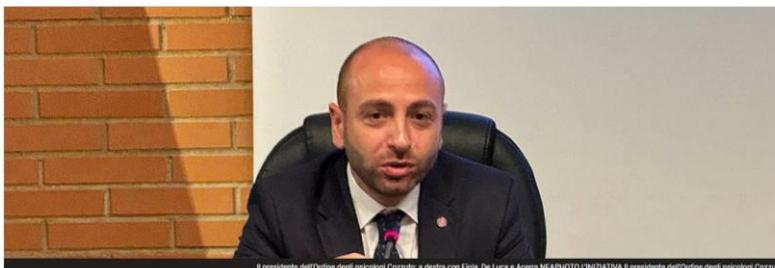
# MATTINO

## (Articoli Web – 19/8/2024)

**IL MATTINO.it**

### **Bradisismo a Napoli e Campi Flegrei, Cozzuto: «Resto a vivere a Pozzuoli, ci facciamo coraggio anche con i social»**

*Il presidente degli psicologi: non abbiate paura di mostrare l'ansia, è fisiologica*



Abita a Pozzuoli **Armando Cozzuto**, presidente degli psicologi napoletani. L'altra sera non era in casa, si stava concedendo una breve vacanza, ma è stato in contatto con i vicini di casa per tutta la notte «ho percepito la difficoltà nell'affrontare tante scosse di seguito, anche se di lieve entità».

#### **È stata proprio la serie infinita di scosse a mettere in crisi le persone.**

«Sì, quello che sta perturbando la popolazione è la continuità del sisma, non la potenza, che è stata irrisoria. E qui si innesta la risposta ansiogena della popolazione, perché ogni volta che c'è un piccolo evento traumatico si vive l'apprensione del quando si potrà ripresentare. Se questo tempo di latenza non viene concesso, una persona vive nell'ansia costante. Quindi la risposta della popolazione è una risposta normalmente e naturalmente ansiogena. Ma in questo caso si tratta di un'ansia "sana" perché è un sistema che mette in allerta le persone affinché si possano proteggere».

#### **Ma vivere con un'ansia continua non può provocare disturbi?**

«La risposta varia da persona a persona, dipende dalle risorse che ciascuno ha a sua disposizione: chi è ben strutturato sul fronte psicologico ed emotivo, resiste bene. Però esistono situazioni in cui si possono sviluppare disturbi d'ansia, disturbi dell'umore, il più diffuso è il disturbo post traumatico da stress che porta ad avere una eccessiva preoccupazione che comincia a compromettere l'alimentazione, il sonno, i rapporti interpersonali. In questi casi è bene rivolgersi a un professionista».

#### **Il protrarsi delle scosse porta all'assuefazione o accresce i timori?**

«Non esiste una risposta univoca, dipende dai singoli individui. Non parlerei di assuefazione perché alle continue scosse non è possibile abituarsi, c'è, però, chi riesce a comprimere tutto in risposte personali: ci sono anziani a Pozzuoli convinti che le case non crolleranno mai. Naturalmente non è una verità certa, ma loro seguono l'esperienza personale e si danno questa risposta».

**Insomma, c'è chi è capace di negare il pericolo.**

«Si tratta di forme di "difesa" personali. Però l'ansia non si cancella, viene solo accumulata e, prima o poi, esploderà in una qualunque forma, come se fosse una pentola a pressione. E potrebbe sfociare in una forma patologica».

**Qual è il consiglio per chi vive assieme al bradisismo?**

«Noi psicologi non diamo consigli. Però la raccomandazione è quella di affidarsi sempre a fonti certe: i social sono utili per condividere i momenti di tensione, ma le notizie sulle quali costruire le nostre certezze dobbiamo acquisirle solo da fonti accreditate per non finire nel gorgo dell'allarmismo».

**Quanto è cresciuta la richiesta di aiuto psicologico?**

«Tantissimo, non abbiamo dati ufficiali che metteremo assieme alla fine di quest'anno. Ma gli psicologi di base, la Campania è la prima regione d'Italia ad averli, sono costantemente al lavoro. Il distretto 35, che copre Pozzuoli, Bacoli e Monte di Procida svolge anche attività di prevenzione, soprattutto per i bambini che sono maggiormente esposti all'ansia per le continue scosse».

**Ha un messaggio per la popolazione dei Campi Flegrei?**

«Non abbiate paura di mostrare la vostra ansia e i vostri timori. Si tratta di risposte normali e sane. Se, però, notate che la vostra vita sta cambiando, parlatene con lo psicologo che saprà aiutarvi».