



---

## Dipendenze e Covid-19

Dossier

**Dossier Cds**

Giugno 2020

Selezione di risorse *online* che trattano il tema delle dipendenze durante il particolare periodo dovuto alla diffusione del virus Covid-19.

A cura del Centro di documentazione sociale (Cds) della Biblioteca cantonale di Bellinzona.

**Sommario**

Introduzione	2
Dipendenze Svizzera	3
Groupement romand d'études des addictions	3
Infodrog	4
Istituto Superiore di Sanità (ISS) (Italia)	4
National Institute on Drug Abuse (USA)	4
Promotion santé Valais	5
Società Svizzera di Medicina delle Dipendenze	5
Associazione svizzera per la prevenzione del tabagismo	6
Pro Juventute	6
Rassegna stampa	6
Indirizzi utili in Ticino	7

---

## Introduzione

La pandemia causata dalla diffusione del virus Covid-19 ha avuto delle forti ripercussioni anche sul mondo delle dipendenze. Le misure di restrizione definite dagli organi politici per permettere la regressione della diffusione del virus ha inevitabilmente condizionato e modificato i comportamenti delle persone con dipendenza confrontando i professionisti a nuovi scenari. I comportamenti disfunzionali sono stati accentuati per esempio dalla noia e dall'isolamento portando, ad esempio, ad un aumento dell'uso di Internet e dei giochi d'azzardo online.

Il presente documento, redatto dal Centro di documentazione sociale, ha l'obiettivo di proporre una selezione di risorse disponibili sul web che permettano di conoscere e approfondire questo aspetto legato al Covid-19. Alcune risorse sono rivolte ai professionisti, altre ai consumatori ma tutte con l'intento di elargire qualche consiglio e raccomandazione per superare al meglio la crisi dovuta a questo particolare momento.

Le risorse sono presentate in base all'associazione o ente che le ha redatte precedute da una breve descrizione dell'ente stesso. Il dossier è stato arricchito con una selezione di interviste sulla tematica.

Il dossier non ha alcun pretesa di essere esaustivo ma semplicemente vuole essere uno spunto di ricerca e riflessione.

## Dipendenze Svizzera

Centro nazionale di competenze in materia di dipendenze, Dipendenze Svizzera è una fondazione indipendente d'utilità pubblica attiva nella prevenzione, ricerca e diffusione delle conoscenze allo scopo di ridurre i problemi legati al consumo di sostanze psicoattive o i comportamenti che possono scatenare una dipendenza.

Addiction Suisse. **Addiction & crise du coronavirus.** *Addiction Suisse* [online]. 2020. [Consultato il 22.05.2020]. Disponibile all'indirizzo: <https://coronavirus.addictionsuisse.ch/>

Sito web creato appositamente da Addiction Suisse sul tema delle dipendenze nel tempo del Coronavirus. La sezione *Guides de survie* propone dei consigli pratici per gestire la quotidianità. La sezione *Points de situations* raccoglie delle osservazioni in merito alle conseguenze della situazione sulle dipendenze. Al momento sono attive le sottosezioni riguardanti le droghe illegali, l'alcol e l'uso di Internet e dispositivi digitali. Prossimamente saranno trattati anche i temi del gioco d'azzardo e del tabacco.

## Groupement romand d'études des addictions

GREA raggruppa più di 450 membri ed è un'associazione di riferimento in materia di dipendenze che promuove la condivisione delle conoscenze, la ricerca e la formazione in questo ambito.

Groupement romand d'études des addictions [et al.]. **Addictions et COVID-19 : pistes d'action proposées par les professionnels.** *GREA* [online]. 25 marzo 2020. [Consultato il 22.05.2020]. Disponibile all'indirizzo: [https://www.grea.ch/sites/default/files/grea-covid\\_ok.pdf](https://www.grea.ch/sites/default/files/grea-covid_ok.pdf)

Documento scaturito da una collaborazione tra GREA (Groupement romand d'études des addictions), Fachverband Sucht, Ticino Addiction, Addiction Suisse e SSAM (Società Svizzera di Medicina delle Dipendenze). Un sostegno agli attori del settore pubblico e delle associazioni che si adoperano in questa situazione a sostegno delle persone toccate dalla dipendenza. Lo scopo è un richiamo ad una maggiore protezione sia degli utenti che dei professionisti dell'ambito delle dipendenze e ad una maggior flessibilità nell'applicazione delle regole.

Groupement romand d'études des addictions. **La RDR à l'heure COVID-19.** *GREA* [online]. 26 maggio 2020, aggiornamento del 28 maggio 2020. [Consultato il 17.06.2020]. Disponibile all'indirizzo:

[https://www.grea.ch/sites/default/files/2020-05-28\\_-\\_rdr\\_covid.pdf](https://www.grea.ch/sites/default/files/2020-05-28_-_rdr_covid.pdf)

Il documento propone un resoconto sulle pratiche dei consumatori e i cambiamenti avvenuti nel mercato della droga in Romandia. I risultati emersi sono frutto di una serie di colloqui eseguiti nel mese di maggio 2020 da parte di GREA con dei professionisti della Svizzera romanda specializzati nella riduzione del rischio (RDR).

Groupement romand d'études des addictions. **Réduire les risques de surdose aux opioïdes pendant la covid-19.** *GREA* [online]. 20 maggio 2020. [Consultato il 17.06.2020]. Disponibile all'indirizzo:

<https://www.grea.ch/publications/reduire-les-risques-de-surdose-aux-opioides-pendant-la-covid-19>

Cosa è una sostanza oppioide? Quali sono i segnali di una iperdose? Quali sono le forme di Naloxone? A queste domande risponde in un video Nicolas Authier, psichiatra e farmacologo, Professore al CHU di Clermont-Ferrand.

## Infodrog

Centrale nazionale di coordinamento delle dipendenze dell'Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP). "Infodrog promuove in particolare la diversità, la trasparenza, il coordinamento, la qualità e l'accessibilità delle varie offerte di prevenzione, consulenza, terapia e riduzione del danno. La gestione di gruppi di esperti, l'organizzazione di conferenze regionali e (inter)nazionali nonché la realizzazione di progetti nazionali contribuiscono ad un'efficace messa in rete e coordinamento."

Infodrog. **Coronavirus : attualità e informazioni.** *InfoDrog* [online]. 2020 [Consultato il 22.05.2020]. Disponibile all'indirizzo: <https://www.infodrog.ch/it/trovare-aiuto/coronavirus-attualita.html>

Novità e aggiornamenti proposti dalla *Centrale nazionale di coordinamento delle dipendenze* in merito al tema delle dipendenze legate alla diffusione del Coronavirus.

Infodrog. **Questionnaire: Effets du COVID-19 sur la consommation de substances.** *InfoDrog* [online]. 23 aprile 2020. [Consultato il 22.05.2020]. Disponibile all'indirizzo:

<https://www.infodrog.ch/fr/actualites/details/questionnaire-effets-du-covid-19-sur-la-consommation-de-substances-kopie.html>

Infodrog, con la collaborazione di altri servizi specializzati, ha ideato un questionario online per sondare le ripercussioni della pandemia sul consumo di sostanze psicoattive e sul mercato illegale di droghe. Il questionario è in forma anonima; l'analisi dei risultati è aggiornata periodicamente direttamente sul sito web di Infodrog.

## Istituto Superiore di Sanità (ISS) (Italia)

"EpiCentro - nato nel 2000 sotto la guida del già Laboratorio di Epidemiologia e Biostatistica (LEB) dell'Istituto Superiore di Sanità (ISS) - è uno strumento di lavoro per gli operatori di sanità pubblica, prodotto per migliorare l'accesso all'informazione epidemiologica, nell'ambito del servizio sanitario, tramite l'uso della rete internet."

EpiCentro. **Dipendenze e COVID-19.** *L'epidemiologia per la sanità pubblica* [online]. 6 maggio 2020. [Consultato il 22.05.2020]. Disponibile all'indirizzo: <https://www.epicentro.iss.it/coronavirus/sars-cov-2-dipendenze>

L'accesso all'informazione epidemiologica è lo scopo del sito proposto da EpiCentro dell'Istituto Superiore di Sanità (ISS). Diversi i temi trattati relativi alla diffusione del Covid-19 come, ad esempio, la gravidanza e maternità, la differenza di genere, la gestione dello stress. Fumo, alcol, droghe, gioco d'azzardo e disturbi dell'alimentazioni sono invece le categorie trattate all'interno dello specifico focus sulle dipendenze.

## National Institute on Drug Abuse (USA)

Il *National Institute on Drug Abuse* è un istituto di ricerca scientifica federale subordinato al *National Institutes of Health, U.S. Department of Health and Human Services* e svolge il ruolo di più grande sostenitore della ricerca mondiale nell'ambito del consumo e dipendenza da droghe.

NIDA. **COVID-19 Resources.** *National Institute on Drug Abuse : Advancing Addiction Science* [online]. 11 maggio 2020. [Consultato il 22.05.2020]. Disponibile all'indirizzo:

<https://www.drugabuse.gov/related-topics/covid-19-resources>

Raccolta di risorse (siti internet, video, articoli) relative al Coronavirus in ambito delle dipendenze a cura del *National Institute on Drug Abuse*.

## Promotion santé Valais

*Promotion santé Valais* (PSV) è un'associazione senza scopo di lucro la cui missione è favorire la salute della popolazione vallesana a lungo termine con una prospettiva di equità di trattamento per tutte le fasce d'età.

Promotion santé Valais (PSV). **En confinement, les tentations à boire, fumer et jouer augmentent.**

*Promotion santé Valais* [online]. 2020. [Consultato il 22.05.2020]. Disponibile all'indirizzo:

<https://www.promotionsantevalais.ch/fr/confinement-tentations-boire-fumer-jouer-1768.html>

Durante il confinamento i comportamenti legati alle dipendenze quali l'alcol, il fumo o il gioco d'azzardo possono accentuarsi. Promotion santé Valais propone alcune astuzie per superare questo periodo.

Promotion santé Valais (PSV). **Jeux de hasard et d'argent : en confinement, les risques sont décuplés.**

*Promotion santé Valais* [online]. 2020. [Consultato il 22.05.2020]. Disponibile all'indirizzo:

<https://www.promotionsantevalais.ch/fr/jeux-hasard-argent-1754.html>

Durante il confinamento i rischi legati alla dipendenza da gioco d'azzardo possono aumentare notevolmente. La pagina segnala alcuni aspetti ai quali bisogna prestare attenzione e fornisce alcuni consigli per giocare ma in modo sano e divertente.

Lega polmonare bernese, Lega svizzera contro il cancro, Promotion Santé Valais. **Covid-19 e tabagismo.**

*Stopsmoking.ch* [online]. [Consultato il 22.05.2020]. Disponibile all'indirizzo: <https://www.stopsmoking.ch/it/mi-informo/corona/>

Il sito, promosso da Promotion Santé Valais, Lega polmonare bernese, Lega svizzera contro il cancro, oltre a rispondere ad alcune domande legate alla diffusione del Coronavirus e le conseguenze per i dipendenti al tabacco, propone consigli per superare questo periodo particolare indirizzati a fumatori/trici ed ex-fumatori/trici.

## Società Svizzera di Medicina delle Dipendenze

La Società Svizzera di Medicina delle Dipendenze è un'associazione professionale medica a sostegno degli interessi dei tossicodipendenti e dei loro medici. Gli obiettivi ruotano nell'ambito delle dipendenze e spaziano dalla formazione dei medici, alla prevenzione, dallo sviluppo e ricerca alla collaborazione con altre organizzazioni dell'ambito.

Società Svizzera di Medicina delle Dipendenze. **Terapia con agonisti oppioidi (TAO) e pandemia COVID-19 : raccomandazioni della Società Svizzera di Medicina delle Dipendenze.**

*Società Svizzera di Medicina delle Dipendenze* [online]. 26 marzo 2020. [Consultato il 22.05.2020]. Disponibile all'indirizzo:

[https://www.praxis-suchtmedizin.ch/praxis-suchtmedizin/images/stories/heroin/20200326\\_SSAM\\_Recommandation\\_TAO\\_et\\_COVID-19.pdf](https://www.praxis-suchtmedizin.ch/praxis-suchtmedizin/images/stories/heroin/20200326_SSAM_Recommandation_TAO_et_COVID-19.pdf)

Raccomandazioni elaborate dalla SSMD per le terapie sostitutive da attuare nel contesto dovuto dalla pandemia di COVID-19.

### Associazione svizzera per la prevenzione del tabagismo

“L'Associazione svizzera per la prevenzione del tabagismo è sia una organizzazione di coordinamento che un'organizzazione specialistica. Essa organizza, allestisce e gestisce programmi e progetti per una vita senza tabacco, spesso con la collaborazione di altri sostenitori e partner. Inoltre l'AT coordina l'impegno politico dei suoi membri per il controllo del tabacco.”

Associazione svizzera per la prevenzione del tabagismo. *Factsheet: COVID-19 and Smoking: ongoing rapid assessment of the available evidence* [online]. 23 aprile 2020. [Consultato il 04.06.2020]. Disponibile all'indirizzo:

[https://portal.at-schweiz.ch/images/pdf/wissenschaftliche\\_factsheets/factsheet\\_covid\\_19.pdf](https://portal.at-schweiz.ch/images/pdf/wissenschaftliche_factsheets/factsheet_covid_19.pdf)

Nel contesto della pandemia COVID-19 è stato rilevato come il fumo sia un fattore di rischio. L'Associazione svizzera per la prevenzione al tabagismo ha redatto una prima scheda informativa disponibile in inglese con lo scopo di illustrare lo stato attuale delle conoscenze in questo ambito.

### Pro Juventute

Pro Juventute è una fondazione presente in tutte le regioni svizzere per dare sostegno ai bambini, ai giovani e ai loro genitori. Ciò è fattibile grazie a dei programmi specifici che ruotano attorno a tre ambiti di azione: consulenza e sostegno, formazione e informazione, spazi ricreativi e partecipazione.

Pro Juventute. **Tempi allo schermo durante il Corona-lockdown.** *Pro Juventute* [online]. 2020. [Consultato il 22.05.2020]. Disponibile all'indirizzo: <https://www.projuventute.ch/it/genitori/internet/corona-bambini-tempo-allo-schermo>

La chiusura delle scuole durante la prima fase e ora la loro riapertura parziale ha modificato le abitudini dei bambini e ragazzi nell'uso dei nuovi media e di Internet. Come possono i genitori gestire questa nuova situazione? Pro Juventute elargisce alcuni consigli rivolti ai genitori per garantire un uso consapevole di questi mezzi.

### Rassegna stampa

Baur, Grégoire. **Vivre sa dépendance à l'heure du confinement.** *Le Temps* [online]. 27 marzo 2020. [Consultato il 04.06.2020]. Disponibile all'indirizzo:

<https://www.letemps.ch/suisse/vivre-dependance-lheure-confinement>

Di Todaro, Fabio. **Dipendenze e quarantena : sostanze illecite ai tempi del coronavirus.** *La Stampa* [online]. 13 aprile 2020. [Consultato il 04.06.2020]. Disponibile all'indirizzo:

<https://www.lastampa.it/salute/2020/04/13/news/dipendenze-e-quarantena-sostanze-illecite-ai-tempi-del-coronavirus-1.38711522>

Intervista a Riccardo Gatti, direttore del dipartimento interaziendale delle dipendenze Asst Santi Paolo e Carlo di Milano.

RSI Rete Uno. **Web dipendenti.** *RSI – Rete Uno* [online]. [Consultato il 04.06.2020]. Disponibile all'indirizzo:

<https://www.rsi.ch/g/12876686>

Lo psicologo Dario Gennari interviene sul tema delle dipendenze legate ad Internet durante la pandemia.

Siegenthaler, Peter. **Il confinamento diventa una trappola per la dipendenza?** *Swissinfo.ch* [online]. 23 aprile 2020. [Consultato il 04.06.2020]. Disponibile all'indirizzo: [https://www.swissinfo.ch/ita/consumi-voluttuari-al-tempo-del-coronavirus\\_il-confinamento-diventa-una-trappola-per-la-dipendenza-/45710854](https://www.swissinfo.ch/ita/consumi-voluttuari-al-tempo-del-coronavirus_il-confinamento-diventa-una-trappola-per-la-dipendenza-/45710854)

### Indirizzi utili in Ticino

#### **Ingrado – Servizi per le dipendenze**

Via Trevano 6

6904 Lugano

Tel.: 091 922 60 06

Sito web: [www.ingrado.ch](http://www.ingrado.ch)

“Centro di competenza specializzato nelle problematiche di dipendenze, addiction e consumi a rischio di alcol, sostanze e medicinali, come nelle nuove dipendenze (internet, videogames, ecc.).”

#### **Gruppo Azzardo Ticino-Prevenzione (GAT-P)**

Casella postale 1551

6501 Bellinzona

Tel.: 076 574 37 68

Tel. gratuito: 0800 000 330

Email: [info@giocoresponsabile.com](mailto:info@giocoresponsabile.com)

Sito web: <https://giocoresponsabile.com>

“Il Gruppo Azzardo Ticino-Prevenzione (GAT-P) lavora dal 1997 nel campo della prevenzione, del riconoscimento precoce, e della presa in carico dei giocatori d'azzardo in difficoltà e delle loro famiglie.”