

STRESS RIENTRO PER 35 PER CENTO ITALIANI, TABLET E SMARTPHONE PER EVITARLO

26 Agosto 2011

ROMA – Riposati, ricaricati e pronti a ripartire per affrontare un altro anno di lavoro prima delle prossime, agognate vacanze. Non per tutti.

Il 35 per cento degli italiani avverte, nel migliore dei casi, disagio nel fare rientro a casa e questo avviene soprattutto in chi si è concesso vacanze lunghe o in luoghi esotici.

La sindrome da rientro, in questo, è direttamente proporzionale al tempo trascorso fuori di casa e alla distanza geografica del luogo scelto per la villeggiatura.

Lo dice chi la definizione “sindrome da rientro” l’ha coniata, anni or sono: il professor Walter Pasini, uno dei maggiori esperti di Medicina Internazionale e fondatore di una nuova disciplina, Travel medicine o Medicina del viaggio.

“La sindrome da rientro – spiega Pasini all’Agi – colpisce ormai il 35 per cento degli italiani e si manifesta con disagio, stress e frustrazione, con sintomi sia ansiosi che depressivi”.

Si manifesta perché “al ritorno dal viaggio non si riesce a ritornare al punto da cui si è partiti.

È un fenomeno presente al 100 per cento negli immigrati che tornano al proprio Paese di origine e il fenomeno è stato ben raccontato nel romanzo di Dino Buzzati, ‘Il deserto dei Tartari’, dove il protagonista torna a casa dalla guerra e trova la sua fidanzata ormai sposata con un altro, la madre che non rinuncia ad andare a messa, dove si recava per pregava per lui tutti i giorni, neanche in giorno in cui torna a casa.

Questo succede soprattutto quando il viaggio e’ stato lungo, in viaggi di poche settimane la sintomatologia è molto più lieve”.

Ultimamente, pero’, la sintomatologia sembra allievarsi: “Ho visto che adesso la percentuale è minore rispetto ad anni fa – conferma Pasini – perché ci sono telefonini e computer. La sindrome da rientro sopraggiunge quando c’è interruzione della quotidianità. Il disagio di recuperare la dimensione del quotidiano porta a sintomi che vanno dal semplice disagio e che possono arrivare al panico vero e proprio. Adesso è molto meno sentito perché i viaggi sono piu’ corti, le vacanze più brevi e c’è un minore distacco dalla quotidianità grazie a telefonini e computer”.