

**Argomento: Ordine Psicologi Marche**Link originale: [http://www.salutedomani.com/article/eco\\_ansia\\_gli\\_psicologi\\_meditazione\\_e\\_stop\\_notizie\\_negative\\_3566#...](http://www.salutedomani.com/article/eco_ansia_gli_psicologi_meditazione_e_stop_notizie_negative_3566#...)Questo sito prevede l'utilizzo di cookie. Continuando a navigare si considera accettato il loro utilizzo. [Ulteriori informazioni](#)

Ho letto



Ricerca nel sito

Ricerca nel sito

Iscriviti alla newsletter

Iscriviti alla newsletter

ALIMENTAZIONE AMBIENTE BELLEZZA CARDIOLOGIA CHIRURGIA DERMATOLOGIA DIABETOLOGIA ENDOCRINOLOGIA FARMACEUTICA FARMACOLOGIA  
 FITNESS GASTROENTEROLOGIA GENETICA GERIATRIA GINECOLOGIA HEALTH U.S. INFERMIERISTICA INTER MALATTIE INFETTIVE MALATTIE RARE  
 MALATTIE RESPIRATORIE MILAN NEUROLOGIA NEWS OCULISTICA ODONTOIATRIA ONCOLOGIA ORTOPEDIA OTORINO PEDIATRIA PODCAST POLITICA  
 SANITARIA PSICOLOGIA REUMATOLOGIA RICERCA ROMA SCLEROSI MULTIPLA SENZA CATEGORIA SESSUALITÀ - COPPIA SPORT - CALCIO SPORT  
 SVIZZERA UROLOGIA VETERINARIA VIDEO WEBLOG WEB/TECNOLOGIA

ULTIMI TWEET

## ECO-ANSIA. GLI PSICOLOGI, MEDITAZIONE E STOP NOTIZIE NEGATIVE

- Ambiente - Psicologia

27-07-2023 0 Commenti



L'Italia è divisa in due: da una parte nubifragi e temporali al nord, dall'altra incendi diffusi e siccità al sud. Entrambi questi scenari sono facce della stessa medaglia: un cambiamento climatico già in atto che scatena in molte persone l'ecoansia, disturbo psicologico legato all'attuale condizione del nostro ecosistema.

Ne parla l'Ordine degli Psicologi delle Marche in un comunicato stampa sui disagi che questo porta alle persone anche da un punto di vista psicologico ed emotivo. "Se fino a qualche anno fa eventi come nubifragi e calamità venivano considerati fenomeni eccezionali che interessavano per lo più una platea di nicchia formata da scienziati, oggi abbiamo preso coscienza che questi episodi irrompono nella vita quotidiana di ciascuno di noi- spiega Katia Marilungo, Presidente dell'Ordine- da qui nasce l'ecoansia, fenomeno piuttosto recente che va di pari passo con l'esplosione della crisi climatica. Il sintomo più comune è quello di sentirsi vulnerabili e suscettibili, di avvertire di non avere il controllo della propria vita, con una generale tendenza alla tristezza".

Al momento il disturbo di ecoansia- proseguono gli psicologi nella nota stampa- è ancora poco conosciuto, ma si tratta di un vero e proprio malessere che colpisce molte persone, soprattutto se vivono in aree tendenti al dissesto idrogeologico, oscillando dalla siccità al nubifragio anche nell'arco della stessa stagione. Una semplice allerta meteo, in altre parole, in alcuni individui può generare un vero e proprio stress, innescando stati d'ansia e timore.

"Soffrono di ecoansia soprattutto soggetti giovani, maggiormente consapevoli dei rischi connessi allo stato di malessere della Terra- continua la Presidente Marilungo- Addirittura ci sono giovani che tendono a sospendere varie progettualità di vita, come trasferirsi per motivi di lavoro, acquistare una casa, programmare vacanze e addirittura mettere al mondo figli perché in balia dell'ecoansia. Pensare al futuro per alcuni rischia di diventare una vera sfida perché questa patologia, a differenza delle altre, guarda principalmente al futuro; in questo caso, infatti, l'individuo tende a preoccuparsi delle decisioni o dei problemi che si devono affrontare attualmente o che sono all'orizzonte".

Notizie Svizzera News in Inglese



Accordo Svizzera USA  
sulla buona prassi di  
fabbricazione dei  
medicamenti



Nuovi criteri di  
donazione del sangue  
per uomini che hanno  
rapporti sessuali con  
altri uomini (MSM)



ENTE OSPEDALIERO  
CANTONALE EOC,  
RAPPORTO ANNUALE  
2022. TANTI I  
PROGETTI IN CANTIERE



Mucca pazza, trovata  
BSE atipica nel  
Cantone di San Gallo



Covid, 18,2 milioni di  
franchi per gli ospedali  
del Ticino

TUTTE LE NEWS AGGIORNATE SUL  
CORONAVIRUS COVID-19



NOI DICIAMO SCIENZA. TU DICI VIVERE.



ISCRIVITI AL CANALE GRATUITO

[t.me/salutedomani](https://t.me/salutedomani)



## ECO-ANSIA. GLI PSICOLOGI, MEDITAZIONE E STOP NOTIZIE NEGATIVE

Salute Domani - ECO-ANSIA. GLI PSICOLOGI, MEDITAZIONE E STOP NOTIZIE NEGATIVE L'Italia è divisa in due: da una parte nubifragi e temporali al nord, dall'altra incendi diffusi e siccità al sud. Entrambi questi scenari sono facce della stessa medaglia: un cambiamento climatico già in atto che scatena in molte persone l'ecoansia, disturbo psicologico legato all'attuale condizione del nostro ecosistema.

Ne parla l'**Ordine degli Psicologi delle Marche** in un comunicato stampa sui disagi che questo porta alle persone anche da un punto di vista psicologico ed emotivo. "Se fino a qualche anno fa eventi come nubifragi e calamità venivano considerati fenomeni eccezionali che interessavano per lo più una platea di nicchia formata da scienziati, oggi abbiamo preso coscienza che questi episodi irrompono nella vita quotidiana di ciascuno di noi- spiega **Katia Marilungo**, Presidente dell'Ordine- da qui nasce l'ecoansia, fenomeno piuttosto recente che va di pari passo con l'esplosione della crisi climatica. Il sintomo più comune è quello di sentirsi vulnerabili e suscettibili, di avvertire di non avere il controllo della propria vita, con una generale tendenza alla tristezza".

Al momento il disturbo di ecoansia- proseguono gli psicologi nella nota stampa- è ancora poco conosciuto, ma si tratta di un vero e proprio malessere che colpisce molte persone, soprattutto se vivono in aree tendenti al dissesto idrogeologico, oscillando dalla siccità al nubifragio anche nell'arco della

stessa stagione. Una semplice allerta meteo, in altre parole, in alcuni individui può generare un vero e proprio stress, innescando stati d'ansia e timore. "Soffrono di ecoansia soprattutto soggetti giovani, maggiormente consapevoli dei rischi connessi allo stato di malessere della Terra- continua la Presidente Marilungo- Addirittura ci sono giovani che tendono a sospendere varie progettualità di vita, come trasferirsi per motivi di lavoro, acquistare una casa, programmare vacanze e addirittura mettere al mondo figli perché in balia dell'ecoansia. Pensare al futuro per alcuni rischia di diventare una vera sfida perché questa patologia, a differenza delle altre, guarda principalmente al futuro; in questo caso, infatti, l'individuo tende a preoccuparsi delle decisioni o dei problemi che si devono affrontare attualmente o che sono all'orizzonte".

Come far fronte a questi sintomi? Innanzitutto potrebbe essere utile cercare sostegno presso amici o familiari, e rivolgersi ad uno psicologo per una consulenza. "Altre strategie utili possono includere la meditazione, l'esercizio fisico, la riduzione dell'accesso a notizie negative- conclude la Presidente dell'Ordine degli psicologi marchigiani- ma anche la partecipazione ad azioni di attivismo climatico potrebbe rivelarsi un valido espediente".

Commenta questo articolo:

\* Il tuo indirizzo email non sarà visibile agli altri utenti. Il commento sarà pubblicato solo previa approvazione del webmaster.

27-07-2023 In Ginecologia

Apnea ostruttiva del ...  
07-11-2016 In Neurologia

VIDEO: E' DIFFICIL ...  
17-11-2017 In News