

nytimes.com/
April 12, 2021

La crisi del dolore sta arrivando di Allison Gilbert

La fine della crisi del Covid-19 negli Stati Uniti è in vista, grazie a vaccini efficaci distribuiti su vasta scala. Ma il bilancio delle vittime ancora in crescita lascerà dietro di sé milioni di persone in lutto, sconvolte dalla sofferenza che la perdita di una persona cara può portare. Si tratta di una crisi di salute pubblica con conseguenze che possono durare generazioni e per la quale attualmente non disponiamo degli strumenti o delle risorse politiche per affrontare.

Per prima cosa dobbiamo avere un'idea della portata del nostro dolore nazionale. I ricercatori stanno appena iniziando a contare i lutti e mentre le stime attuali suggeriscono che cinque milioni di americani hanno perso una persona cara a causa del Covid-19, il conteggio finale sarà probabilmente molto più grande.

Ashton Verdery, professore associato di sociologia e demografia presso la Pennsylvania State University, ha recentemente condotto uno studio che ha introdotto il Covid-19 Bereavement Multiplier. Secondo i calcoli della sua squadra, per ogni persona che muore di Covid-19, nove persone care vengono lasciate indietro.

12 aprile 2021

1/3

Per arrivare a quel numero, i ricercatori hanno incluso le perdite di coniugi, fratelli, genitori, figli e nonni. Se vengono prese in considerazione altre relazioni come nipoti, nipoti, zie, zii, genitori acquisiti e amici, "potresti avere 10 volte o più" persone in pena, ha detto il signor Verdery.

So che, dopo aver perso i miei genitori in giovane età, il dolore si manifesta a ondate nella vita di una persona e non ha una fine chiara. Dovremmo essere preparati per un'altra catastrofe sanitaria; mentre i vaccini Covid-19 possono mettere un limite al carico, non possono fermare o alleviare il dolore. Uno studio recente ha rilevato che finora almeno 37.000 bambini negli Stati Uniti hanno perso un genitore a causa del Covid-19.

Esperti e organizzazioni del dolore chiedono ai leader americani di affrontare questa crisi crescente. Sempre più, una delle organizzazioni non profit con cui ho collaborato in passato, chiede all'amministrazione Biden di istituire il primo ufficio della Casa Bianca per l'assistenza in caso di lutto per rispondere ai bisogni emotivi e finanziari delle persone in lutto dopo la tragedia.

Un'altra coalizione di organizzazioni nazionali per il lutto e ricercatori sul lutto ha recentemente scritto al presidente Biden esortandolo a finanziare servizi di intervento sul lutto, compresa la formazione per educare il pubblico e professionisti come assistenti sociali, psicologi, insegnanti e sacerdoti su come assistere il lutto.

Gruppi di base come Covid Survivors for Change e Marked by Covid hanno fatto pressioni a livello statale e federale per la responsabilità nei confronti dei parenti delle vittime, inclusi spazi pubblici e online per il lutto, il ricordo e il risarcimento per le famiglie delle persone perse a Covid-19.

Gli effetti del dolore possono essere fisici come i sintomi di qualsiasi malattia. Gli impatti a breve e lungo termine sono ben studiati e includono disturbi del sonno, pressione sanguigna più alta, depressione e ansia. Gli studi hanno scoperto che le persone che perdono un coniuge muoiono prima dei loro coetanei sposati. I bambini che subiscono la perdita di un genitore possono subire conseguenze durature, compresi i voti inferiori e il fallimento della scuola, nonché una maggiore sperimentazione con droghe e alcol.

Anche gli effetti sociali possono essere drastici. Quasi il 90 per cento dei giovani nel sistema di giustizia minorile riferisce di aver subito la morte di almeno una persona cara. E

sebbene il dolore sia un'esperienza universale, può contribuire alla disuguaglianza razziale per tutta la vita, poiché i neri americani sperimentano la perdita dei propri cari molto più frequentemente e prima nella vita rispetto agli americani bianchi, contribuendo alle differenze nei risultati di salute mentale e fisica.

"Il dolore dovrebbe essere studiato nello stesso modo in cui esaminiamo altri indicatori di salute pubblica come l'obesità, il fumo e il bere", ha detto il dottor Toni Miles, professore di epidemiologia e biostatistica presso il College of Public Health dell'Università della Georgia.

Dopo aver condotto un'indagine sanitaria in tutto lo stato tre anni fa, il dottor Miles ha scoperto che il 45 per cento dei residenti in Georgia di età superiore ai 18 anni ha dichiarato di essere stato recentemente in lutto. I risultati hanno suggerito che il dolore era molto più diffuso rispetto agli altri tre fattori di rischio, ha detto.

2/3

Considerare il dolore come una minaccia per la salute generale potrebbe spianare la strada agli sforzi di prevenzione - compresa l'assistenza finanziaria - che aiutano le persone a superare i cambiamenti che alterano la vita, come i cambiamenti nel reddito familiare e negli alloggi. "Abbiamo bisogno di un cambiamento sistemico per proteggere coloro che sono rimasti indietro", mi ha detto il dottor Miles.

Un ufficio per l'assistenza al lutto della Casa Bianca è un inizio necessario e potrebbe portare benefici alle famiglie che hanno perso i propri cari per altre cause, come la violenza armata. Ci sono i primi segnali che questa amministrazione potrebbe essere quella che abbraccia la cura del lutto. A partire da lunedì, le persone che hanno pagato le spese funerarie e di sepoltura di qualcuno che è morto a causa del Covid-19 possono richiedere un rimborso fino a \$ 9.000, ha recentemente annunciato l'Agenzia federale per la gestione delle emergenze.

Il signor Biden ha parlato spesso per esperienza delle cicatrici che il dolore può lasciare e di com'è affrontare la "sedia vuota attorno al tavolo della cucina". Ha la possibilità di ridurre il prezzo che la perdita comporta per le sue vittime e per tutti noi.

The Grief Crisis Is Coming

[nytimes.com/2021/04/12/opinion/covid-death-grief.html](https://www.nytimes.com/2021/04/12/opinion/covid-death-grief.html)

April 12, 2021



The end of the Covid-19 crisis in the United States is in sight, thanks to effective vaccines being deployed on a massive scale. But the still growing death toll will leave behind millions of bereaved people, wracked by the suffering that the loss of a loved one can bring. This is a public health crisis with consequences that may last generations, and for which we do not currently have the policy tools or resources to address.

We first need to get a sense of the scope of our national grief. Researchers are just beginning to count the bereaved, and while current estimates suggest five million Americans have lost a loved one to Covid-19, the final tally is likely to be much larger.

Ashton Verdery, an associate professor of sociology and demography at Pennsylvania State University, recently led a study that introduced the Covid-19 Bereavement Multiplier. By his team's calculus, for every person who dies of Covid-19, nine loved ones are left behind.

To arrive at that number, the researchers included the losses of spouses, siblings, parents, children and grandparents. If other relationships like nieces, nephews, aunts, uncles, stepparents and friends are taken into account, “you may get 10 times or more” people in grief, Mr. Verdery said.

I know, from losing my parents at a young age, that grief plays out in waves across one’s life and has no clear ending. We should be prepared for another health catastrophe; while the Covid-19 vaccines can put a cap on the burden, they can’t halt or alleviate the pain. A recent study found that at least 37,000 children in the United States have lost a parent to Covid-19 so far.

Experts and grief organizations are asking American leaders to address this growing crisis. Evermore, one of the nonprofits that I have collaborated with in the past, is calling for the Biden administration to establish the first White House office of bereavement care to respond to the emotional and financial needs of grieving people after tragedy.

Another coalition of national bereavement organizations and grief researchers recently wrote to President Biden urging him to fund grief intervention services, including training to educate the public and professionals such as social workers, psychologists, teachers and clergy on how to assist the grieving.

Grass-roots groups like Covid Survivors for Change and Marked by Covid have lobbied at the state and federal level for accountability to relatives of victims, including public and online spaces for mourning and remembrance and compensation for families of people lost to Covid-19.

The effects of grief can be as physical as the symptoms of any disease. The short and long-term impacts are well-studied and include trouble sleeping, higher blood pressure, depression and anxiety. Studies have found that people who lose a spouse die earlier than their married peers. Children who experience loss of a parent may suffer lasting consequences, including lower grades and failing school, as well as increased experimentation with drugs and alcohol.

The social effects can be drastic as well. Nearly 90 percent of young people in the juvenile justice system report having experienced the death of at least one loved one. And although grief is a universal experience, it can contribute to lifelong racial inequality, as Black Americans experience the loss of loved ones far more frequently and earlier in life than white Americans, contributing to differences in mental and physical health outcomes.

“Grief should be investigated the same way we examine other public health indicators like obesity, smoking and drinking,” said Dr. Toni Miles, a professor of epidemiology and biostatistics at the College of Public Health at the University of Georgia.

After conducting a statewide health survey three years ago, Dr. Miles discovered that 45 percent of Georgia residents over 18 indicated they were newly bereaved. The findings suggested that grief was far more prevalent than the other three risk factors, she said.

Viewing grief as a threat to overall health could pave the way for prevention efforts — including financial assistance — that help individuals navigate life-altering changes, such as shifts in family income and housing. “We need systemic change to protect those who are left behind,” Dr. Miles told me.

A White House office of bereavement care is a necessary start, and could benefit families who have lost loved ones to other causes, such as gun violence. There are early signs that this administration could be the one to embrace bereavement care. Starting Monday, people who paid for the funeral and burial expenses of someone who died from Covid-19 can apply for up to \$9,000 in reimbursement, the Federal Emergency Management Agency recently announced.

Mr. Biden has spoken frequently from experience about the scars that grief can leave, and what it’s like to face the “empty chair around the kitchen table.” He has the chance to reduce the toll that loss takes on its victims and on all of us.

Allison Gilbert (@agilbertwriter) is an author and speaker. Her latest book is “Passed and Present: Keeping Memories of Loved Ones Alive.”

The Times is committed to publishing a diversity of letters to the editor. We’d like to hear what you think about this or any of our articles. Here are some tips. And here’s our email: letters@nytimes.com.