

VADEMECUM PER L'INFORMAZIONE (in tempo di COVID-19)

Capitolo 7. La percezione del rischio



A cura di:

Sara Rubinelli, Nicola Diviani, Claudia Zanini e Maddalena Fiordelli

Docenti e ricercatori in comunicazione sanitaria e scienze della salute
presso l'Università di Lucerna e l'Università della Svizzera italiana



@il.pensiero.critico



In questo periodo di incertezza è fondamentale saper **valutare correttamente il rischio** di contrarre il COVID-19. Sottovalutarlo potrebbe infatti farci dimenticare l'importanza delle misure preventive ed esporci a rischi inutili. D'altro canto, sopravvalutare il rischio potrebbe creare degli stati di paura e ansia ingiustificati che andrebbero a discapito del nostro benessere.

Nel valutare un rischio per la salute, ognuno di noi valuta la sua probabilità di prendere la malattia (*suscettibilità*) e quanto la malattia potrebbe essere grave per lui o lei (*gravità*).



Nella nostra valutazione del rischio consideriamo aspetti quali, per esempio, l'età che abbiamo, il fatto di dover passare molto tempo in mezzo alla gente per motivi professionali o il soffrire di una malattia cronica.

La letteratura scientifica ha però dimostrato che anche l'informazione che riceviamo dai giornali o dai social media gioca un ruolo importante nella costruzione (e spesso nella distorsione) della nostra **percezione del rischio.**

Di seguito vi mostriamo come.



1. RENDE IL VIRUS ONNIPRESENTE

Sicuramente l'emergenza COVID-19 ha un grande impatto sulle nostre vite e in quanto tale merita attenzione. Il non parlare d'altro, come se tutti gli altri temi fossero spariti, può tuttavia contribuire ad alimentare ansie e paure.



2. EVIDENZIA L'INCERTEZZA

Il fatto di ricevere troppe informazioni, spesso incoerenti tra loro, crea incertezza. Tale incertezza si traduce in una percezione di un rischio maggiore.



3. METTE IN PRIMO PIANO GLI ASPETTI NEGATIVI

Quando si parla, come nel caso del COVID-19, specialmente di aspetti brutti, lutti e drammi, la negatività che ne risulta amplifica il rischio percepito. Così, di contro, messaggi positivi e di speranza, possono alleviare lo stato di tensione che proviamo.



4. UTILIZZA LE METAFORE

Paragonare il COVID-19 all'influenza stagionale ce lo farà sottovalutare. D'altro canto, paragonarlo a una guerra (con tanto di trincee, caduti e eroi al fronte) ci porta a percepire il rischio come molto maggiore di quanto sia in realtà.

La retorica con cui parliamo di un problema può amplificarne le dimensioni.



5. DESCRIVE CASI SIMILI A NOI

Noi ci mettiamo in relazione più facilmente con conoscenti e ‘simili’ che con le percentuali. Quindi, pur sapendo che la probabilità di contrarre una malattia grave per i bambini è bassa, leggere o sentire che un bambino dell’età del nostro ha contratto la malattia aumenta la nostra percezione del suo rischio.



Quando effettuiamo una valutazione del nostro rischio, sforziamoci di considerare i fattori oggettivi. In questo modo eviteremo di prendere il rischio troppo alla leggera o, al contrario, di farci sopraffare da ansie e paure ingiustificate.

#percezionedelrischio