26 agosto 2016 13:56

Vacanze e stress

di Primo Mastrantoni

Si torna dalle vacanze stressati. I media intervistano psicologi e medici per spiegare i motivi dello stress e i rimedi consequenziali. La domanda che viene immediata e': perche' si va in vacanza se poi ci si stressa? Tanto varrebbe rimanersene nella propria citta' e godersela senza la ordinaria pressione del resto dell'anno. Non sappiamo se lo stress vacanziero corrisponda ad una realta' oppure e' una invenzione di chi non avendo altro (e ce ne sarebbe di altro!) da raccontare inventa le notizie e le gonfia. Certamente aspettare in chilometriche file sotto il sole non aiuta, cosi' come stare in spiaggia come le note sardine in scatola puo' disturbare (sembra pero' che a molti piaccia cosi') ma allora non sarebbe piu' utile attrezzare le nostre citta' in modo da renderle vivibili? Il meccanismo e' perverso. Si fugge dalle citta', per le vacanze o il fine settimana, per ricreare nei luoghi di villeggiatura le medesime condizioni di invivibilita' cittadina. C'e' qualcosa che non funziona.