



RIFLESSIONI SUI PROBLEMI PSICOSOCIALI DA COVID-19 IN ETA' PEDIATRICA

CONTATTO

**luigipalmieri88
@gmail.com**

LUIGI PALMIERI

**MEDICO IN FORMAZIONE SPECIALISTICA IN PEDIATRIA, UNIVERSITA' DEGLI
STUDI DI BARI**

Nel 1986 l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) rivoluziona per sempre il concetto di salute: "La **salute** è uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale e non consiste soltanto in un'assenza di malattia o di infermità".

Per la prima volta la salute non è vista soltanto come assenza di malattia ma come risultato di una complessa coesione fra benessere fisico, mentale e sociale.

Nonostante siano passati 35 anni da questa piccola rivoluzione, ancora oggi, purtroppo, quando si parla di salute, si pone l'accento *soltanto* sul benessere fisico, *ignorando*, colpevolmente, l'aspetto mentale e sociale necessario, però, a definire un soggetto come *realmente* sano.

L'impatto del Covid sui bambini e ragazzi

Il 2020 verrà per sempre ricordato come l'anno in cui l'Umanità è stata costretta ad affrontare la più grande minaccia dopo la Seconda Guerra Mondiale: il **Covid-19**.

Al momento (Febbraio 2021), a causa del nuovo Coronavirus, si contano circa 105 milioni di casi in tutto il mondo con quasi 3 milioni di morti. Numeri destinati tragicamente a salire nei prossimi mesi finchè non si vedranno gli effetti benefici della campagna vaccinale appena iniziata.



RIFLESSIONI SUI PROBLEMI PSICOSOCIALI DA COVID-19 IN ETA' PEDIATRICA

Nella popolazione adulta il Covid mostra rilevanti tassi di contagio manifestandosi classicamente con un corteo di sintomi che vanno, nei casi più lievi, dalla tosse alla febbre, passando per anosmia ed astenia, fino ad arrivare, nei casi più gravi, a severa insufficienza respiratoria con necessità di ospedalizzazione e prognosi infausta.

Nella popolazione pediatrica, invece, si registrano tassi di contagio molto contenuti, se comparati a quelli degli adulti, e le manifestazioni cliniche ed i relativi tassi di ospedalizzazione e mortalità sono praticamente nulli. ⁽⁴⁾

Ciò sembrerebbe mettere al sicuro ragazzi e bambini. Non è del tutto così.

Finchè il vaccino non avrà raggiunto almeno il 70% della popolazione mondiale, valore soglia per raggiungere la cosiddetta “immunità di gregge”, misure come distanziamento ed isolamento sociale, igienizzazione di mani e superfici ed il corretto uso di mascherine saranno ancora le uniche armi valide per arginare la diffusione del virus.

Nel mondo più di 150 milioni di bambini e adolescenti sono stati colpiti da queste misure che, purtroppo, sono state l'humus perfetto per l'insorgenza non tanto di una sintomatologia di tipo fisica, come accade negli adulti, bensì di problematiche di tipo psico-comportamentali come: aumento di irritabilità, riduzione dell'attività fisica e relativo aumento di peso, disturbi d'ansia e del sonno, disturbi del tono dell'umore e riduzione del rendimento scolastico.

Si stima che, in Italia, fino al 65% di bambini di età minore di 6 anni e fino al 71% di quelli di età maggiore di 6 anni (fino a 18) siano stati colpiti da tali



RIFLESSIONI SUI PROBLEMI PSICOSOCIALI DA COVID-19 IN ETA' PEDIATRICA

problematiche. ⁽¹⁾

Nella popolazione pediatrica, inoltre, misure di prevenzione aggiuntive come la chiusura delle scuole e la sostituzione delle lezioni frontali con quelle a distanza sembrerebbero aver acuito il problema.

Per i bambini infatti, la scuola non è soltanto uno spazio educativo ma è una vera e propria casa fuori la propria. Un luogo che offre libertà, interazioni, confronto e conforto con coetanei e adulti. La scuola gioca un ruolo fondamentale nel promuovere concetti importanti come l'adottare uno stile di vita sano basato su una corretta educazione alimentare e sul praticare attività fisica regolarmente.

La scuola riempie quei gap educativi che naturalmente nascono tra bambini appartenenti a differenti classi sociali.

Molti bambini infatti, provenienti dalle classi sociali meno abbienti, non hanno accesso a libri, computer e internet rallentando il proprio percorso di crescita educativa.

Ma soprattutto la scuola rappresenta una vera e propria ancora di salvezza per tutti quei bambini vittime di violenze domestiche di varia natura, psicologiche e non. ⁽²⁾

Di pari se non di maggiore importanza sono le problematiche emerse nei bambini "fragili".

Circa 1 bambino ogni 6, tra quelli appartenenti al gruppo d'età 2-8 anni, soffre di disturbi neurocomportamentali (autismo, disturbi dell'attenzione e del comportamento, ritardi e difficoltà psicosociali di vario genere). E dal momento che ogni disturbo è differente, ogni bambino necessiterà di approcci altrettanto differenti per limitare le conseguenze negative di



RIFLESSIONI SUI PROBLEMI PSICOSOCIALI DA COVID-19 IN ETA' PEDIATRICA

queste misure di contenimento.

Ad esempio, nel bambino autistico potrebbe evidenziarsi un repentino peggioramento del setup cognitivo-comportamentale a causa della sospensione delle attività educative e della terapia logopedistica; nel bambino con Disturbo da Deficit di Attenzione e Iperattività potrebbe risultare difficile il confinamento a lungo in casa evitando loro, tra l'altro, di toccare oggetti e superfici che potrebbero essere vettori di trasmissione del virus. ⁽³⁾

Da non sottovalutare sono le conseguenze di un allontanamento forzato bambino – genitore a causa della positività al virus da parte di quest'ultimo o nei casi in cui questo lavora come operatore sanitario.

Questi bambini potrebbero sviluppare, a tutti gli effetti, uno stress da disturbo post-traumatico a causa della separazione dai propri genitori. Durante l'età scolare, infatti, il ruolo del genitore è cruciale e la separazione da esso può essere una minaccia per la salute del bambino, potendone rappresentare la causa dello sviluppo di sentimenti negativi come tristezza, ansia, solitudine e paura di morire.

Tutte emozioni che potrebbero avere effetti dannosi sul suo equilibrio psico-comportamentale.

Tra queste, la solitudine è forse la più pericolosa poiché è quella che più facilmente si associa allo sviluppo di disturbi a lungo termine come depressione e nei casi più gravi, idee suicidarie.

Disturbi presenti addirittura fino a 9 anni dopo la loro insorgenza. ⁽⁴⁾

Per limitare gli effetti dannosi del Covid sulla salute dei nostri bambini è, pertanto, necessario pianificare strategie di attiva collaborazione tra il



RIFLESSIONI SUI PROBLEMI PSICOSOCIALI DA COVID-19 IN ETA' PEDIATRICA

mondo delle politiche sociali e sanitarie, i genitori e la scuola.

Raccomandazioni e conclusioni

1. Il ruolo dei genitori

Cosa fare quindi? Come aiutare i nostri bambini e ragazzi?

La parte centrale nella prevenzione dello sviluppo di disturbi psico-comportamentali associati al Covid non può che essere svolta dai genitori. La famiglia rappresenta infatti il pilastro protettivo di cui ogni bambino/adolescente ha fortemente bisogno.

Ecco alcune utili raccomandazioni da seguire:

- i bambini necessitano della presenza fisica dei genitori più degli adolescenti. E' quindi necessario accompagnarli fisicamente nella condivisione di ogni momento della giornata che sia quello del gioco, sia fisico che virtuale, dell'alimentazione, della condivisione di notizie di cronaca, anche quelle relative al Covid magari cercando di utilizzare parole semplici ma al tempo stesso rassicuranti, creando una sorta di routine che il bambino possa seguire giornalmente.

E' fondamentale, all'interno di questa routine, focalizzare l'attenzione sui comportamenti buoni piuttosto che su quelli cattivi, ponendo l'attenzione soltanto su quello che è giusto fare, ignorando quello che non lo è.

- gli adolescenti necessitano di un approccio diverso. E' auspicabile che i genitori coinvolgano, laddove possibile, gli adolescenti nelle decisioni familiari, soprattutto in quelle che li riguardano. E' importante dar loro l'opportunità di responsabilizzarsi, affidando loro



RIFLESSIONI SUI PROBLEMI PSICOSOCIALI DA COVID-19 IN ETA' PEDIATRICA

piccoli compiti domestici come il cucinare o gestire piccole quantità di denaro. Si può parlare più apertamente del Covid ma è importante limitare l'uso eccessivo di internet per evitare lo sviluppo di ansia causata da una maggiore conoscenza del virus e della malattia ad esso connesso.

E' altrettanto utile dar sfogo al lato creativo degli adolescenti incoraggiando quindi l'arte in tutte le sue forme: musica, danza, pittura e lettura. ⁽³⁾

3.2 Il ruolo degli Insegnanti

Un altro ruolo fondamentale è svolto dalla scuola e dagli insegnanti.

Sono questi ultimi infatti che, essendo quotidianamente in contatto con studenti di ogni età, sono in una posizione cruciale per:

- contribuire a diffondere le corrette linee guida nella prevenzione della trasmissione del virus;
- adempiere ai doveri scolastici, utili per la formazione accademica degli studenti, senza dimenticare i diritti degli stessi ad essere ascoltati su tematiche non prettamente didattiche;
- svolgere un ruolo sentinella nel caso di riscontro di problematiche psico-comportamentali ignorate dai genitori, facendo da ponte tra i ragazzi e le figure professionali sanitarie;
- ridurre al minimo le discrepanze educative nate dalla disuguaglianza delle classi sociali di appartenenza;
- avvertire le autorità giudiziarie competenti nel caso di riscontro di segnali indiretti di violenze domestiche di vario genere. ⁽³⁾

Il ruolo del pediatra e della politica.



RIFLESSIONI SUI PROBLEMI PSICOSOCIALI DA COVID-19 IN ETA' PEDIATRICA

3. Conclusioni

Tra la popolazione pediatrica, la figura sanitaria professionale di riferimento non può che essere quella del pediatra. Il ruolo del pediatra trova la sua massima espressione in determinati ma essenziali punti:

- educa il genitore sulle necessità del bambino nelle varie fasi del suo sviluppo, indicandogli il modo migliore nell'affrontare ognuno di essa;
- conosce e riconosce i disturbi psico-comportamentali ponendosi come figura determinante nella prevenzione degli stessi evitando il contatto del bambino con quei fattori ambientali che contribuiscono al loro sviluppo o peggioramento;
- conosce la storia clinica del bambino, orientando correttamente i genitori nella valutazione di tutte quelle manifestazioni sintomatologiche correlabili o meno al Covid.

Il Covid potrebbe, infine, rappresentare l'opportunità ideale per migliorare tutti quei modelli e quelle politiche sociali e sanitarie che riguardano i nostri bambini ed adolescenti. Si potrebbe finalmente focalizzare l'attenzione su tutti quei bisogni psicosociali di cui bambini e adolescenti sono portatori, cambiando ed innovando il sistema sanitario nazionale. ⁽³⁾

E' necessario infatti creare una stretta rete di collaborazione tra scuole, genitori, pediatri e psicologi per assecondare adeguatamente la loro primordiale necessità: l'essere ascoltati senza essere giudicati.

Infatti, è soltanto attraverso l'ascolto dei loro sogni, delle loro paure e dei loro disagi che possiamo ottenere la chiave di volta giusta per costruire, insieme, un futuro migliore. Per noi e per loro.



RIFLESSIONI SUI PROBLEMI PSICOSOCIALI DA COVID-19 IN ETA' PEDIATRICA

BIBLIOGRAFIA

1) Nuovo Coronavirus e bambini. Ministero della Salute.

<http://www.salute.gov.it/portale/nuovocoronavirus/dettaglioContenutiNuovoCoronavirus.jsp?lingua=italiano&id=5413&area=nuovoCoronavirus&menu=vuoto>

2) Ritwik Ghosh, Mahua J. Dubey, Subhankar Chatterjee, Souvik Dubey. Impact of COVID-19 on children: special focus on the psychosocial aspect. *Minerva Pediatrica* 2020 June;72(3):226-35. DOI: [10.23736/S0026-4946.20.05887-9](https://doi.org/10.23736/S0026-4946.20.05887-9)

3) Shweta Singha, Deblina Royb, Krittika Sinha, Sheeba Parveenc, Ginni Sharmac, Gunjan Joshic. Impact of COVID-19 and lockdown on mental health of children and adolescents: A narrative review with recommendations. *Psychiatry Research Volume 293*, November 2020, 113429. DOI: [10.1016/j.psychres.2020.113429](https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113429)

4) Maria Elizabeth Loades, Eleanor Chatburn, Nina Higson-Sweeney, Shirley Reynolds, PhD, Roz Shafran, Amberly Brigden, Catherine Linney, Megan Niamh McManus, Catherine Borwick, Esther Crawley. Rapid Systematic Review: The Impact of Social Isolation and Loneliness on the Mental Health of Children and Adolescents in the Context of COVID-19. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry* 2020 Nov;59(11):1218-1239.e3. DOI: [10.1016/j.jaac.2020.05.009](https://doi.org/10.1016/j.jaac.2020.05.009)