



UDINE 30 GIUGNO 2022

SALUTE, STILI DI  
VITA E BENESSERE  
L'impatto della pandemia da  
Covid-19  
in Friuli Venezia Giulia

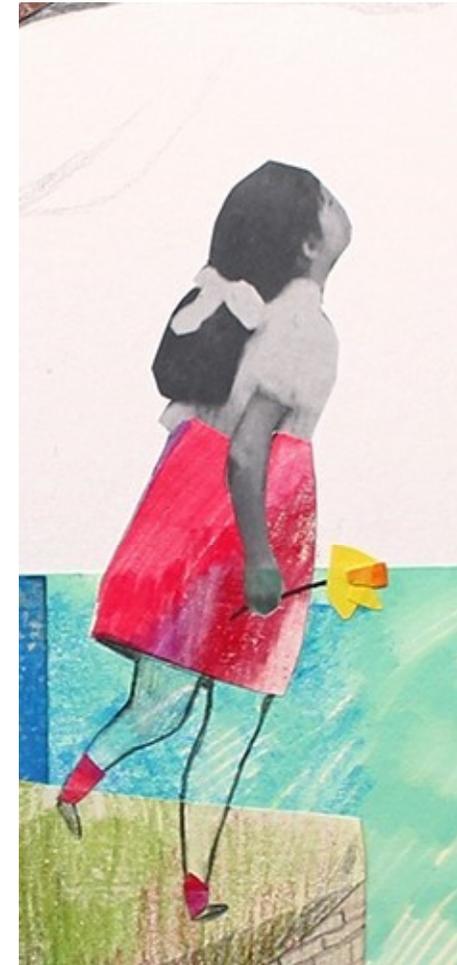
# LA BUSSOLA IMPAZZITA

il Covid-19 e il disagio mentale nei  
bambini e negli adolescenti

Gian Luigi Luxardi  
Psicologo-psicoterapeuta  
gianluigi.luxardi@gmail-com



La pandemia COVID-19 e le misure  
restrittive per il contenimento  
dell'infezione  
(*lockdown*, chiusura delle scuole,  
distanziamento sociale )  
hanno rivoluzionato la vita dei bambini e  
adolescenti



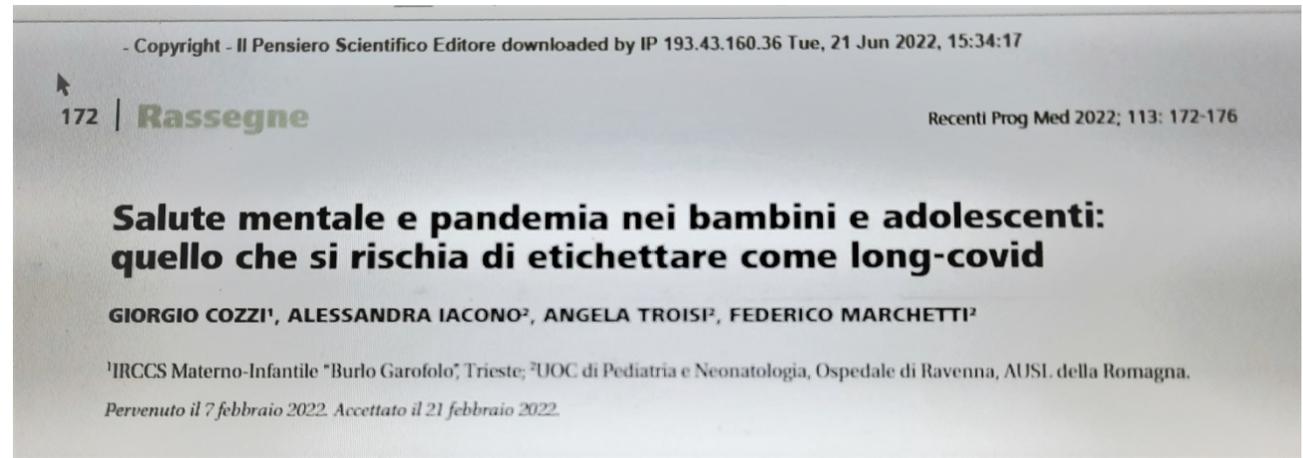
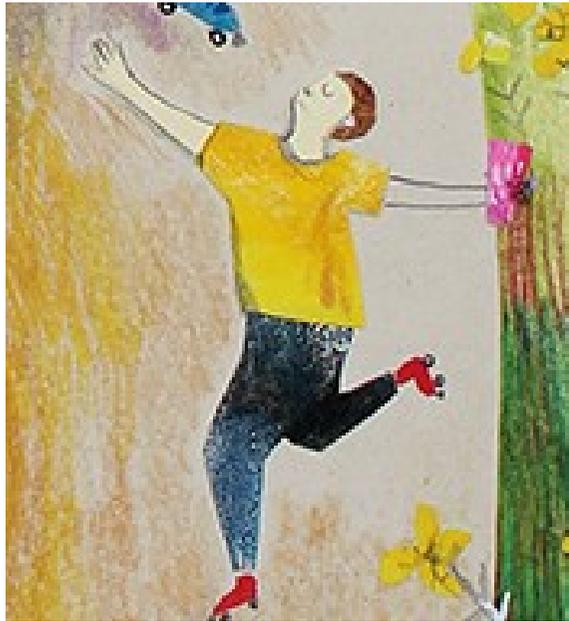
L'assenza di attività scolastiche, ricreative, ludiche e sportive ha costretto alla permanenza forzata in casa di migliaia di ragazzi e ragazze.



A ciò si è aggiunta la riduzione di attività ambulatoriali e consulenziali dedicate ai minori con malattie croniche o con malattie acute non-COVID-19

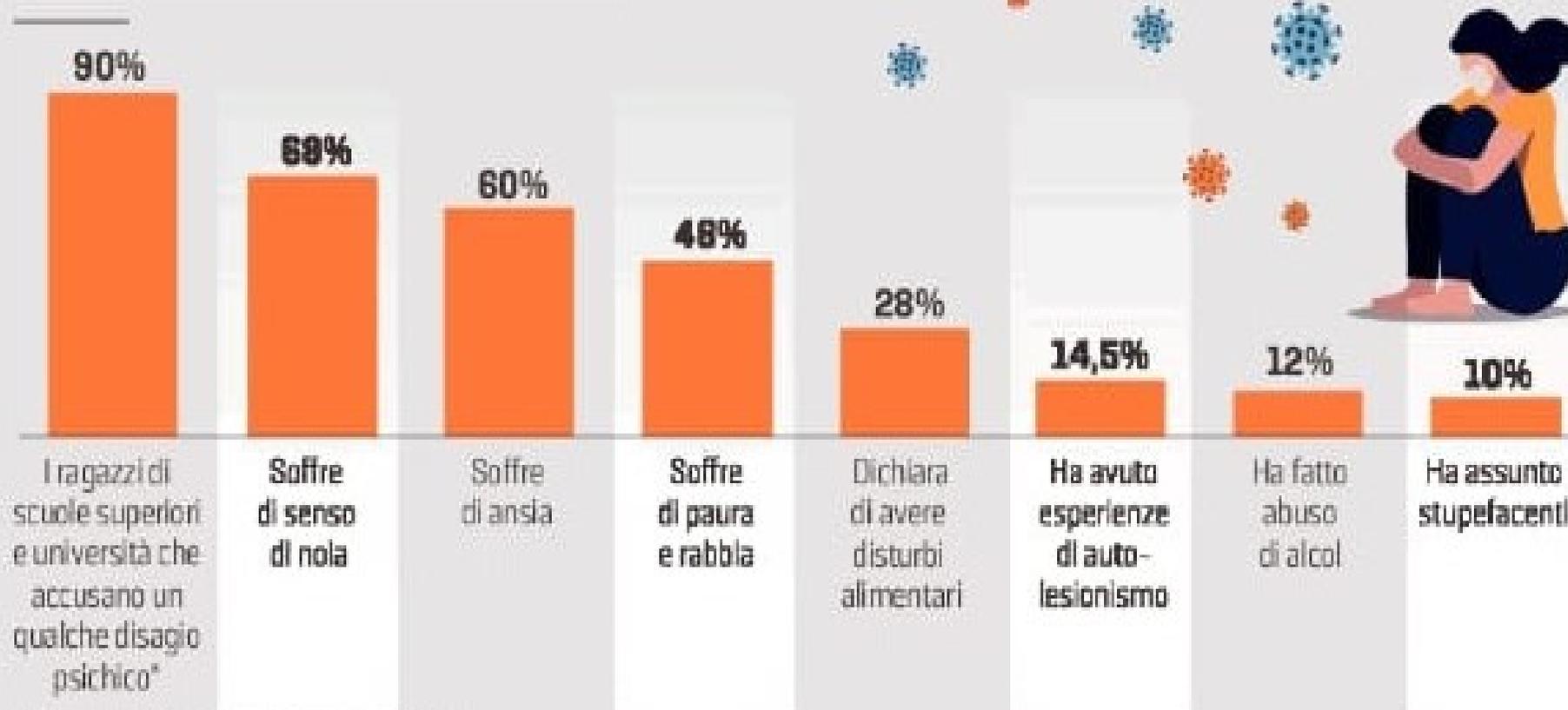
Che impatto ha  
avuto - e ha - sullo  
sviluppo psicologico  
infantile  
l'isolamento dei  
bambini e delle loro  
famiglie dovuto al  
*lockdown*?





- Diversi studi hanno evidenziato che la pandemia ha portato a un peggioramento dei sintomi ansiosi, del tono dell'umore, dei sintomi da stress post-traumatico nei bambini e negli adolescenti, e **questo senza differenze chiaramente significative tra chi aveva avuto la covid e chi no.**

## I NUMERI DELL'EMERGENZA



\*Solo 1 su 4 (il 26%) chiede aiuto a uno specialista

Fonte: indagine su 30 mila ragazzi condotta da Spi-Cgil, rete studenti medi e Unione universitari



- Le cause sono riferibili all'isolamento, a un aumento di casi di difficoltà familiare (sia finanziaria che sociale)
- alla preoccupazione per la salute di parenti e amici, ai lutti, alla perdita di strutture di supporto
- e, soprattutto, **alla perdita della frequenza scolastica.**

## Il rapporto con la scuola



Per il **60%**  
è stato traumatico  
il ritorno in classe



Il **75%**  
vede il futuro  
con insicurezza



Il **72%**  
ne ha paura

Già negli anni '60 - '70 lo psicologo E. Erikson evidenziava che **la costruzione dell'identità in età infantile** è influenzata da fattori psicosociali quali abitudini familiari, routine di vita che creano un **senso di appartenenza** e aiutano ad attraversare in maniera “sana” le fasi evolutive e i problemi connessi



**La pandemia ha fatto “saltare” regole prestabilite e schemi consueti.**

Quarantena e **distanziamento sociale** hanno rappresentato fonti di stress per i bambini e determinato cambiamenti repentini e prolungati nei ritmi quotidiani di vita familiare, scolastica e ricreativa

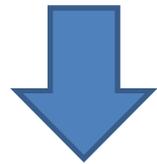


**A ciò si aggiunge il “respirare” un clima di ansia/paura e incertezza per il futuro**

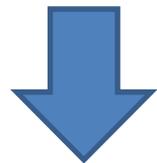
**E a tutto  
questo si è  
aggiunta la  
guerra**



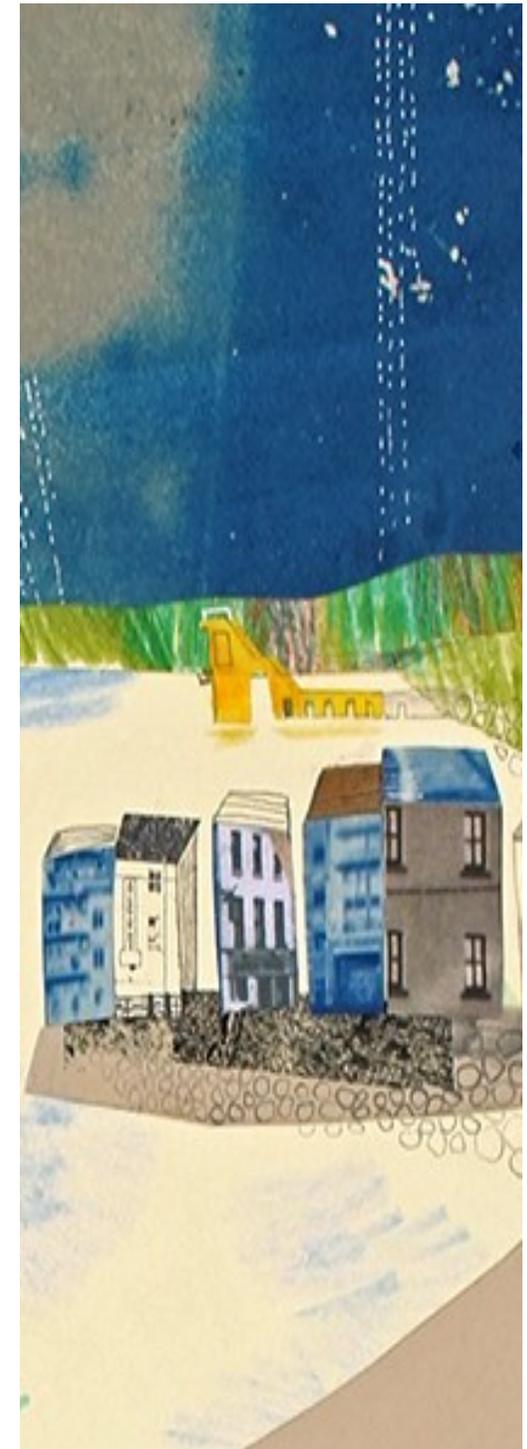
Eccesso di informazioni,  
spesso discordanti



Ansia



Angoscia



# SOGNARE, DESIDERARE, COSTRUIRE VALORI

- L'incertezza incide sulla capacità umana di dare valore, e quindi senso e significato alle proprie azioni, rispetto a una direzione futura che funge da riferimento.
- I valori non sono da intendersi in senso etico-morale e non vanno confusi con gli obiettivi.



Non possono essere mai raggiunti ma fungono da riferimento per gli obiettivi che ci poniamo.

Il Rapporto dell'Istituto Superiore di Sanità sulla promozione della salute mentale infantile in tempo di covid-19 (ISS, 2020) ha raccolto le evidenze scientifiche sul tema da studi italiani e internazionali

Alcuni dati derivano dalla ricerca del *COVID-19 International Behavioral Science Working Group* dell'Università di Harvard che ha coinvolto un campione di 3.453 individui

per l'Italia hanno partecipato l'ospedale pediatrico Gaslini e l'università degli Studi di Genova

- 
- nel 65% e nel 71% dei bambini con età rispettivamente minore o maggiore di 6 anni sono insorte problematiche comportamentali e sintomi di regressione;
  - nei bambini al di sotto dei 6 anni i disturbi più frequenti sono stati l'aumento dell'irritabilità, disturbi del sonno e disturbi d'ansia (inquietudine, ansia da separazione);
  - nei bambini e adolescenti di età compresa tra 6 e 18 anni i disturbi più frequenti hanno interessato la "componente somatica" (disturbi d'ansia e somatoformi come la sensazione di mancanza d'aria) e i disturbi del sonno (difficoltà di addormentamento, difficoltà di risveglio per iniziare le lezioni per via telematica a casa).
- 

## L'indagine ha inoltre rilevato:

- una correlazione statisticamente significativa tra il livello di gravità dei comportamenti disfunzionali dei bambini/ragazzi e il grado di malessere “circostanziale” dei genitori,
- ossia all'aumento dell'ansia e della preoccupazione nei genitori aumentavano i disturbi comportamentali e della sfera emotiva nei bambini e negli adolescenti



# l'indagine della Società Italiana di Pediatria condotta in 9 regioni italiane



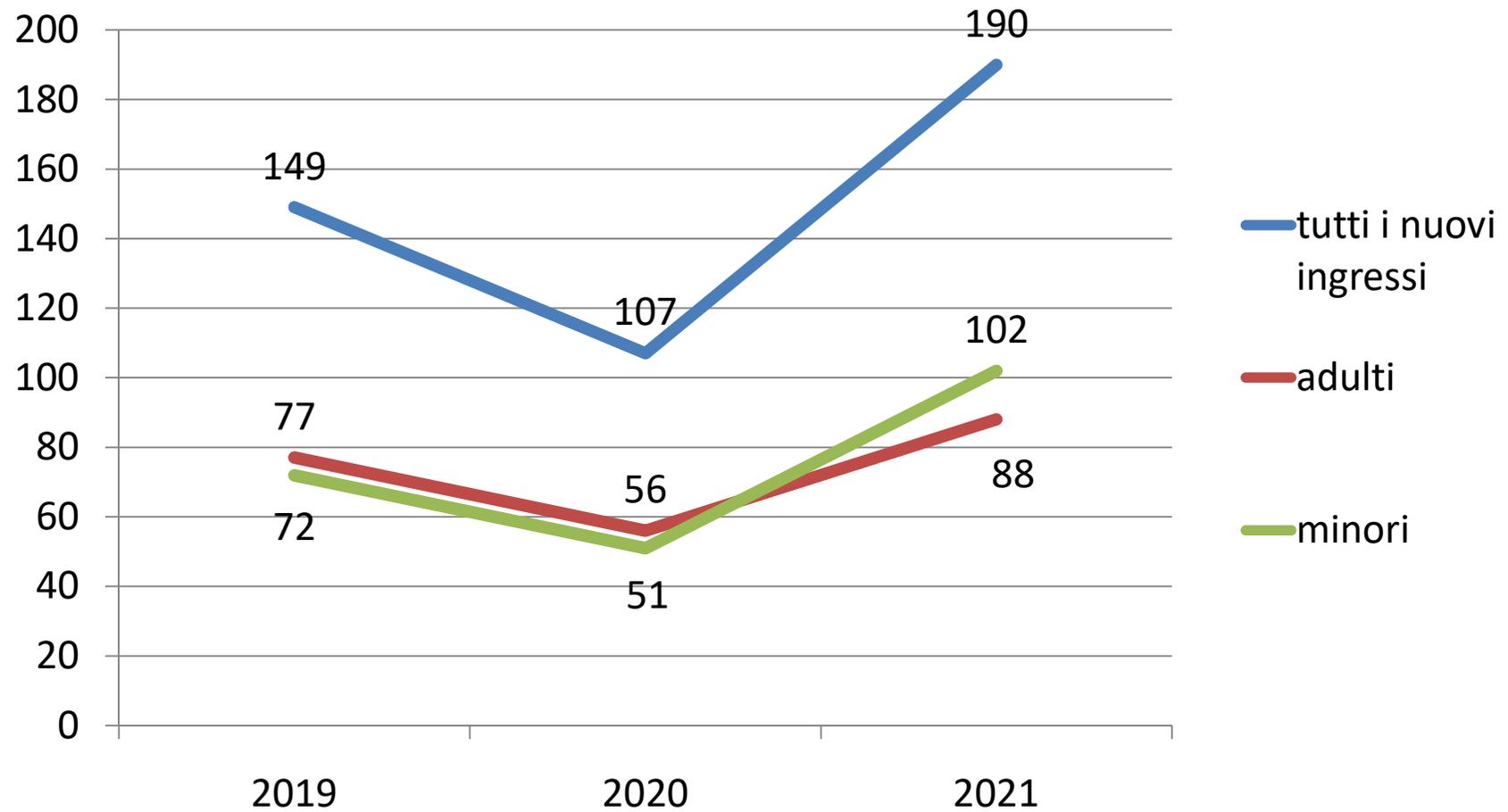
Durante la pandemia (marzo 2020-marzo 2021), se da un lato si sono quasi dimezzati (-48,2%) gli accessi totali degli under 18 ai Pronto Soccorso per paura del contagio, dall'altro sono aumentati quelli per patologie di interesse neuropsichiatrico, registrando un incremento dell'84% rispetto al periodo pre-Covid (marzo 2019-marzo 2020).

Secondo i dati dell'indagine sono aumentati del 147% gli accessi per “**ideazione suicidaria**” seguiti da **depressione (+115%)** e **disturbi della condotta alimentare (+78.4%)**.

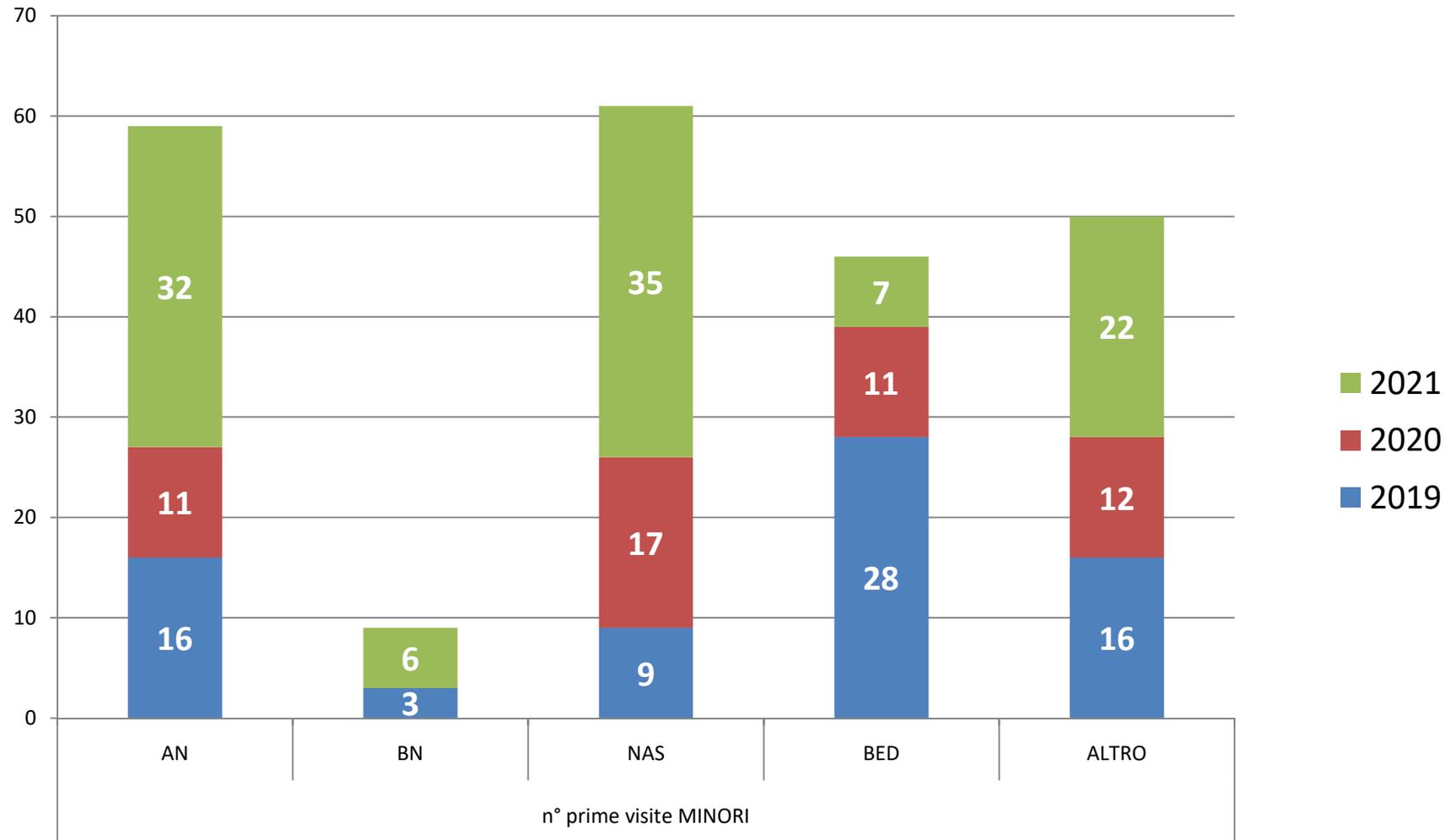


- “**Psicosi**” e “**disturbi del comportamento alimentare**” hanno costituito nel campione osservato le prime due cause di accesso in PS per patologia neuropsichiatrica (pari al 16,7% e al 15,9% di tutti gli accessi)

# Andamento delle prime visite



# Prime visite minori per diagnosi



# E allora, questa bussola...

- Dal conflitto sociale al lamento social
- Dal percorso scolastico che porta alla professione allo scollamento tra istruzione e lavoro (e tra competenze e successo)
- Da consumatore a merce



**COVID e guerra hanno aggiunto  
incertezza sulla sicurezza personale**

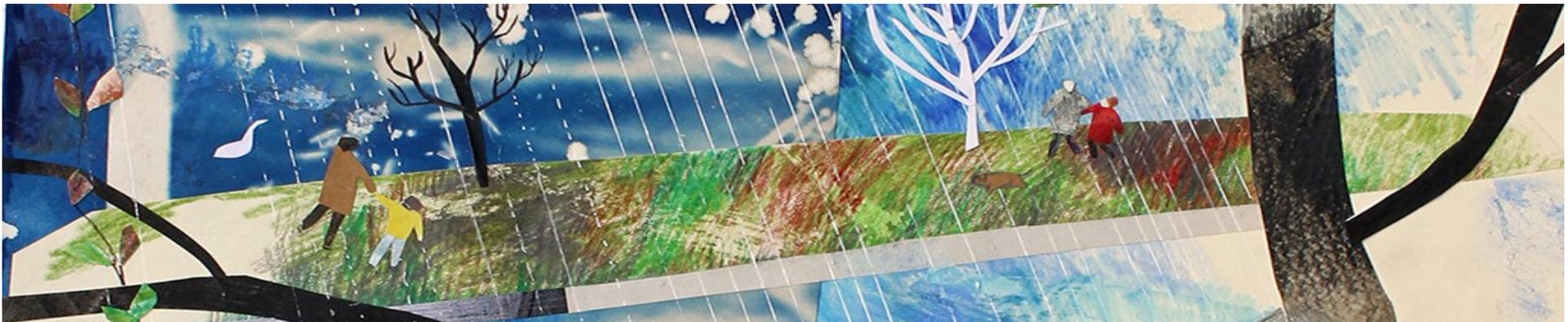
**Che fare?**



Ricostruire abitudini/ritmi e promuovere attività  
e stili di vita equilibrati,  
valorizzando l'autonomia dei ragazzi e la loro  
capacità di immaginare il futuro



- Aiutare i ragazzi a sviluppare un **senso di coerenza**, che viene dalla comprensione e dalla condivisione di ciò che accade.
- Sviluppare la capacità di **essere flessibili** per adattarci a circostanze che cambiano velocemente, tollerando un certo grado di incertezza.
- Imparare a **essere resilienti**
- **Recuperare la capacità di sognare, desiderare, progettare, investire sul futuro**



# RESILIENZA



L'uomo è programmato biologicamente per cercare **conforto sociale** quando è sotto stress

stare insieme ha già di per sé un effetto di regolazione emotiva.



## Le azioni raccomandate:

- Garantire supporto ai caregiver/genitori, affinché possano aiutare i propri figli a sviluppare consapevolezza ed elaborare le emozioni
- Ricostruire abitudini/ritmi e promuovere attività e stili di vita equilibrati, valorizzando l'autonomia dei ragazzi
- Rinforzare o predisporre interventi utili a garantire un sistema flessibile e maturo per riprendere e garantire le attività scolastiche
- Creare reti, per realizzare opportunità organizzate di socialità, condivisione, gioco e apprendimento per i bambini e i ragazzi e iniziative di respiro comunitario per le famiglie, in particolare per le fasce maggiormente vulnerabili a livello socio-economico.

The background is a collage-style illustration. On the left, a child with a grey body and yellow shorts stands on a grey rectangular base, holding a yellow flower. Above the child, a bird is perched on a thin branch of a tree. The background is a light beige color with faint, sketchy lines representing branches. At the bottom right, there is a dark grey fence with horizontal slats. The overall style is artistic and textured.

**Grazie dell'attenzione e  
buona serata**

**e grazie a mia figlia Lara per le illustrazioni**

**[gianluigi.luxardi@gmail.com](mailto:gianluigi.luxardi@gmail.com)**