

Effetti dell'emergenza Covid-19 su bambini da 4 a 10 anni

Documento di riferimento:

Report indagine esplorativa sugli effetti dell'emergenza Covid-19 su bambini da 4 a 10 anni [reperibile qui](#)

Autori:

- Luca Pisano
Psicologo, psicoterapeuta - Direttore IFOS Centro Studi e Master in Criminologia clinica e Psicologia Giuridica IFOS
- Luca Cerniglia
PhD, Ricercatore in Psicologia Dinamica - Università Telematica Internazionale Uninettuno

Sintesi a cura di:

Luca Mancusi – Educatore Professionale socio pedagogico, Dottore in Psicologia

Note sul documento:

Il presente documento ha la finalità di riportare, in maniera sintetica e più immediatamente fruibile per un pubblico ampio, i risultati di un recente studio italiano che esplora gli effetti dell'emergenza Covid-19 su bambini nella fascia di età tra i 4 e i 10 anni. Per un maggiore approfondimento e per la bibliografia, suggerisco la lettura completa dello studio, reperibile online.

Per suggerimenti o chiarimenti non esitare a contattarmi!

Luca Mancusi – Educatore Professionale socio pedagogico, Dottore in Psicologia

lucamancusi79@gmail.com

333.9224495

Disastri naturali, distress e traumi

I disastri naturali sono generalmente suddivisi in tre tipologie:

- disastri idro-metereologici (straripamenti, tempeste, temperature estreme);
- disastri geofisici (terremoti, tsunami, eruzioni vulcaniche);
- disastri biologici (epidemie, infestazioni).

Come molte calamità naturali, anche i disastri biologici si verificano improvvisamente e gli effetti, che persistono per molto tempo, hanno numerose conseguenze a breve e a lungo termine. L'esposizione ai disastri naturali è associata all'aumento di rischio di sviluppare problematiche psicologiche, tra cui il disturbo da stress post-traumatico (DPTS), il disturbo depressivo, i disturbi d'ansia, i disturbi del sonno e da abuso di sostanze.

Nel caso specifico dell'attuale pandemia, come sostengono gli studiosi Satcher, Patrick e Kenned, l'aumento dei livelli di paura e ansia sono solamente la punta dell'iceberg se si considerano le possibili implicazioni per la salute mentale. È fortemente probabile che si determinerà un trauma psicologico da coronavirus.

Uno studio ha verificato l'impatto psicologico della quarantena in precedenti epidemie (SARS, Ebola, ecc) e come questa possa causare una serie di problematiche psicologiche tra cui ansia, rabbia, confusione, disturbi del sonno, vissuti depressivi e disturbo da stress post traumatico. I fattori di stress agiscono durante (durata della quarantena, paure di infezione, frustrazione e noia, informazioni inadeguate) e dopo l'emergenza (perdite finanziarie e stigmatizzazione).

Quarantena ed isolamento possono avere effetti traumatizzanti anche sui bambini. I punteggi medi di stress post-traumatico (DPTS) sono quattro volte più alti nei bambini messi in quarantena rispetto a quelli che non subiscono la stessa restrizione.

In uno studio sugli effetti dello tsunami nel sud-est asiatico nel 2004, le reazioni post-traumatiche da stress dei genitori hanno predetto significativamente le reazioni DPTS nei loro figli.

Le risposte al trauma possono essere però influenzate da diversi fattori di rischio e protettivi che interagiscono tra loro. Il significato che ognuno attribuisce a un evento traumatico è infatti il prodotto di una complessa interazione basata sull'evento stesso, la storia personale, il temperamento, le strategie di coping, le aspettative future e i fattori biologici. Il livello di distress psicologico e lo sviluppo di una psicopatologia sono pertanto associati a fattori di rischio individuali, familiari e sociali preesistenti, all'evento traumatico e non solo alle caratteristiche dello stimolo stressante.

È importante sottolineare che, nella maggiore parte della popolazione, il trauma psicologico è generalmente limitato a un disturbo transitorio e acuto che si manifesta attraverso tre quadri sintomatologici:

- ricordi dell'esposizione all'evento (flashback, pensieri intrusivi, incubi);
- attivazione (iperarousal, insonnia, agitazione, irritabilità, impulsività e rabbia);
- deattivazione (ottundimento, evitamento, confusione, derealizzazione, dissociazione e depressione).

La ricerca

Lo studio ha coinvolto 6510 genitori sardi di bambini tra i 4 e i 10 anni che hanno compilato, tra il 21 e il 24 marzo, un questionario online, unico strumento utilizzabile date le restrizioni collegate all'emergenza.

Valutare l'effetto di un evento traumatico quale quello che stiamo vivendo non è mai semplice. I fattori che interagiscono in questo tipo di eventi sono molti:

- la risposta psichica dei genitori che influenza, di conseguenza, le reazioni dei bambini;
- la condizione psicofisica dei genitori e dei bambini prima dell'evento traumatico;
- la qualità dell'interazione genitori figli, prima e durante la pandemia;
- la resilience, ovvero la capacità di fronteggiare le avversità.

Per forza di cose questa ricerca non ha potuto prendere in considerazione tutte queste variabili in gioco. I risultati della ricerca non sono statisticamente significativi pur coinvolgendo un campione significativamente ampio. Ci sono ulteriori limitazioni legate alla modalità di somministrazione del questionario.

Nonostante le limitazioni sopra citate, la ricerca offre importanti spunti di riflessione.

La ricerca ha esplorato le risposte emotivo/comportamentali di bambini dai 4 ai 10 anni di età alla situazione (potenzialmente traumatica) della pandemia Covid-19, sulla base della valutazione dei genitori.

Per lo svolgimento dell'indagine è stato costruito un questionario, articolato in tre aree, quattro domande per area, per un totale di dodici domande. Le aree che compongono lo strumento sono state individuate sulla base della letteratura precedente relativa alle risposte dei bambini allo stress e a situazioni potenzialmente traumatiche.

La prima area ha indagato i **comportamenti regressivi** dei bambini con particolare riferimento alla perdita di alcune abilità precedentemente raggiunte: dormire da soli nella propria cameretta, controllo sfinterico limitatamente all'enuresi, adeguatezza del linguaggio, manifestazione delle paure.

La seconda area ha invece esplorato i **comportamenti di protesta** del bambino rispetto all'improvviso cambiamento dello stile di vita: l'irritabilità, i continui cambiamenti d'umore, i disturbi del sonno e il nervosismo nei confronti delle restrizioni e dei messaggi provenienti dalla TV o dai genitori per quanto riguarda la pandemia.

La terza area ha infine indagato i **comportamenti di adattamento** dei bambini con riferimento alla calma, alla tranquillità, all'equilibrio, all'adattamento alle restrizioni, alla manifestazione di svogliatezza nei confronti delle attività che svolgevano prima della pandemia.

Risultati della ricerca

Dall'analisi dei dati è allora emerso con chiarezza che durante il primo mese di quarantena la pandemia ha avuto un importante effetto sulla psiche dei bambini.

Un bambino su quattro (26,48%) ha manifestato il sintomo regressivo della richiesta di vicinanza fisica ai genitori durante la notte e quasi uno su cinque (18,17%) paure che prima non aveva mai avuto. Metà dei bambini (53,53%) ha manifestato maggiore irritabilità, intolleranza alle regole, capricci e richieste eccessive, e uno su cinque cambiamenti di umore (21,17%) e problemi del sonno tra cui difficoltà di addormentamento, agitazione e frequenti risvegli (19,99%). Uno su tre (34,26%) nervosismo nei confronti della pandemia quando in casa o in TV si parla del coronavirus oppure per via delle restrizioni.

Quasi uno su tre (31,38%) è sembrato più calmo e tranquillo e uno su due (49,57%) più saggio e riflessivo. Quasi tutti (92,57%) sono sembrati in grado di adattarsi alle restrizioni determinate dalla pandemia anche se

uno su due (43,26%) è apparso maggiormente svegliato rispetto alle attività che svolgeva prima della pandemia tra cui giocare, studiare, ordinare i giochi.

Particolare attenzione deve essere allora prestata al comportamento di adattamento che potrebbe nascondere la presenza di vissuti depressivi o comunque di un importante malessere psicologico.

Se infatti consideriamo che i bambini che sono sembrati in grado di adattarsi alle restrizioni determinate dalla pandemia sono 5543 (92,57%) e che di questi 2842 hanno manifestato maggiore irritabilità emerge che l'51,27% dei bambini che si è adattato ha anche manifestato maggiore irritabilità, intolleranza alle regole, capricci e richieste eccessive. Se l'adattamento fosse stato il segnale della resilience (individuale del bambino e/o familiare), non si sarebbe rilevata la presenza di sintomi di protesta per la brusca interruzione dello stile di vita; quanti dei bambini che si sono adattati alla pandemia e che presentano maggiore irritabilità, manifestano anche sintomi regressivi come la richiesta di dormire nel letto dei genitori, emerge che sono 912, il 32,09%. Quanti dei bambini che si sono adattati alla pandemia e che presentano maggiore irritabilità, manifestano anche svegliatezza rispetto alle attività che svolgevano prima della pandemia tra cui giocare, studiare, ordinare i giochi, etc, emerge che sono 1603, il 56,40%;

Possiamo allora ipotizzare che i comportamenti di adattamento siano la spia di un disagio psicologico.

Infatti un bambino su due che si è adattato alla pandemia ha anche manifestato maggiore irritabilità, intolleranza alle regole, capricci e richieste eccessive. Uno su tre che si è adattato alla pandemia e che presenta maggiore irritabilità manifesta anche sintomi regressivi, come la richiesta di dormire nel letto dei genitori. Uno su due che si è adattato e che presenta maggiore irritabilità, manifesta anche svegliatezza rispetto alle attività che svolgeva prima della pandemia.

L'ipotesi appare confermata anche dalla presenza del sintomo delle paure che prima della pandemia non si era mai manifestato nel 16.99% dei bambini che sono stati capaci di adattarsi. Infatti emerge che circa un bambino su sei che appare adattato, manifesta paure e quindi un malessere psicologico.

Consideriamo inoltre i "super adattati", cioè i bambini che appaiono più calmi e tranquilli, più saggi e riflessivi ed in grado di adattarsi alle restrizioni determinate dalla pandemia: sono in totale il 23,81% del campione complessivo. Se consideriamo quanti di questi bambini presentano maggiore irritabilità o continui cambiamenti di umore o problemi del sonno o nervosismo, emerge che un bambino su 5, tra i "super adattati", manifesta sintomi di malessere psicologico.