



COVID-19

**Potenziale impatto
psicosociale
sui bambini**

POTENZIALE IMPATTO PSICOSOCIALE DEL COVID-19 SUI BAMBINI

Documento di riferimento:

Potential psychosocial impact of COVID-19 on children: a scoping review of pandemics & epidemics

Autori:

Kaitlyn A. Merrill, Trevyna N. N. William, Kayla M. Joyce MSc, Leslie E. Roos PhD, Jennifer L. P. Protudjer PhD.

Traduzione ed adattamento a cura di:

Luca Mancusi – Educatore Professionale socio pedagogico, Dottore in Psicologia

Data documento originale

Agosto 2020

Data documento tradotto/riadattato

17/10/2020

Informazioni su questo documento:

Il distanziamento fisico e le misure sanitarie stanno avendo ed avranno impatti di vasta portata sulla salute e il benessere psicosociale dei bambini. Il lavoro dei ricercatori è orientato ad analizzare la letteratura esistente sulle pandemie per identificare l'impatto che il COVID-19 può avere sulla salute psicosociale dei bambini. Partendo da oltre 8000 articoli sul tema ne sono stati selezionati 73 che rispondevano ai criteri di inclusione previsti dagli studiosi.

Quanto è emerso da questa meta-analisi è che i bambini stanno affrontando sfide significative durante la pandemia: il 12% degli articoli indicano solitudine/depressione, il 21% ansia, il 7% sofferenza, il 10% disturbi legati allo stress, il 25% abusi sui minori, l'8% conflitti familiari e il 12% stigma. Inoltre, il 25% degli articoli indica difficoltà economiche, il 23% impatti negativi sullo studio, il 33% alimentazione scorretta e il 21% riduzione delle opportunità di gioco/aumento del tempo trascorso sullo schermo.

Per suggerimenti o chiarimenti non esitare a contattarmi!

Luca Mancusi – Educatore Professionale socio pedagogico, Dottore in Psicologia

email: lucamancusi79@gmail.com

cellulare: 333.9224495

Ulteriore materiale disponibile al link:

<https://www.mosaicomeraviglioso.it/materiale-di-supporto-per-covid-19/>

Introduzione

Durante i primi mesi della pandemia COVID-19, circa 1,4 miliardi di bambini sono restati fuori dalla scuola e dalle varie forme di assistenza all'infanzia, senza accesso ad attività di gruppo, sport di squadra o campi da gioco, e questo ha influenzato in modo significativo la vita dei bambini.

Queste circostanze senza precedenti hanno, inoltre, causato un cambiamento sostanziale e senza precedenti per le famiglie.

La comprensione del potenziale impatto della pandemia da COVID-19 sui bambini è necessaria per pianificare il ritorno alla vita socializzata e per progettare programmi e politiche che sostengano le famiglie a breve e lungo termine. La revisione attuata dagli autori dello studio esamina gli impatti di pandemie/epidemie precedenti e attuali sulla salute mentale, l'alimentazione, il rendimento scolastico e le abitudini ricreative dei bambini, nonché il benessere familiare.

Impatto sui bambini

Ansia

La mancanza di sicurezza e confusione riguardo al cambiamento dell'ambiente durante una pandemia può instillare paura e panico nei bambini. Alcuni autori hanno riferito che l'ansia generalizzata è stata il disturbo più comunemente diagnosticato nei giovani durante o dopo la pandemia H1N1. In altri studi, la maggior parte dei bambini era risultata preoccupata per la pandemia a causa del fatto che non erano stati informati, disinformati e avevano domande senza risposta sulla natura e sulla modalità di trasmissione del contagio. Tali preoccupazioni hanno contribuito all'ansia e a sentimenti di colpa e responsabilità se un membro della famiglia si ammalava.

Uno studio australiano ha rilevato, al contrario, che il 90% dei bambini aveva un'ansia minima o assente – come riportato dai genitori – per la chiusura della scuola durante l'H1N1.

La pandemia COVID-19 rappresenta la prima pandemia su larga scala durante la quale i mass media sono una delle principali fonti di disinformazione ("informazione errata o fuorviante"). Questa disinformazione inciderebbe in maniera consistente in termini di ansia.

Uno studio ospedaliero del 2011 ha riportato una minore preoccupazione quando le notizie venivano lette insieme ad un operatore sanitario.

Solitudine/depressione

Alcuni studi indicano sintomi di depressione e/o solitudine. A causa della reclusione, delle esigenze di allontanamento fisico e degli ordini di restare a casa, i bambini hanno modificato il modo in cui giocavano. Dati raccolti sui bambini colpiti dall'epidemia di Ebola e SARS hanno confermato sentimenti di solitudine, paura e tristezza, unita alla sensazione di impossibilità, da parte dei genitori, di essere fonte di conforto o sostegno per il loro bambino.

I fattori correlati a livelli più elevati di depressione includono abitare in una regione rurale, il sesso, il livello scolastico, livello di ottimismo e il luogo in cui si vive.

Stress

Alcuni degli studi esaminati sottolineano l'influenza della pandemia sui disturbi legati allo stress nei bambini (PTSD, difficoltà di adattamento, disturbo da stress acuto). L'interruzione della routine della vita dei bambini causata dalla pandemia/epidemia porta difficoltà di adattamento, reazioni da stress e traumi. Lo stress può manifestarsi in modi diversi per i diversi gruppi di età dei bambini; i bambini in età scolare tendono a manifestare sintomi di stress attraverso problemi comportamentali, come l'interruzione dei rapporti con amici e familiari, nonché un minore interesse per le attività quotidiane. I bambini interessati da eventi particolarmente dolorosi, come i bambini che hanno perso un genitore, spesso sperimentano un ulteriore isolamento, cattiva qualità del sonno con incubi sulla morte dei loro genitori e vivono nella continua paura di ciò che riserverà il futuro.

Secondo uno studio americano, il 30% dei bambini isolati o messi in quarantena durante la pandemia H1N1 ha soddisfatto i criteri per una diagnosi di PTSD, in forte contrasto rispetto all'1,1% dei bambini non isolati. È molto importante anche l'impatto intergenerazionale: nello stesso studio americano, il PTSD è stato diagnosticato nell'85,7% dei bambini che avevano genitori con PTSD risultante della pandemia.

Sofferenza

Poiché i decessi durante COVID-19 continuano a salire, possiamo aspettarci che il tasso di lutto infantile aumenti. Molti studi indicano la necessità di servizi di assistenza e consulenza per bambini e adolescenti in lutto. Sia i bambini che gli adulti soffrono ma le manifestazioni del dolore cambiano con l'età. La perdita di una persona cara durante un periodo di allontanamento fisico è una circostanza unica ed eventi come i funerali e gli incontri in famiglia sono limitati. Ciò rappresenta una nuova minaccia per i bambini in lutto e i sentimenti di isolamento possono essere esacerbati. La minaccia per il benessere emotivo dei bambini è stata ben documentata anche in caso di perdita di coetanei, persone care o insegnanti.

Stigma

Lo stigma che circonda la malattia infettiva colpisce in genere coloro a cui è stata diagnosticata la malattia o che in famiglia hanno una persona infettata; possono essere bambini – e adulti – di determinate origini etniche come quelli di paesi in cui la malattia ha avuto origine. L'isolamento associato allo stigma aumenta il rischio di danni al benessere psicologico del bambino. L'impatto psicologico dello stigma può portare al rifiuto sociale, al completo isolamento e all'esclusione dagli eventi sociali. I bambini possono essere discriminati, in particolare coloro che sono rimasti orfani a seguito di una pandemia. Si è osservato, ad esempio, come i bambini orfani a causa dell'Ebola, ma negativi al virus, hanno meno probabilità di essere adottati.

Nutrizione

Altro problema emerso da alcuni studi è quello relativo all'alimentazione. Le pandemie e le epidemie hanno un impatto significativo sullo stato nutrizionale dei bambini. A causa della chiusura delle scuole, molte famiglie hanno perso l'accesso ai programmi alimentari sovvenzionati, ritrovandosi così a dover provvedere esse stesse ai pasti per i loro figli. In molte circostanze, questi pasti sono meno nutrienti di quelli forniti dalla scuola. Allo stesso tempo, l'aumento della disoccupazione per la pandemia ha anche influito sulla qualità e sulla quantità di cibo che le famiglie possono permettersi.

Questo dato, che potrebbe risultare più significativo per paesi, lontani da noi, maggiormente esposti a problemi di sotto-nutrizione, in realtà ci riguarda molto da vicino: durante la pandemia COVID-19, l'assunzione di patatine, carne rossa e bevande zuccherate da parte degli studenti italiani è aumentata in modo significativo, e, al contempo, il numero di pasti giornalieri è aumentato.

Istruzione

Molti studi hanno evidenziato un accesso ineguale agli strumenti di apprendimento, come radio, TV e alimentazione elettrica nelle regioni rurali. Durante l'epidemia di Ebola si accedeva alle lezioni tramite la radio; ad alcuni mancavano sia l'accesso che le risorse finanziarie per acquistare batterie per la radio. Questo accesso ineguale è evidenziato anche durante la pandemia COVID-19: 1,6 miliardi di bambini hanno seguito le lezioni da casa. Un rapporto dell'UNICEF sul COVID-19 ha indicato che l'accesso a Internet per i bambini in età scolare variava dall'1-2% nei paesi a basso reddito al 50% nella maggior parte dei paesi (digital divide). La chiusura delle scuole causa ritardi nell'apprendimento in alcuni e aumenta il rischio di abbandono scolastico per altri. La chiusura delle scuole interrompe anche lo sviluppo sociale ed emotivo dei bambini e influisce anche sullo sviluppo delle capacità di coping.

Attività ricreative

Il gioco è fondamentale per uno sviluppo sano e la fiducia in se stessi. Tuttavia, a seguito del lockdown, con l'accesso ridotto alle attività di gruppo, ai campi da gioco, agli sport di squadra e agli spazi per la socializzazione, sono stati evidenziati cambiamenti sostanziali nel modo in cui i bambini giocano: un rapporto ha indicato che la maggior parte dei bambini giocava solo a casa e non giocava in gruppo anche quando se ne presentava l'opportunità.

Una conseguenza della pandemia COVID-19 è un aumento significativo del tempo davanti allo schermo a causa del lockdown. Se da una parte le comunità online aiutano a mantenere i bambini socialmente connessi e impegnati nel gioco e nell'istruzione, dall'altra parte i rischi di risultati negativi, quali quelli legati alla sicurezza online, i problemi di privacy, le pratiche di marketing dannose e il cyberbullismo devono essere riconosciuti e monitorati.

Conflitti familiari

I conflitti familiari sono in aumento durante le pandemie e le epidemie: un aumento dello stress dovuto alla reclusione e alle pressioni economiche può portare ad un aumento dei conflitti familiari, abusi sui minori e sfruttamento. Questi risultati sono spesso legati a stili genitoriali autoritari. Uno studio sull'epidemia di Ebola ha rilevato che i genitori esposti al virus hanno riportato un numero significativamente maggiore di conflitti familiari, ansie personali e una maggiore preferenza per le punizioni dure; al contrario, i genitori non esposti al virus hanno sperimentato una diminuzione delle preferenze per le punizioni severe.

Abuso sui minori

Livelli elevati di stress e isolamento, insieme a un accesso ridotto ai supporti sociali per i bambini durante le pandemie, creano il terreno per un aumento del rischio di abusi sui minori come indicato da un significativo numero di articoli. L'abuso sui minori è spesso associato a una mancanza di strategie di coping efficaci durante periodi di stress elevato. Le segnalazioni di maltrattamento sui minori, durante la pandemia COVID-19, includono un aumento delle aggressioni sessuali, il traffico di bambini, i matrimoni precoci e l'abuso di sostanze che portano al maltrattamento sui minori. La letteratura esistente suggerisce che alcuni gruppi di bambini potrebbero subire più danni: ad esempio le ragazze hanno maggiori probabilità di subire violenza di genere, essere sfruttate sessualmente e soffrire di un aumento dei tassi di gravidanze adolescenziali. Si registrano, come conseguenza dell'abuso, esiti negativi sulla salute mentale quali ansia, traumi e altre ricadute psicologiche.

Impatto economico familiare

Le chiusure legate alla pandemia pongono ulteriore stress sui caregiver in relazione alle spese da sostenere per le varie forme di assistenza all'infanzia che vengono a mancare. Le conseguenze sono assenteismo sul lavoro e perdite consistenti sui salari. Le recessioni economiche causate dalle pandemie possono provocare la perdita di posti di lavoro, aumento della povertà e aumento dei prezzi per beni e servizi primari. Coloro che provengono da un contesto socioeconomico basso e quelli con vulnerabilità preesistenti sono esposti ad impatti economici più duri durante le recessioni economiche legate alle pandemie. Solo una piccola percentuale dei genitori ha l'opportunità di lavorare da casa e, quandanche questa opportunità è garantita, questi lavoratori devono conciliare le attività di lavoro con quelle legate all'essere genitori.

Conclusioni

La chiusura delle scuole e i bruschi cambiamenti alla routine quotidiana durante pandemie ed epidemie hanno effetti negativi sulla salute mentale dei bambini. È stato dimostrato che la perdita di opportunità di comunicazione con i coetanei ha avuto un impatto negativo sullo sviluppo sociale dei bambini. Altri esiti sfavorevoli associati a pandemie/epidemie includono la diminuzione dell'attività fisica, meno tempo all'aperto e cambiamenti negativi nell'alimentazione. Sono stati anche segnalati casi di aumento del tempo davanti allo schermo e diminuzione dell'attività di studio. È stato anche dimostrato che lo stress socioeconomico e il confinamento aumentano i conflitti familiari e gli abusi sui minori.

È importante prendere i risultati suesposti con la dovuta attenzione in ragione di alcune limitazioni quali la difficoltà nel tracciare confronti diretti tra i dati pre-pandemici e durante/post-pandemici. Inoltre, gran parte della letteratura trovata si è concentrata solo sui risultati a breve termine. Pertanto, sono necessari studi longitudinali per capire quali sono le ricadute sui bambini col passare del tempo e come i disturbi della salute mentale si manifestino nell'età adulta.

I risultati emersi da questi studi possono essere utilizzati come punto di partenza per la creazione di programmi e soluzioni per le numerose sfide che i bambini – e gli adulti – devono affrontare durante le pandemie, inclusa la prevenzione degli impatti e lungo termine dell'attuale pandemia COVID-19. L'aumento di supporto psicologico per i bambini e le loro famiglie sono essenziali nell'immediato e per i tempi a venire.