
Salute mentale: Save the Children, "con chiusure per pandemia in tutto il mondo i bambini hanno subito sconvolgimenti che hanno messo a rischio loro benessere"

"Il Venezuela è il Paese in cui si è trascorso più tempo a casa a causa dei lockdown intermittenti e i bambini sono rimasti nelle loro abitazioni fino a 16 mesi. In Libano, i bambini sono rimasti confinati nelle loro case per 418 giorni, mentre in Zimbabwe, i bambini sono rimasti in isolamento per quasi 9 mesi solo nel 2021". È la fotografia offerta da Save the Children, alla vigilia della Giornata mondiale della salute mentale, grazie a un sondaggio condotto dall'organizzazione a settembre 2020 su oltre 13.000 bambini in 46 Paesi. In Nepal "i bambini sono rimasti in casa fino a 12 mesi dall'inizio della pandemia e nel Paese Save the Children ha fornito consulenza terapeutica". In India, dove si sono registrate più di 448.000 morti per Covid-19, "i bambini hanno trascorso almeno 100 giorni a casa. Per fornire un supporto alla salute mentale dei minori, Save the Children ha istituito una linea telefonica di consulenza gratuita per bambini e giovani ricevendo più di 2.900 chiamate quest'anno. Lo stress, l'ansia e la noia, così come l'incertezza verso il futuro, sono tra le loro principali preoccupazioni". "Di solito i bambini mi raccontano come la pandemia abbia messo a dura prova la loro vita e il loro percorso scolastico. È senza dubbio stressante per loro rimanere a casa senza far nulla e sono anche aumentati i casi di rabbia tra i minori", ha detto Isha, che lavora per la helpline di Save the Children. In quasi tutti i Paesi del mondo, osserva l'organizzazione, "i minori hanno vissuto una qualche forma di chiusura durante la pandemia di Covid-19. Sebbene nei Paesi ad alto reddito sia più facile accedere a servizi di salute mentale, per i bambini rimane uno sconvolgimento in termini di ciclo del sonno, istruzione online, abitudini di gioco e interazioni sociali e aumentano i rischi online; fattori che possono mettere a rischio la loro salute mentale". In Canada, ad esempio, "alcuni bambini sono rimasti in casa per un totale di 13 mesi e anche in Europa il lockdown ha costretto i bambini a casa". Naya è una ragazza di 14 anni che nel 2013 si è trasferita nei Paesi Bassi dalla Siria ed è rimasta a casa per nove mesi. "Il supporto psicosociale mi ha aiutato ad aumentare la fiducia nelle mie capacità e a rendermi conto che non ho bisogno di vergognarmi del mio passato. Le mie paure e i miei incubi sono scomparsi. Avere amici mi ha aiutato molto a elaborare le mie esperienze e a farmi sentire a casa", ha affermato Naya, che in prima persona ha vissuto l'impatto positivo che può avere il supporto alla salute mentale e ora, insieme a Save the Children, si batte per promuovere la salute mentale tra i bambini. Lo scorso giugno, ha invitato il governo a supportare maggiormente gli insegnanti nel fornire supporto psicosociale ai bambini con un background migratorio.

Gigliola Alfaro