Salute mentale: Save the Children, "per Covid in Italia circa il 70% dei ragazzi era più nervoso, insicuro, triste e ha sofferto di disturbi del sonno"

"Anche in Italia un'indagine condotta tra i genitori di figli minori per verificare l'impatto della prima ondata di Covid-19 mostra come il 72% dei genitori giudicava i propri figli più nervosi, più tristi, più incerti, più insicuri; il 77% affermava che si sentivano soli e che avevano avuto, nel 70% dei casi, un incremento dei disturbi del sonno iniziati, per circa il 12%, con dei tic che non c'erano prima della pandemia. Quasi il 40% delle famiglie intervistate ha ammesso un peggioramento delle proprie condizioni economiche". Lo evidenzia Save the Children, , alla vigilia della Giornata mondiale della salute mentale. "Siamo sovrastati dalle aspettative, ci dicono che siamo quelli che dovranno portare avanti il mondo ma poi veniamo lasciati da soli. Ora che siamo a casa, si aspettano che noi, senza mezzi e aiuti, dovremmo risolvere i problemi che hanno creato altri", ha raccontato nella primavera del 2021 Chiara, 17 anni, che fa parte del movimento Sottosopra. Per contribuire ad una azione concreta per promuovere il benessere di bambine, bambini e adolescenti, Save the Children ha messo a disposizione l'[Officina del Benessere](#), una piattaforma multimediale online disponibile in italiano per tutti e di facile consultazione, che raccoglie ricerche, analisi e approfondimenti sul fenomeno, ma anche e soprattutto consigli utili, pillole video di esperti su aspetti specifici, schede per attività educative e psicosociali, webinar, contenuti formativi e altri strumenti multi-disciplinari, con l'obiettivo di sviluppare e migliorare le capacità di osservazione e ascolto da parte degli adulti, a promuovere le loro competenze sulla condivisione delle emozioni e dei vissuti dei ragazzi e a rafforzare le relazioni tra giovani coetanei. Con la giusta attenzione e supporto, molti bambini che stanno vivendo un elevato malessere psicofisico a causa della pandemia saranno in grado di riprendersi e raggiungere il loro pieno potenziale. "La salute mentale e il supporto psicosociale in quanto parte dei servizi sanitari, di istruzione e protezione devono essere urgentemente finanziati per rispondere al meglio ai prossimi lockdown e alle future sfide, specialmente nei paesi a basso e medio reddito. Se non sarà fatto, ci saranno gravi conseguenze sullo sviluppo e la salute mentale delle prossime generazioni", ha spiegato Marie Dahl, responsabile dell'Unità di salute mentale e supporto psicosociale di Save the Children. Save the Children chiede a tutti i governi di dare priorità alla salute mentale e investire in essa, nel benessere e nell'apprendimento dei bambini durante e dopo la pandemia di Covid-19. L'organizzazione chiede inoltre che la salute mentale e il benessere dei bambini siano riconosciuti come un diritto, esortando i governi ad affrontare lo stigma e le violazioni dei diritti umani nei confronti dei bambini con problemi di salute mentale e disabilità psicosociali.

Gigliola Alfaro