Lo stress ha colpito tanto gli adulti quanto i più giovani.

Ne è convinto il 58,3% degli italiani secondo cui sono i ragazzi la fascia di popolazione che ha risentito maggiormente delle conseguenze della pandemia. Per sette italiani su dieci anche i bambini più piccoli, seppur con livelli minori, hanno vissuto momenti di stress e ansia durante la pandemia, provocati dalla confusione generata dal continuo cambio di regole e abitudini, dalla didattica a distanza, alla riduzione delle attività e occasioni di gioco extra-scolastiche. È uno dei dati che emerge da una ricerca condotta da Human Highway per Assosalute, Associazione nazionale farmaci di automedicazione, parte di Federchimica, presentata in occasione dell'evento stampa "Stress e Covid-19: un equilibrio precario tra restrizioni e relazioni", con la partecipazione di Piero Barbanti, docente di Neurologia presso l'Università IRCCS San Raffaele di Roma.
Durante l'indagine, quindi, quasi 6 intervistati su 10 hanno dichiarato che sono proprio gli adolescenti tra i 13 e i 18 anni la fascia più colpita. Per il 70% degli italiani poi, anche i bambini più piccoli, sebbene con livelli di stress e ansia meno evidenti degli adolescenti, non sono usciti indenni dalla pandemia.

"Seppur i ragazzi manifestino lo stress in occasioni e modalità differenti rispetto agli adulti, le loro reazioni includono irritabilità, impulsività, irrequietezza, nervosismo, disturbi del

Phoca PDF

sonno e dell'alimentazione", spiega Barbanti, che sottolinea che "la mancanza di socialità durante la pandemia (DAD, abolizione delle pratiche sportive di gruppo per i non agonisti) ha influito profondamente sullo sviluppo della personalità dei più piccoli e di conseguenza sull'incidenza di disturbi legati allo stress". Lo dimostra anche l'indagine di Human Highway che evidenzia come la fonte di stress più rilevante sia la mancanza di socialità: in ambito scolastico per il 50% del campione e in quello extra-scolastico per il 47,1%. "L'elemento drammatico per i ragazzi", conclude Barbanti, "è stato rinunciare alla scuola e alla vita comunitaria. La scuola è, infatti, sorgente di emozionalità condivisa e rappresenta un luogo dove imparare a sviluppare i propri sentimenti, a conoscere gli altri e ad affrontare il mondo esterno, condividendo la conoscenza e le emozioni con gli altri".

Phoca PDF