







## Estate e bambini, perché importante proteggerli dai cambiamenti climatici

L'arrivo dell'estate porta con sé giornate calde, soleggiate, con attività di svago e giochi all'aperto per i bambini, ma negli ultimi anni è anche oggetto di maggiore attenzione agli effetti dei cambiamenti climatici con particolare riferimento proprio ai bambini che, a causa del loro corpo in fase di sviluppo e di una maggiore dipendenza dagli adulti, sono più esposti ai rischi derivanti dal caldo estremo, dall'inquinamento atmosferico e da eventi climatici estremi come siccità, inondazioni e uragani. Ma quali sono in particolare i rischi per la loro salute? E come possiamo proteggerli sia in casa, che all'aperto da queste ondate di calore e variazioni di temperature? Quali attività ricreative e di sport sono più indicate in questo periodo ai genitori dei più piccoli? Di questo e molto altro ne parliamo con Adelia Lucattini, Psichiatra e Psicoanalista, Ordinario della Società Psicoanalitica Italiana

Dott.ssa Lucattini, può spiegare quali sono gli effetti psicologici principali che il caldo estremo può avere sui bambini durante l'estate?

“I bambini sono più vulnerabili agli effetti dei cambiamenti climatici. Per questo, l'entrata nella stagione estiva, con l'aumento delle temperature possono incidere negativamente sulla salute dei più piccoli. A ricordare una corretta attenzione alle dinamiche tra aumento delle temperature e la salute dei minori. Il caldo estremo, dovuto ai cambiamenti climatici attuali, può causare nei bambini ansia, stress e un senso di disorientamento, soprattutto quando si trovano costretti a vivere al chiuso a causa di ondate di calore intensificate o eventi meteorologici pericolosi come i medicane (uragani mediterranei) come è accaduto negli ultimi anni. Anche la salute mentale dei bambini è minacciata, poiché eventi naturali violenti e insoliti possono provocare traumi importanti con aumento dei livelli di ansia, fobie e stress post-traumatico. Le esperienze traumatiche infantili, se non riconosciute e trattate tempestivamente con un'analisi, s'incistano nell'inconscio e in alcuni casi, possono persistere fino all'età adulta e influenzare negativamente anche nel lungo termine, la salute fisica e mentale”.

Quali sono i dati a nostra disposizione che possano illustrare le proporzioni dei danni per la salute psico-fisica dei bambini a causa dei cambiamenti climatici e del caldo estremo?

“Recenti studi e pubblicazioni scientifiche, evidenziano che la popolazione infantile è particolarmente vulnerabile agli impatti del cambiamento del clima. In Italia (Istat, 2023) i bambini da 0 a 11 anni sono 4,6 milioni, durante i giorni e periodi di caldo molto intenso, sono a rischio disidratazione e “colpo di calore”, tanto che il Ministero della Salute ha attivato il “codice calore” nei Pronto Soccorso anche per i bambini.

A livello globale, i report di Unicef e Save the Children, hanno evidenziato che oltre un miliardo di bambini nel mondo vive in aree con elevato inquinamento atmosferico, mentre circa 820 milioni sono esposti agli effetti dannosi delle ondate di caldo estremo (Unicef, 2023). In particolare, l'Unicef ha sottolineato che i bambini sono più suscettibili agli effetti delle ondate di calore a causa della loro minore capacità di regolare la temperatura corporea rispetto agli adulti. Questo aumenta il rischio di malattie respiratorie croniche, asma e, nei casi più gravi, di mortalità (Unicef, 2022)”.

Quali sono a Suo avviso i principali segnali che i genitori dovrebbero cercare di individuare per riconoscere lo stress termico o l'ansia climatica nei loro figli durante l'estate?

“Il caldo estivo costringe il corpo infantile ad un grande dispendio di energie psicofisiche provocando stanchezza, insonnia, inappetenza, lamentosità e capricci. Tra i segnali fisici di stanchezza è da notare quando iniziano a muoversi lentamente e sono stanchi già al risveglio. Inoltre, si disperano per un nonnulla, sono irritabili e stizzosi arrabbiandosi, tengono il broncio, hanno reazioni forti e improvvise, per inezie fanno dispetti a genitori, amichetti e fratelli. Molti di questi comportamenti hanno una base ansiosa

