Ansia, tristezza, stanchezza: i disturbi post-pandemici non abbandonano i ragazzi

In Italia un ragazzo su due soffre frequentemente di stati d'ansia o di tristezza prolungata. A interrogarsi sulla salute dei più giovani è stata l'Autorità garante per l'infanzia e l'adolescenza con una consultazione pubblica capace di coinvolgere circa 7500 studenti delle scuole superiori. L'obiettivo del questionario era indagare sui **disturbi frequenti post-pandemia** di Covid-19. «Vorrei che si prestasse maggiore attenzione a come si sentono i ragazzi e a come è cambiata la loro vita dopo la pandemia, anche se il ricordo di essa può apparirci affievolito», ha dichiarato l'Autorità garante Carla Garlatti. Oltre agli stati di ansia e di tristezza prolungata, la ricerca ha evidenziato come un giovane italiano su due lamenti un eccesso di stanchezza, il 29 per cento soffra di frequenti mal di testa e il 25 per cento sostenga di non dormire bene. Tutti allarmi che risuonano oggi dopo **cinque anni di politiche giovanili insufficienti** e inidonee, come più volte sottolineato dagli esperti o dai ragazzi stessi.

Interrogati sul proprio stato d'animo, il 35 per cento dei giovani si è detto sereno. Il 24 per cento si è invece definito ansioso e il 6 per cento solo. Circa un ragazzo su sei non ha invece saputo descriverlo. Si tratta di un dato sulla conoscenza di sé non trascurabile, legato evidentemente all'assenza di politiche educative in tale direzione, per un modello scolastico aziendalista sempre più incentrato sull'ipercompetitività. Non a caso, ricordando il periodo pandemico, uno studente su quattro ha riferito di essersi trovato di fronte insegnanti disinteressati ai ragazzi e **attenti solo ai risultati**. L'anno scorso gli studenti hanno fatto sentire la propria voce, presentando alla Camera dei Deputati un disegno di legge per istituire **presidi psicologici in tutte le scuole e università**. L'atto, inseritosi in un'ampia mobilitazione a tutela della salute mentale portata avanti in tutta Italia, è stato tuttavia messo in soffitta dalla maggioranza, che a discapito delle (poche) promesse ha poi remato contro la volontà degli studenti depotenziando ad esempio il già esiguo bonus psicologo. Per il 2024 sono stati infatti stanziati 10 milioni di euro, che non sono riusciti a coprire neanche l'1 per cento delle 400mila richieste avanzate, fermandosi a circa 3000. Non contenta, la maggioranza ha aumentato il fondo di appena 2 milioni con il decreto omnibus, in quella che appare, visti i dati, l'ennesima misura di facciata.

La ricerca condotta dall'Autorità garante per l'infanzia e l'adolescenza sottolinea come il 31,8 per cento dei giovani italiani faccia poca attività fisica. Una tendenza che colpisce non solo gli adolescenti ma anche i più piccoli: l'Italia è infatti il Paese europeo con più bambini che non fanno alcuna attività fisica. Osservando i dati relativi alla sedentarietà, l'Italia si posiziona come peggior Paese OCSE: il 94,5 per cento di bambini tra gli 11 e i 15 anni non raggiunge un adeguato livello di attività fisica. Un fenomeno negativo con cui l'Italia fa i conti da tempo e che oggi risulta peggiorato a causa della pandemia da Covid-19 e delle **relative strette repressive**. Le tendenze sedentarie del periodo pandemico, influenzate da

divieti e pressioni psicologiche (ricordiamo come la narrazione dominante individuava nei più giovani i vettori del contagio e dunque un pericolo per i più anziani), si sono cementificate. “Desta preoccupazione che alcune abitudini emerse durante la pandemia siano state mantenute anche successivamente come lo studiare meno o in maniera discontinua e il mangiare troppo o troppo poco”, si legge nel rapporto. Tutto ciò, unitamente a un modello scolastico iperperformativo, contribuisce a generare e alimentare quella situazione di malessere generalizzato che colpisce sempre più giovani nel nostro Paese.

[di Salvatore Toscano]