

I pediatri: "Vivere all'aria aperta, finalmente è il momento dei bambini"

di GABRIELLA DE MATTEIS

ILLUSTRAZIONE DI MICHAEL BARDEGGIA

E il Comune sta per varare il piedibus e corsi sportivi rivolti ai minori e più in generale ai giovani

Vivere all'aria aperta è il tempo dei piccoli

Il parere di Luigi Nigri, segretario della Federazione dei pediatri: "Con prudenza i bambini tornino a giocare nei parchi"

di GABRIELLA DE MATTEIS

La ripartenza parte anche e soprattutto dai bambini, tra i più penalizzati dalla pandemia. «Il consiglio è ovviamente quello di trascorrere più tempo possibile all'aria aperta» dice Luigi Nigri, segretario regionale della Fimp, la federazione che riunisce i pediatri di famiglia. Il virus non è scomparso. E molti dei casi che ancora vengono registrati nella nostra regione riguardano soprattutto i più piccoli. Molti di loro non sono vaccinati perché per loro la campagna di vaccinazione non è stata ancora aperta (la fascia di età tra gli zero e i cinque anni). Altri invece per scelta dei genitori. «L'invito naturalmente è quello comunque alla massima prudenza. La bella stagione aiuterà, lo speriamo, e sicuramente la vita all'aria aperta farà bene ai bambini» spiega an-

cora Nigri. Durante la pandemia, i più piccoli hanno rinunciato allo sport, a momenti di convivialità. «Naturalmente al chiuso le mascherine possono ancora servire, per questo la cautela soprattutto in alcune condizioni è d'obbligo» dice ancora la pediatra.

Ma per il resto l'indicazione è quella di cercare di ritornare alla vita normale, partendo da esperienze all'aria aperta. L'amministrazione comunale sta pensando anche ai bambini nell'organizzazione di manifestazioni che a partire da aprile faranno tappa in città. La ripartizione Politiche Educative, già dal prossimo mese, per esempio sperimenterà una iniziativa: si chiama piedibus ed è un progetto che non punta soltanto a promuovere la mobilità sostenibile ma anche, come spiega l'assessora alle Politiche educative Paola Romana, «a sensibilizzare i più piccoli e le loro famiglie al rispetto di stili di vita sani». Il concetto è semplice:

per andare a scuola meglio farlo a piedi che in auto. Il servizio di piedibus offre agli alunni delle scuole elementari e medie inferiori una forma alternativa di trasporto scolastico, consistente nell'accompagnare a piedi bambini e ragazzi nel tragitto casa scuola. E così a Bari, i cittadini potranno imbattersi «in serpentoni urbani», in gruppi di bambini che si spostano a piedi per recarsi a scuola o tornare a casa. «Una iniziativa - che aggiunge Paola Romano - ha come obiettivo anche quello di abituare gli automobilisti o i cittadini più in generale alla presenza di bambini che si spostano in città a piedi». L'appuntamento, quindi, è per le prime settimane di aprile quando l'arrivo del bel tempo aiuterà i bambini a riappropriarsi di spazi in città. La vita sana anche per i più piccoli passa dallo sport. E non è un caso che l'amministrazione comunale con il sostegno di **Fondazione con il Sud**, nel quartiere San Paolo, abbia organizzato il pro-



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

getto "Passa!" con la promozione di corsi sportivi rivolti anche a bambini e giovani. Dopo gli "open day" nelle scuole, i giovani hanno scelto quali discipline seguire. I pediatri del quartiere sono stati coinvolti per sperimentare un modello innovativo

di somministrazione di attività fisica come "medicina". «Questo progetto - dice l'assessore allo Sport Pietro Petruzzelli -, invita a passare avanti, a crescere e a muoversi oltre i confini attraverso lo sport».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

L'INTERVISTA

“Bimbi e ragazzi: il bel tempo sarà d'aiuto alla psiche”

L'analisi di Lucia Margari, a capo di Neuropsichiatria infantile al Policlinico: “La possibilità di riprendere alcune attività avrà effetti benefici”

ria aperta, rappresenta una luce in fondo al tunnel per molti. Ne è convinta la professoressa Lucia Margari che dirige l'unità operativa di neuropsichiatria infantile al Policlinico di Bari.

Non siamo ancora del tutto fuori dall'emergenza, ma ormai si convive con il virus. Possiamo dire che la società è totalmente riaperta. Dal suo punto di osservazione sta riscontrando alcuni benefici sui pazienti nel suo reparto?

«Certamente la possibilità di riprendere varie attività aiuta un po' tutti a recuperare spazi di socialità e di libertà e quindi a sentirci un po' meglio. Ma come ha ben detto non siamo ancora fuori dall'emergenza e si convive con il virus. L'esperienza clinica sugli effetti psicologici del trauma ci insegna che le conseguenze dannose di un trauma sono condizionate dal perpetuarsi nel tempo di un evento traumatico. E in questo la guerra sta compromettendo in maniera significativa la

possibilità di iniziare a vivere i benefici dall'allentamento della morsa del Covid».

Il Covid e l'isolamento che ha comportato ha causato molti problemi in tutte le fasce di età. Ne hanno risentito però soprattutto bambini e bambine, ma anche ragazzi e ragazze. Non è così?

«Assolutamente sì. Bambini e adolescenti di varia età hanno risentito in maniera diversa delle conseguenze emotive, relazionali e comportamentali prodotte dal Covid. Penso a bambini molto piccoli con difficoltà di linguaggio o di interazione sociale che non hanno avuto la possibilità di iniziare con regolarità l'asilo e fare le prime esperienze di socializzazione, oppure ad adolescenti già provati da esperienze traumatiche che sono rimasti più isolati e chiusi nelle loro sofferenze».

Quindi dobbiamo sperare negli effetti benefici del ritorno all'aria aperta senza mascherina e del recupero della socialità. Non è così?

«Certo, ci auguriamo tutti una ripresa e l'approssimarsi della stagione estiva è indubbiamente una luce in fondo al tunnel per molti. Ci tengo a sottolineare però che la salute mentale dei minori era complessivamente una fragilità importante della nostra società già prima del Covid. Per cui è indispensabile attrezzarsi e organizzarsi al meglio per garantire risposte assistenziali congrue, mi auguro con maggiore supporto da parte delle istituzioni».

(Antonello Cassano)

© RIPRODUZIONE RISERVATA

È ancora troppo presto per dire di aver superato gli effetti dannosi del Covid e la guerra in Ucraina rischia di rallentare questo processo, ma l'approssimarsi del bel tempo che garantisce passeggiate e attività all'a-