

# Bambini con... “disturbo da deficit di natura”

## IL QUESITO

Insegnando nella scuola primaria da vent'anni mi rendo conto che, rispetto al passato, un numero sempre crescente di bambini è affetto da disturbo da deficit di attenzione e iperattività. È possibile che il fenomeno sia legato al fatto che i bambini vivono sempre più reclusi in casa e sempre meno negli spazi aperti?

Che cosa possiamo fare noi insegnanti per aiutare i bambini che vivono il disagio della “reclusione”?

Manuela L., Milano

## RISPONDE

**Anna Oliverio Ferraris**

*Sapienza - Università di Roma*

A fronte di coloro che sostengono che il cosiddetto deficit di attenzione e iperattività sia essenzialmente legato a fattori congeniti – come microlesioni o immaturità cerebrale – e che quindi considerano appropriato l'uso di farmaci (sia pure non del tutto esenti da effetti collaterali) per curare un disturbo che altrimenti comprometterebbe lo sviluppo sociale

del bambino e il suo rendimento scolastico, ci sono quelli che ritengono necessario modificare le condizioni di vita dei bambini, che oggi sono spesso inadatte alle loro esigenze di crescita.

I bambini con deficit di attenzione e/o iperattività (cioè affetti da ADHD, letteralmente “Attention Deficit/Hyperactivity Disorder”) – che sono cioè molto irrequieti, con difficoltà nel prestare attenzione, nell'ascoltare, nel seguire le indicazioni e nel concentrarsi nei compiti loro affidati – probabilmente sono sempre esistiti,

anche se non disponendo di dati epidemiologici non possiamo sapere se una volta fossero in misura superiore o inferiore a quelli diagnosticati come tali, negli ultimi anni, nei paesi occidentali e in particolare negli Stati Uniti, dove l'uso dei farmaci è diffuso. Tuttavia, qualunque fosse in passato il loro numero, essi non venivano etichettati come patologici ma come “molto vivaci”, considerati cioè una delle espressioni della variabilità umana, perché il tipo di vita che conducevano, in ambiente rurale e all'aperto, era loro congeniale e tale da rendere meno evidente la loro peculiarità.

La controprova di questo la troviamo in alcuni studi recenti, da cui risulta che il comportamento dei bambini molto vivaci, segnalati come affetti da ADHD, migliora notevolmente quando si dà loro la possibilità di muoversi in ampi spazi o comunque all'esterno delle abitazioni. Più tempo questi bambini trascorrono all'aperto, impegnati in giochi o attività di movimento, più il loro disturbo diminuisce di intensità.

Al contrario, una vita sedentaria lo potenzia.

Al pedagogista americano Richard Louv va il merito di avere coniato l'espressione «disturbo da deficit di natura», in contrapposizione a «disturbo da deficit di attenzione e iperattività». Lo studioso evidenzia in questo modo il disagio che colpisce un numero crescente di bambini, i quali nelle città non trovano spazi per il gioco libero e quindi trascorrono sempre più tempo segregati in ambienti chiusi, prevalentemente davanti a uno schermo, già negli anni prescolari. Basandosi sui risultati di studi scientifici, Louv è giunto alla conclusione che quanto più spesso è confinato in un ambiente artificiale, tanto più l'essere umano ha bisogno – per mantenere la propria salute mentale e fisica – di un contatto compensatorio con la natura. Ciò è particolarmente vero in età evolutiva, quando il libero movimento è parte essenziale della crescita. Oggi molti bambini vengono diagnosticati come iperattivi, senza domandarsi però se l'ambiente in cui vivono risponda alle loro reali necessità.

Cosa può fare l'insegnante? Può in primo luogo sensibilizzare i genitori alle esigenze dei loro figli, spiegando perché non devono lasciarli per ore davanti agli schermi ma piuttosto favorire i giochi all'aperto. Una ricerca condotta qualche anno fa dal *Children's Hospital and Regional Medical Center* di Seattle ha dimostrato che ogni ora passata quotidianamente davanti al televisore dai bambini in età

prescolare aumenta del 10% la possibilità che essi sviluppino prima dei sette anni problemi di concentrazione e altri sintomi tipici del disturbo da deficit di attenzione. Non avendo potuto svolgere quelle attività fisiche di cui hanno bisogno, quando questi bambini si staccano dallo schermo sono più irrequieti di prima. L'insegnante può anche favorire le ricreazioni all'aperto invece che nell'aula o nei corridoi della scuola. Inoltre può organizzare, ogni volta che sia possibile, at-

tività curricolari al di fuori delle mura scolastiche: dall'orto scolastico alle uscite di studio negli spazi cittadini, dall'osservazione degli animali nel loro ambiente naturale allo studio dei piccoli ecosistemi urbani. Può impegnarsi infine nel creare una nuova coscienza ecologica nei suoi alunni e nelle loro famiglie, considerando anche che le osservazioni naturalistiche servono per potenziare l'attenzione selettiva in tutti i bambini, compresi quelli segnalati come affetti da ADHD.

### PER APPROFONDIRE

#### **A piedi nudi nel verde. Giocare per imparare a vivere**

di Albertina Oliverio e Anna Oliverio Ferraris

*Giunti, Firenze (2011)*

«Sino ad alcuni decenni fa nelle nostre città c'erano spazi in cui i bambini potevano incontrarsi e giocare liberamente: zone verdi, strade, piazze. Bastava scendere in cortile o uscire di casa per trovare dei compagni di giochi. Poi, lentamente ma inesorabilmente, il quadro è mutato e oggi la maggior parte dei bambini vive soprattutto negli interni».

Ma è proprio vero che i giochi spontanei di movimento sono superati, che le attività ludiche nel verde hanno perso di senso e che i bambini di oggi sono contenti di restare in casa, davanti al televisore o a giocare con la play station?

Per Anna Oliverio Ferraris, docente di Psicologia dello sviluppo, e sua figlia Albertina, docente di Filosofia della scienza, crescere in questo modo incide negativamente sullo sviluppo psicologico ed emotivo di ogni bambino.

Il volume, che può dirsi militante, si rivolge non solo a genitori, insegnanti, pediatri e psicologi ma anche agli urbanisti, che hanno la responsabilità di pensare gli spazi comuni nei quali si svolge la vita dei cittadini, e ai politici che amministrano le città.

