

## UNICEF sulla salute mentale dei giovani

Un adolescente su 7 convive con un disturbo mentale diagnosticato; 89 milioni sono ragazzi e 77 milioni ragazze. 86 milioni hanno fra i 15 e i 19 anni e 80 milioni tra i 10 e i 14 anni. L'ansia e la depressione rappresentano il 40% dei disturbi diagnosticati. I tassi percentuale di problemi diagnosticati sono più alti in Medio Oriente e Nord Africa, in Nord America e in Europa Occidentale. Sono alcuni dati del rapporto UNICEF "La Condizione dell'infanzia nel mondo. Nella mia mente: promuovere, tutelare e sostenere la salute mentale dei bambini e dei giovani".

## Per non stigmatizzare

"Obesità e stigma" di Daniele Di Pauli, psicologo e psicoterapeuta, è dedicato al *weight bias* uno degli aspetti più debilitanti, ma spesso trascurato, del vivere una condizione di obesità, che può avere un impatto negativo sulla salute fisica e psicologica. "Nonostante un'ampia mole di dati indichi che l'obesità sia una malattia cronica derivata dall'interazione complessa e multifattoriale di fattori genetici e ambientali, chi soffre di obesità è tuttora colpevolizzato di essere l'unico responsabile della sua condizione" si legge nell'introduzione.

Le persone con obesità riportano infatti di aver subito sin dall'infanzia esperienze di

Daniele Di Pauli  
**Obesità e stigma**  
Positive Press 2021

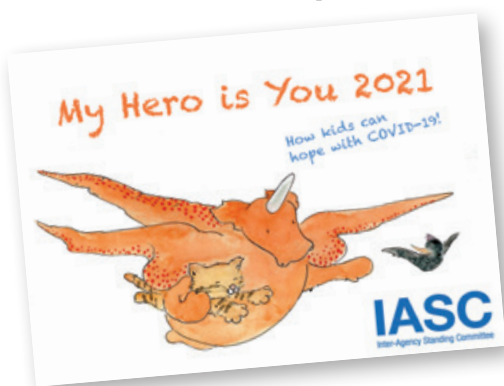


stigma da insegnanti, personale sanitario, ma anche amici e familiari. Il pregiudizio sull'obesità, amplificato dai media, può avere come conseguenze l'esclusione, l'emarginazione, e portare a disuguaglianze, come ad esempio, essere presi in giro da coetanei e insegnanti, essere esclusi dalle attività sportive, essere giudicati meno efficienti nel lavoro, non trovare vestiti adatti. A tutto ciò si aggiunge il *weight*

*bias* interiorizzato, ossia il mantenere convinzioni negative su sé stessi a causa del peso, spesso è all'origine di comportamenti alimentari disfunzionali.

Il libro offre una descrizione approfondita dei diversi contesti e modi in cui lo stigma si manifesta, dell'impatto negativo che può avere sulla qualità della vita, delle teorie che hanno cercato di spiegare perché questa forma di stigma sia diffusa e socialmente accettata, degli studi fatti per ridurre gli atteggiamenti negativi verso chi ne è affetto. "Obesità e stigma" fornisce ai clinici (medici, psicologi, dietisti, nutrizionisti, infermieri) suggerimenti pratici per evitare di adottare attitudini e comportamenti stigmatizzanti. Nell'appendice alcune Società Scientifiche e Associazioni dei pazienti descrivono l'importante lavoro che stanno facendo per aiutare le persone con obesità e il loro punto di vista sul contrasto allo stigma (*Cynthia Caruso, Direttrice "Pediatria"*). ■

## Fiabe per non perdere la fiducia



IASC  
Inter-Agency  
Standing  
Committee  
**My Hero  
is You 2021.**  
How kids can  
hope with  
COVID-19!

progetto dell'Inter-Agency Standing Committee Reference Group on Mental Health and Psychosocial Support in Emergency Settings, una collaborazione unica di agenzie delle Nazioni Unite, organizzazioni non governative nazionali e internazionali e agenzie internazionali che forniscono salute mentale e supporto psicosociale in contesti di emergenza. Tra le organizzazioni ci sono anche l'OMS, l'UNICEF, l'Alto Commissariato delle Nazioni Unite per i Rifugiati, la Federazione Internazionale delle Società della Croce Rossa e della Mezzaluna Rossa e la MHPSS Collaborative for Children & Famiglie nelle avversità. La storia attinge alla realtà quotidiana di milioni di bambini dall'inizio della pandemia e vuole essere un aiuto per i bambini affinché rimangano fiduciosi anche nonostante il Covid-19. La storia – rivolta principalmente ai bambini dai 6 agli 11 anni – vede il ritorno di Ario, una creatura fantastica che gira il mondo aiutando

do i bambini a trovare la speranza nel futuro e la gioia nei piaceri semplici. Insieme a vecchi e nuovi amici, Ario affronta le paure, le frustrazioni e le preoccupazioni che i bambini stanno affrontando nell'attuale fase della pandemia ed esplora i vari meccanismi di coping che possono utilizzare di fronte a emozioni difficili come paura, dolore, rabbia e tristezza. La nuova storia ha attinto dalle risposte a un sondaggio di oltre 5000 bambini, genitori, operatori sanitari e insegnanti di tutto il mondo che hanno descritto le sfide che continuano ad affrontare nel secondo anno della pandemia. Il libro è attualmente disponibile in arabo, bengalese, cinese, inglese, francese, portoghese, russo, spagnolo e swahili. Il suo predecessore è ora disponibile in più di 140 lingue, tra cui la lingua dei segni e il Braille, e in più di 50 adattamenti, in video animati, lettura ad alta voce, teatro, libri di attività e formati audio. Gli esempi includono un adattamento per i nativi americani, un libro da colorare per bambini in Siria e un'animazione sviluppata da un team guidato da Stanford Medicine negli Stati Uniti. ■

