

## Cambiamento climatico e salute mentale:

Una preoccupazione crescente per i giovani



Gli adolescenti e i ragazzi hanno molti pensieri nella testa in questi giorni. Il 58% degli adolescenti afferma che la pandemia ha influito sulla propria salute mentale.<sup>1</sup> Negli ultimi tre anni, abbiamo notato un incremento di oltre una volta e mezzo del numero di bambini e adolescenti che cercano supporto per depressione, ansia e trauma.<sup>2</sup>

Se nella vostra vita avete a che fare con un ragazzo, potreste aver notato l'impatto dei fattori stress quotidiani, per non parlare di quello della pandemia. Ma avete pensato al fatto che anche il cambiamento climatico potrebbe influire sulla sua salute mentale?

L'Organizzazione Mondiale della Sanità sta attirando l'attenzione su questo problema. Ecco in che modo il cambiamento climatico potrebbe avere effetti su di voi e sui vostri cari.

### Trauma da esposizione immediata

In tutto il mondo, abbiamo notato enormi incendi boschivi, estremo caldo e violente tempeste. Oltre 1 miliardo di bambini vivono in Paesi "a rischio estremamente elevato" di shock di natura climatica e ambientale, che possono includere inondazioni, tempeste, ondate di calore, carenza idrica ed elevati livelli di inquinamento dell'aria.<sup>3</sup>

Se la vostra famiglia è stata colpita, i vostri adolescenti o ragazzi potrebbero soffrire di problemi di salute mentale duraturi. Dopo un evento atmosferico traumatico, un programma scolastico ha notato un aumento del 50% nell'uso dei servizi di salute mentale per depressione, ansia, disturbo dell'adattamento e disturbo da stress post-traumatico (PTSD). Se da un lato questi disturbi sono calati nel tempo, dall'altro lato l'abuso di sostanze e il suicidio sono aumentati.<sup>4</sup>

Il  
**58%**  
degli adolescenti afferma  
che la pandemia ha influito  
sulla loro salute mentale

Un programma scolastico  
ha notato un aumento del  
**50%**  
nell'uso di servizi per la  
salute mentale

Oltre il  
**45%**  
degli adolescenti ha  
dichiarato che i loro  
sentimenti riguardo al  
cambiamento climatico  
influiscono negativamente  
sulla loro vita quotidiana

Il

**77%**

ha affermato che  
il "futuro fa paura"



## Preoccupazioni costanti

Anche se non siamo stati colpiti personalmente da un evento importante, come un incendio boschivo o un'inondazione, potremmo provare ansia al riguardo. Potremmo preoccuparci del fatto che potrebbe succedere anche a noi, ai nostri cari o ai nostri figli futuri.<sup>5</sup>

Anche se possiamo tutti intraprendere delle azioni per prevenire un ulteriore cambiamento climatico, gli effetti si stanno già facendo sentire. E con una sfida così enorme da affrontare, molti di noi potremmo sentirci impotenti e, perfino, inutili. In uno studio condotto sui ragazzi, il 77% di essi ha dichiarato che il "futuro fa paura". Oltre il 45% ha dichiarato che i loro sentimenti riguardo al cambiamento climatico influiscono negativamente sulla loro vita quotidiana.<sup>6</sup>

## Pensate che i vostri adolescenti o ragazzi possano aver bisogno di un sostegno per la loro salute mentale in relazione al cambiamento climatico o ad altri motivi?

Visitate il sito [livewell.optum.com](https://www.livewell.optum.com)

1. Global Shapers Community, et al. COVID-19 Youth Survey: Report. [cdn.who.int/media/docs/default-source/epi-win/covid-19-survey\\_report\\_for\\_who---final.pdf?sfvrsn=f23bd740\\_4](https://cdn.who.int/media/docs/default-source/epi-win/covid-19-survey_report_for_who---final.pdf?sfvrsn=f23bd740_4). November 9, 2020. Accessed September 27, 2021.
2. Optum Internal Utilization Data, 2021.
3. UNICEF. One billion children at "extremely high risk" of the impacts of the climate crisis – UNICEF. [unicef.org/press-releases/one-billion-children-extremely-high-risk-impacts-climate-crisis-unicef](https://www.unicef.org/press-releases/one-billion-children-extremely-high-risk-impacts-climate-crisis-unicef). August 19, 2021. Accessed January 26, 2022.
4. Nazeer A. Climate change and child and adolescent mental health in Asia, Middle East and North Africa region: Points to ponder. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*. 2020;59(10):S39-S40.
5. Whitmore-Williams SC, Manning C, Krygsman K, Speiser M. Mental health and our changing climate: Impacts, implications and guidance. American Psychological Association, Climate for Health and ecoAmerica. March 2017.
6. Marks E, Hickman C, Pihkala P, et al. Young people's voices on climate anxiety, government betrayal and moral injury: A global phenomenon. Social Science Research Network. [ssrn.com/abstract=3918955](https://www.ssrn.com/abstract=3918955) or [dx.doi.org/10.2139/ssrn.3918955](https://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3918955). September 7, 2021.

Questo programma non deve essere utilizzato per richiedere assistenza urgente o nei casi di emergenza. Nel caso di un'emergenza, comporre il numero di telefono locale per i servizi di emergenza o recarsi al pronto soccorso più vicino. Questo programma non intende sostituire le cure di un medico o di un professionista sanitario. Questo programma e i suoi componenti potrebbero non essere disponibili in tutte le località e si potrebbero applicare esclusioni e limitazioni. Optum® è un marchio commerciale registrato di Optum, Inc. negli USA e in altre giurisdizioni. Tutti gli altri nomi di marche o prodotti sono marchi commerciali o marchi registrati di proprietà dei rispettivi proprietari. Nel tentativo di migliorare costantemente i nostri prodotti e servizi, Optum si riserva il diritto di modificare i dati tecnici senza obbligo di notifica preventiva. Optum è un datore di lavoro che applica la politica delle pari opportunità.