

## Quando i bambini esprimono un disagio con i dolori del corpo

**Pubblicato:** Giovedì 29 Aprile 2021



Nell'ultimo anno di pandemia i pediatri hanno [segnalato](#), anche a Varese, un aumento delle alterazioni del sonno e delle manifestazioni di ansia dei giovanissimi, con comportamenti peculiari diversi in base alle fasce di età, ma sempre sintomo delle [maggiori difficoltà psicologiche](#) incontrate nella crescita da bambini e ragazzi durante i lockdown.

Per questo pediatri e psicologi dell'ospedale pediatrico Bambino Gesù di Roma nell'ultimo numero della rivista ["A scuola di salute"](#) hanno cercato di offrire ai genitori una guida per aiutarli a **distinguere quelli che sono i normali passaggi dello sviluppo da quei sintomi che possono invece rappresentare dei campanelli di allarme** che è bene portare all'attenzione del pediatra.

In particolare un articolo firmato dalla psicoterapeuta **Samuela Tarantino** si concentra sulle **somatizzazioni**, cioè su quei sintomi del corpo che raccontano un problema psicologico: "Spesso bambini e adolescenti hanno mal di testa, di pancia, dolori al petto o altri sintomi quali febbricole, vertigini o vomito che possono durare anche mesi e sono motivi di diversi accessi in pronto soccorso e analisi di laboratorio da cui **non emerge alcuna causa medica. Si parla allora di somatizzazione**". In questi casi porre l'attenzione su cause esclusivamente "organiche" non aiuta perché "la relazione tra sintomi somatici (del corpo) e fattori psicologici può essere reciproca – avverte Tarantino – i fattori emotivi influenzano frequenza, intensità e il ripetersi dei sintomi che, a loro volta, possono causare stress psicologico".

**Come si fa allora a distinguere se il dolore è psicologico?**

## A SCUOLA

Spesso le somatizzazioni compaiono nel periodo scolastico. Pur non parlando apertamente delle loro preoccupazioni, molti bambini accusano **malessere a scuola, o in vista di interrogazioni e compiti in classe o quando il carico di studio diventa eccessivo. Eccessivo può essere anche il perfezionismo del ragazzo o il timore di deludere gli adulti**, genitori o insegnanti con un brutto voto. Questo genera ansia, ma può essere fonte di preoccupazioni e insicurezze anche il rapporto con i compagni, dal sentirsi diverso dal gruppo.

Può succedere così che il dolore o **il sintomo avvertito a scuola, scompaia** quando il familiare, avvertito dalla scuola, porta il figlio **a casa**. **“Questo non significa che il sintomo fosse inventato** – precisa la psicoterapeuta – **significa piuttosto che lo stress nel posto sicuro che è casa, si alleggerisce”**.

Soprattutto per i più piccoli, il malessere a scuola può essere legato all'**ansia di separazione dai genitori** e quindi il bisogno di averli vicino.

## A CASA

A volte dietro un mal di testa o una perdita di appetito, può nascondersi **senso di impotenza rispetto ad alcuni problemi familiari**, che possono riguardare direttamente il bambino, o anche no: “Il clima di tensione può derivare a volte dal rapporto dal rapporto conflittuale tra i genitori, di situazioni di distacco motivato e di negazione di problemi – spiega Tarantino – **Queste preoccupazioni sono spesso difficili da esprimere e allora il corpo può diventare portavoce di un disagio che non riesce ad essere detto con le parole**”.

## RUOLO E POTERE DEI GENITORI

Quando dolori e sintomi non dipendono dal corpo diventa **importante individuare per tempo le problematiche emotive nascoste dietro queste somatizzazioni**. Questo non solo per ridurre la sofferenza fisica dei bambini e degli adolescenti ma anche per prevenire il peggioramento di queste dinamiche ed “evitare che possano dar seguito a disturbi psichiatrici”, avverte la psicoterapeuta. Nel caso di dubbi è sempre necessario informare innanzi tutto il pediatra.

di [bambini@varesenews.it](mailto:bambini@varesenews.it)