



**Giovanni  
Sabato**

---

**A** Londra, spostandosi verso est lungo la linea Jubilee della metro, verso aree via via più povere, l'aspettativa di vita cala di sei mesi a ogni fermata. E tra gli uomini italiani, chi ha sempre fatto l'operaio non qualificato ha una speranza di vita inferiore di oltre cinque anni a quella di un dirigente. Sono due dati che esprimono in modo raccapricciante quanto, anche in Europa, col suo welfare e le sue protezioni sociali, la povertà segni il fisico delle persone.

Meno noto, forse, è che l'indigenza segna in profondità anche il cervello e la mente. Fino a creare un circolo vizioso di svantaggi ed errori di ragionamento che perpetua esso stesso lo stato di indigenza, e da cui quindi diventa difficilissimo sfuggire: la cosiddetta trappola della povertà. Tanto più per chi in povertà ci è cresciuto fin da piccolo. «Per i bambini vivere in povertà significa crescere in un ambiente dannoso per lo sviluppo fisico, mentale, emotivo e spirituale» osserva infatti l'Unicef.

Un'indagine cruciale è stata pubblicata nel 2009 sul «Journal of Cognitive Neuroscience» da Robert Knight, docente di psicologia alla University of California a Berkeley: bambini di 9-10 anni, diversi solo per condizioni

socioeconomiche, presentavano profonde differenze nell'attività della corteccia prefrontale, la regione anteriore del cervello che è essenziale per le funzioni cognitive superiori (e infatti è particolarmente sviluppata negli esseri umani rispetto agli altri primati). Molti dei bambini più poveri avevano addirittura profili di attività cerebrale simili a quelli di persone colpite da un ictus. «I bambini delle fasce socioeconomiche più svantaggiate possono avere la stessa fisiologia cerebrale di chi ha subito un danno fisico da adulto» ha commentato Knight.

---

#### manifestazioni comportamentali

---

I deficit osservati potevano causare difficoltà intellettive e problemi di comportamento e di controllo degli impulsi (necessario, per esempio, a rinunciare a una gratificazione immediata per ottenerne una più importante in un tempo successivo, o per evitare un guaio). Queste, in effetti, sono tra le manifestazioni comportamentali osservate nei bambini più poveri. «Lo studio è un campanello d'allarme» commentava Knight. «I bambini poveri non rischiano solo di avere più problemi di salute, ma anche uno sviluppo cerebrale menomato a causa dell'ambiente stressante e impoverito in cui cre-

# i rischi dei bambini poveri

scono: meno libri, meno letture, meno giochi, meno visite ai musei».

Dopo questo allarme l'interesse sul tema è cresciuto e molti altri studi hanno scoperto problemi nello sviluppo cerebrale dei bambini vissuti in povertà. Un'indagine del 2013 sul «Journal of Cognition and Development», condotta da Michele Tine del Dartmouth College, ha mostrato deficit nella memoria verbale e visuospatiale dei bambini poveri. Poco dopo su «Jama Pediatrics» Nicole Hair, della University of Michigan ad Ann Arbor, ha mostrato come i bambini di famiglie a basso reddito abbiano uno sviluppo anormale del cervello, con un ritardo nella maturazione dei lobi frontali e temporali che si accompagna a punteggi significativamente più bassi nei test accademici, sia di lettura sia di matematica.

Altri studi hanno poi confermato che gli effetti degli stress infantili perdurano nel tempo. Una ricerca pubblicata nel 2016 su Pnas da Gary Evans, della Cornell University a Ithaca, mostrava che gli adulti reduci da un'infanzia indigente avevano deficit di memoria e soffrivano un maggiore stress psichico. Nel 2019 poi Paul Hastings, psicologo della University of California a Davis, ha pubblicato su «Development and Psychopathology» uno studio che ha seguito a lun-

go circa quattromila famiglie canadesi, mostrando che chi era cresciuto in città in un quartiere povero aveva un rischio doppio di soffrire di psicosi una volta adulto.

## fattori protettivi

Non tutti i bambini poveri però subiscono questi danni. Ciò significa che devono esserci anche fattori protettivi, che aiutano chi subisce gli influssi di un ambiente disagiato di non risentirne troppo e ottenere comunque un buon sviluppo cerebrale e intellettuale. Alcuni di questi fattori saranno senz'altro costitutivi, genetici, tali per cui persone diverse rispondono in modo differente a uno stesso stimolo (come chi appena si mette al sole si abbronzia all'istante e chi, per quanto vada al mare, riesce al massimo a diventare rossiccio). Altri fattori protettivi però sono aspetti dell'ambiente in cui il bambino è cresciuto; un ambiente che, per quanto disagiato, può presentare elementi che ne aiutano uno sviluppo sano. In particolare, gli studi indicano che contano molto i livelli di stress complessivo che il bambino subisce e i comportamenti delle persone che gli sono vicine.

Ming Kuo, della University of Illinois, nel 2018 su «Frontiers in Psychology» ha mo-

strato per esempio che basta piantare più alberi nelle scuole delle zone svantaggiate per migliorare le cose: più verde c'era nel cortile scolastico, migliori erano i voti in lettura e in matematica. Kuo pensa che non sia un caso, in base ai suoi lavori ma anche ad altri studi sul tema condotti in zone non disagiate. Per esempio nel 2019 Eirini Flouri, dello University College London, esaminando quasi 5000 undicenni che vivevano in varie aree urbane inglesi, ha visto che chi abitava in zone più ricche di verde aveva una memoria spaziale migliore. E in generale vari studi fanno pensare che stare nel verde migliori le funzioni cognitive, probabilmente perché rilassa e riposa il cervello ripristinando le capacità di attenzione e concentrazione che si esauriscono con le fatiche della giornata. La disponibilità di aree verdi nel quartiere, o nel cortile della scuola, ne facilita ovviamente la frequentazione.

Altri interventi hanno puntato l'attenzione sulle famiglie. Il gruppo di Robert Knight, che aveva osservato i disturbi nella corteccia prefrontale, rimarca che studi passati hanno mostrato che i bambini di famiglie povere, quando compiono 3 anni, hanno udito 30 milioni di parole in meno rispetto ai bambini della classe media. Poiché il semplice parlare ai bambini favorisce le prestazioni della corteccia prefrontale, forse per ridurre il divario basterebbe sollecitare i genitori a parlare di più ai bambini. Va però rimarcato che gli studi sui «30 milioni di parole» sono poi stati criticati da altri esperti, che ne trovano le conclusioni alquanto semplicistiche.

Sempre restando al ruolo della famiglia, un'indagine ha mostrato che negli Stati Uniti chi è cresciuto in famiglie povere tende poi, da grande, ad avere più malattie croniche (come già era noto), ma questo rischio si riduce molto se la madre è stata premurosa e ha offerto al piccolo un valido sostegno. Lo studio mostra quindi quanto conti l'ambiente familiare nella resilienza rispetto a malattie fisiche, ma rafforza l'idea che effetti analoghi possano manifestarsi per lo sviluppo mentale.

#### il ruolo della comunità

Un altro studio – pubblicato nel 2014 su «Plos One» da Sophie Wickham dell'Università di Liverpool – fa pensare che, al di là dei fattori obiettivi, conti molto la percezione che una persona ha del proprio stato: quanto una persona si percepisce stressata, o viceversa la misura in cui avverte fiducia negli altri e sostegno sociale, cambiano molto l'impatto della povertà su depressione e altri disturbi mentali. Queste osservazioni rimarcano quanto sia importante il ruolo della comunità nell'attenuare le conseguenze della povertà. Per rafforzare la capacità della

comunità di proteggere i suoi membri da difficoltà come miseria e disoccupazione, secondo Wickham, bisogna coltivare le relazioni «non solo tra i suoi singoli membri, ma anche tra le organizzazioni e in particolare tra le associazioni di volontariato, gli attori dell'economia locale e il settore pubblico».

Un'altra linea di interventi che si sta mostrando molto promettente è quella di alleviare direttamente le ristrettezze economiche delle famiglie, e in particolare i loro debiti. La cosa in sé può sembrare banale, ma i meccanismi mentali che un simile intervento mette in gioco sono in realtà più sofisticati.

#### il peso dell'indebitamento

Lo ha mostrato fra gli altri Ong Qiyian, della National University of Singapore, con uno studio pubblicato nel 2019 su Pnas, che ha preso in esame persone cronicamente indebitate, cioè afflitte da debiti che non avevano alcuna concreta possibilità di estinguere con il loro reddito. Un programma di forte riduzione del debito, con una donazione una tantum equivalente a parecchi mesi del loro reddito, erogata a sorpresa alle famiglie da una charity, ha prodotto molti più benefici di quanto a prima vista si potesse pensare. Alleviando l'ansia dei partecipanti per il debito che li schiacciava, la donazione ha migliorato anche le loro capacità di ragionamento, portandoli nei mesi successivi a prendere decisioni finanziarie migliori che hanno permesso a molti di non sprecare i vantaggi acquisiti con la donazione e continuare a migliorare le proprie condizioni economiche.

La donazione ha cioè liberato i partecipanti da un meccanismo mentale perverso emerso in questi anni: la cosiddetta trappola della povertà. Avere in mente il continuo assillo del debito inestinguibile, rimuginarci e preoccuparsene, è così gravoso a livello psicologico che consuma le energie mentali e porta spesso ad applicare scorciatoie decisionali controproducenti, quindi in definitiva a fare scelte sbagliate. Queste peggiorano ulteriormente il proprio stato economico perpetuando la povertà, che diviene appunto una trappola, da cui anche persone intelligenti e motivate non trovano più vie di fuga. «Per uscire dalla miseria, il povero deve avere doti eccezionali o un eccezionale colpo di fortuna. È dura essere poveri, ancora più dura di quanto immaginiamo» ha concluso Qiyian. Programmi per alleviare i debiti delle famiglie povere non sono quindi atti di carità fine a se stessa destinati a lasciare il tempo che trova; se ben concepiti, possono essere interventi decisivi per spezzare la trappola della povertà.

Giovanni Sabato

vai a

Primopiano



Clicca qui