



“Dermatite atopica: sos genitori”

La dermatite atopica è una malattia infiammatoria cronica della pelle che si caratterizza per un intenso prurito e secchezza cutanea.

Appare quasi sempre in età pediatrica, spesso prima dei due anni e in una piccola percentuale dei casi rimane fino all'età adulta.

Si stima che la dermatite atopica colpisca un bambino su 5, tra gli 0 e i 10 anni, mentre solo l'1% degli adulti ne è affetta. Solo in Italia 1.000.000 di bambini ne è colpito.

La reazioni dei genitori

Come psicologa, mi concentrerò in questo articolo sugli aspetti psicologici e relazionali della malattia atopica che impattano sulla qualità della vita del piccolo paziente e dei familiari più stretti, in particolare mamma e papà.

Quando il bambino riceve la diagnosi di dermatite atopica, la relazione genitore-figlio può venire influenzata in molti modi, per esempio nelle esperienze di contatto fisico che possono ridursi. Un genitore potrebbe infatti evitare di toccare la pelle del bambino, temendo di irritarla o anche per una lieve avversione, assolutamente legittima, che può sperimentare.

Questo può essere superato, chiedendo chiarimenti al pediatra circa il modo migliore di toccare la pelle irritata.

I bambini che fin da piccoli vengono accarezzati, toccati, massaggiati crescono in modo più equilibrato, sia dal punto di vista emozionale che cognitivo. Il contatto fisico appropriato comunica affetto e sicurezza, esperienze emotive che il piccolo interiorizza nell'infanzia e porta con sé crescendo.

Spesso nel genitore convivono sentimenti ambivalenti nei confronti del figlio atopico, di cura e amore ma anche di risentimento, rifiuto, colpa. Prendere consapevolezza di queste emozioni può innescare un atteggiamento di auto-critica. Per il genitore è utile sapere che queste emozioni sono assolutamente comuni e comprensibili. D'altronde le emozioni rappresentano il proprio vissuto rispetto alla situazione che si sta vivendo, qualcosa di spontaneo e istintivo. Quello che andrà modulato sarà invece il comportamento che seguirà, che potrà essere più o meno appropriato e funzionale.

Che stress!

Il livello di stress familiare poi può essere molto alto per l'investimento quotidiano di tempo e di energia nelle attività di gestione della malattia, il sonno disturbato dai risvegli del bambino che ha prurito, l'incapacità di interrompere il suo grattarsi, il timore che si procuri ferite. Tutto questo può aumentare il senso di impotenza e di inadeguatezza dei genitori.

Spesso, la disciplina diventa un punto critico nelle famiglie con bambini atopici, perchè il genitore può diventare troppo permissivo, ammorbidendo regole e limiti per non provocare ulteriore stress nel bambino, che peggiorerebbero l'impulso a grattarsi.



PSICHEDINTORNI

Bisogni emozionali e di crescita nel bambino atopico

E' importante per un genitore promuovere una graduale indipendenza nel proprio figlio, pur rimanendo per lui un punto di riferimento sicuro nel momento del bisogno. Ciò può essere ostacolato nel bambino malato da un genitore ansioso che vieta alcune esperienze (feste, nido, nonni) o che frena la sua autonomia lavandolo e vestendolo.

Lo sviluppo emozionale è un altro tassello indispensabile per ogni individuo. In un bambino affetto da dermatite atopica c'è il rischio che tutta l'attenzione di chi si prende cura di lui si riversi sui suoi bisogni fisici, trascurando quelli emozionali e di crescita (es. indipendenza). Anche il medico che rappresenta per il genitore un punto di riferimento importante è chiaramente focalizzato sull'aspetto medico del disturbo e ciò alimenta ulteriormente tale tendenza.

Ai genitori suggerisco di chiedere aiuto ai clinici di riferimento sui vari aspetti della gestione della malattia e della relazione con il proprio figlio per avere un supporto esperto e venir rassicurati che le difficoltà che incontrano sono le stesse di molti altri genitori.

Elisa Vezzi

Psicologa e Psicoterapeuta