

## Scoutismo e salute mentale

Enrico Rovida segnala la notizia. Sembrerebbe buona anche se, suggerisce Pier Giorgio Spotorno, tutto dipende da come lo si è fatto..... Noi che da piccoli (e da grandi) siamo stati scout siamo ancora sani di mente? E chi i 50 ruggenti li ha passati da un pezzo? A voi (e a chi vi sta vicino) la risposta (ci auguriamo obbiettiva).

ANSA.it Salute&BenessereSalute&Benessere Inizio modulo Fine modulo Chi da piccolo è stato scout ha una migliore salute mentale Arrivato a 50 anni è meno a rischio di ansia e disturbi dell'umore Redazione ANSA ROMA 10 novembre 2016 16:31 Scout © ANSA/Ansa Chi da bambino è stato uno scout ha meno rischi di sviluppare malattie mentali una volta arrivato ai 50 anni. Partecipare in queste organizzazioni, in cui bisogna sviluppare qualità come il contare su se stessi, il lavoro di squadra, risolvere e desiderare di imparare, e fare molte attività all'aperto, pone le basi per un miglior benessere mentale. E' quanto emerge da uno studio dell'università di Edimburgo, pubblicato sul Journal of Epidemiology and Community Health. I risultati, estrapolati da una vasta ricerca condotta su quasi 10.000 persone nate nel novembre 1958 nel Regno Unito, hanno mostrato che chi apparteneva agli scout aveva una migliore salute mentale a 50 anni. Circa un quarto dei partecipanti allo studio era stato negli scout, e aveva il 15% in meno di possibilità di soffrire di ansia e disturbi dell'umore rispetto agli altri. Le attività che si fanno in questi gruppi aiutano a sviluppare la capacità di recupero contro i comuni stress, e aumentano le chance di avere più successo nella vita. Cosa che riduce le esperienze stressanti. "E' abbastanza sorprendente riscontrare questi benefici nelle persone molti anni dopo che hanno terminato la loro esperienza negli scout", commenta Chris Dibben, coordinatore dello studio.

RIPRODUZIONE RISERVATA © Copyright ANSA