



L'ADHD si cura al parco

Fonte: EC Planet

Per attenuare il deficit di attenzione basta una passeggiata al parco. Questo è lo studio, decisamente rivoluzionario, dei ricercatori Andrea Faber Taylor e Frances E. Kuo. Il deficit da attenzione (ADHD è la sigla inglese) è un disturbo mentale dei bambini molto discusso, e le polemiche per la sua cura con il Ritalin, un pesante psicofarmaco, non si sono mai placate.

Ora potrebbe esserci un rimedio tutt'altro che pesante: una passeggiata. Lo studio infatti ha comparato il comportamento di tre gruppi di bambini dopo una passeggiata nel parco, vicino al parco o in città e i risultati sono stati proporzionali alla quantità di "verde" a loro somministrata.

Forse per i genitori la scelta alternativa al Ritalin esiste, dopotutto.