



COLLEGHIAMOCI CON | NOI STESSI, LA SOCIETÀ, IL MONDO NATURALE

ESPLORIAMO IL MONDO

IN CHE MODO CORONAVIRUS E CAMBIAMENTI CLIMATICI SONO COLLEGATI ?

Cosa ne pensi?

PENSA

Quali curiosità potresti soddisfare?

es. Da dove viene il Corona virus? Cosa causa una pandemia? In che modo i cambiamenti climatici possono favorire nuove pandemie? La salute degli esseri umani e dell'ambiente sono interdipendenti? Chi è più suscettibile al coronavirus e ai cambiamenti climatici e perché? Come ha potuto il virus aiutare a enfatizzare le differenze nella nostra società? Qual è l'impatto del coronavirus sulle nostre emissioni di carbonio? Qual è l'impatto della globalizzazione sul coronavirus e sui cambiamenti climatici?

SENTI

Come possono essersi sentite diverse le persone?

es. Come ti ha fatto sentire questa pandemia? Quale impatto ha avuto il lockdown nella tua vita? Quali emozioni hai rilevato nelle persone? Quali emozioni hai provato? In che modo ti sei sentito senza altra scelta se non quella di andare a scuola col rischio di...? Cosa hai provato vedendo che alcune specie di viventi prosperavano mentre tu dovevi startene a casa?

COLLEGA

Quali collegamenti puoi iniziare a stabilire?

es. In che modo pensi il virus si sia sparso nel mondo? Cosa ha reso possibile una diffusione così veloce? Perché il virus sta mettendo in evidenza le disuguaglianze della nostra società? Quali sono i collegamenti tra le disuguaglianze riconducibili al clima e quelle riconducibili al virus? In che modo i cambiamenti indotti dalla pandemia nel comportamento dell'essere umano potrebbero preservare meglio l'ambiente?



PARTE 2 | COMPRENSIONE

Esploriamo il mondo

Perché il cambiamento climatico potrebbe causare altri virus in futuro?

Riflessione 1: Aumento delle temperature e pandemia

Stiamo apprendendo sempre più sui legami tra il cambiamento climatico e i virus e su come questo possa portare in futuro ad un [aumento dei virus](#).

Le temperature sulla Terra sono in aumento a causa del cambiamento climatico e delle nostre emissioni globali.

Il cambiamento delle temperature ha diverse conseguenze per la vita sul pianeta - l'aumento previsto delle pandemie è una di queste.

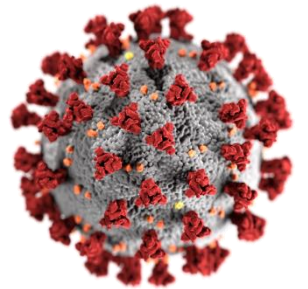


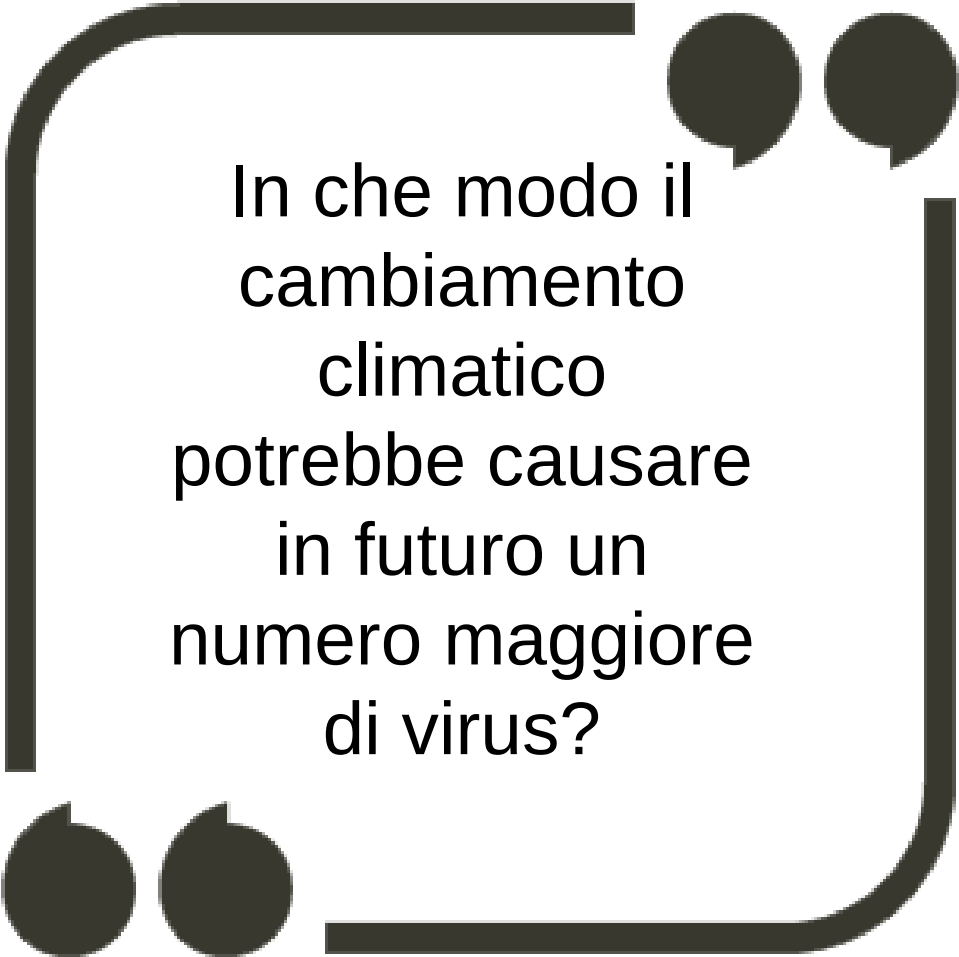
Prima riflessione: Aumento delle temperature e pandemia

I virus si diffondono attraverso un'interazione - detta "*spillover*" - nella quale una malattia si trasmette da un animale all'uomo o viceversa. Lo *spillover* può avvenire in modo diretto o indiretto:

- **diretto**, tramite il morso di un animale, il consumo di latte o carni crude (o non ben cotte) o attraverso l'acqua contaminata;
- **indiretto** quando l'uomo viene a contatto con una superficie contaminata da un animale infetto.

I cambiamenti climatici possono aumentare in molti modi la possibilità di *spillover* diretti e indiretti.





In che modo il
cambiamento
climatico
potrebbe causare
in futuro un
numero maggiore
di virus?

Pensa ad alcuni modi nei quali questi eventi di “*spillover*” possono accadere nuovamente.

Prima riflessione: Aumento delle temperature e pandemia

La prima causa per la quale i cambiamenti climatici potrebbero condurre a una diffusione di nuovi virus è la MIGRAZIONE delle specie. Con l'aumento delle temperature e i cambiamenti delle precipitazioni, alcune specie sono costrette ad abbandonare il loro habitat naturale per ricercare nuove aree adatte ai propri bisogni. Quando gli animali terrestri si spostano, portano con sé virus che potrebbero diffondersi in aree abitate dall'uomo – nelle quali vi è un mosaico di ambienti selvatici e antropizzati.





Prima riflessione: Aumento delle temperature e pandemia

La migrazione delle specie non è dovuta solo all'aumento delle temperature, ma anche alla perdita di habitat causata dal nostro utilizzo del suolo. I modi distruttivi con cui usiamo il suolo sono una delle maggiori cause dei cambiamenti climatici.

Modificando il paesaggio naturale, ad esempio con la deforestazione, le specie sono forzate a spostarsi e possono così avvicinarsi agli insediamenti umani, aumentando quindi il rischio di “*spillover*” dei virus.

La pandemia di ebola in Africa occidentale è avvenuta probabilmente a seguito della perdita di rifugi dei pipistrelli portatori del virus ebola a causa della deforestazione attuata per far spazio all'agricoltura. Inavvertitamente gli uomini hanno quindi spinto i pipistrelli verso nuovi luoghi più vicini all'uomo, causando lo “*spillover*”.

Prima riflessione: Aumento delle temperature e pandemia

Aumento delle temperature vuol dire anche maggiore siccità, e quindi una diminuzione delle possibili superfici agricole.

Ciò può portare alcune popolazioni in difficoltà nella produzione di cibo a spostarsi o a essere costrette per sopravvivere a cibarsi di animali selvatici o specie delle quali non si ciberebbero normalmente. Ciò potrebbe portare allo “*spillover*” dei virus.

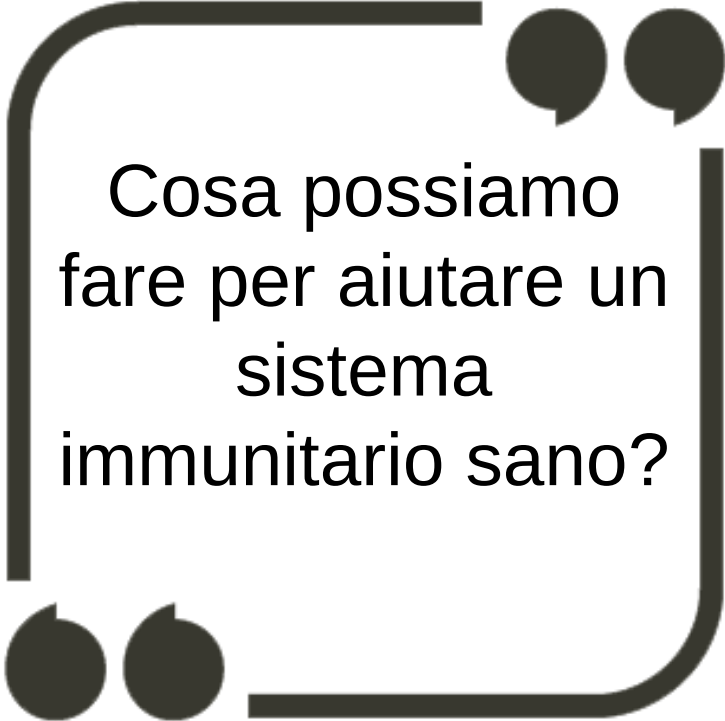


Prima riflessione: Aumento delle temperature e pandemia



L'aumento delle temperature influenza anche la resistenza ai virus del nostro sistema immunitario. Esso combatte le malattie aumentando la temperatura corporea attraverso un meccanismo difensivo noto come febbre.

Un clima più caldo potrà rendere batteri e virus più forti, rendendoli in grado di adattarsi alle nuove temperature più elevate, il che può portare i nostri corpi a essere meno efficaci nella lotta naturale ai virus.



Cosa possiamo
fare per aiutare un
sistema
immunitario sano?

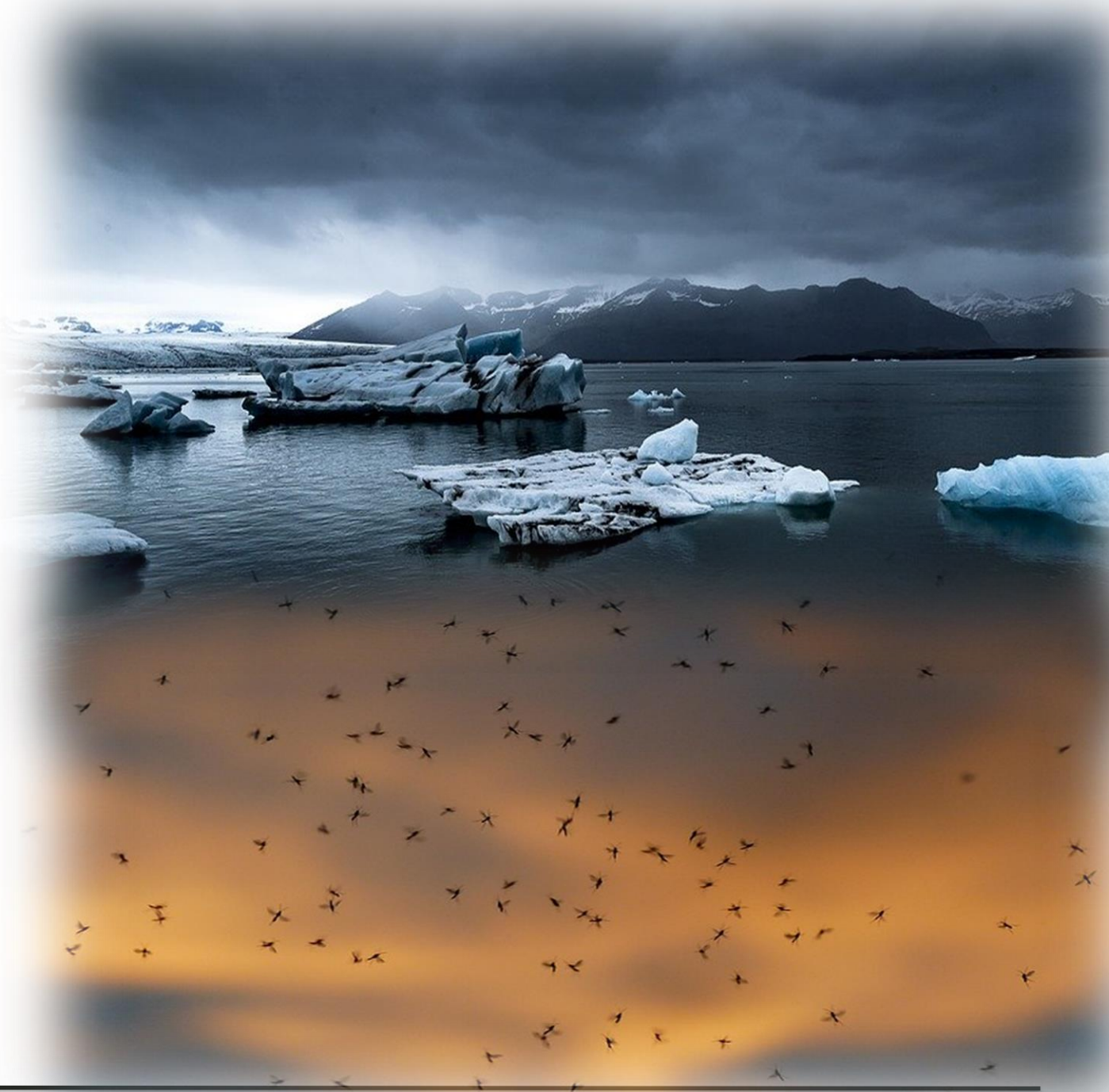
Pensa ad alcune abitudini da introdurre nella nostra vita (alimentazione, esercizio fisico, aria fresca, qualità del sonno, attività salutari,....)

Prima riflessione:

Aumento delle temperature e pandemia

I cambiamenti climatici creeranno condizioni più favorevoli alla diffusione delle malattie tropicali. Una di queste è la malaria, un'infezione trasmessa dalle zanzare che uccide annualmente oltre [400'000](#) persone.

L'aumento delle temperature causa anche lo scioglimento dei ghiacci che potrebbero liberare batteri e virus sconosciuti presenti nel permafrost artico.



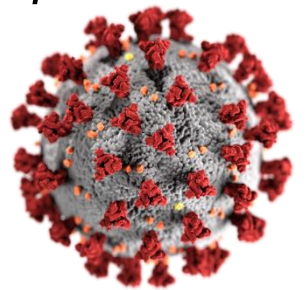
Prima riflessione: Aumento delle temperature e pandemia

Attività 1

Come abbiamo visto, diverse conseguenze legate ai cambiamenti climatici potrebbero condurre ad altre pandemie. Le diapositive che seguono mostrano un diagramma riassuntivo di come i cambiamenti climatici potrebbero portare a una pandemia.

Usando le frasi nella banca delle parole, provate a stabilire l'ordine corretto degli eventi.

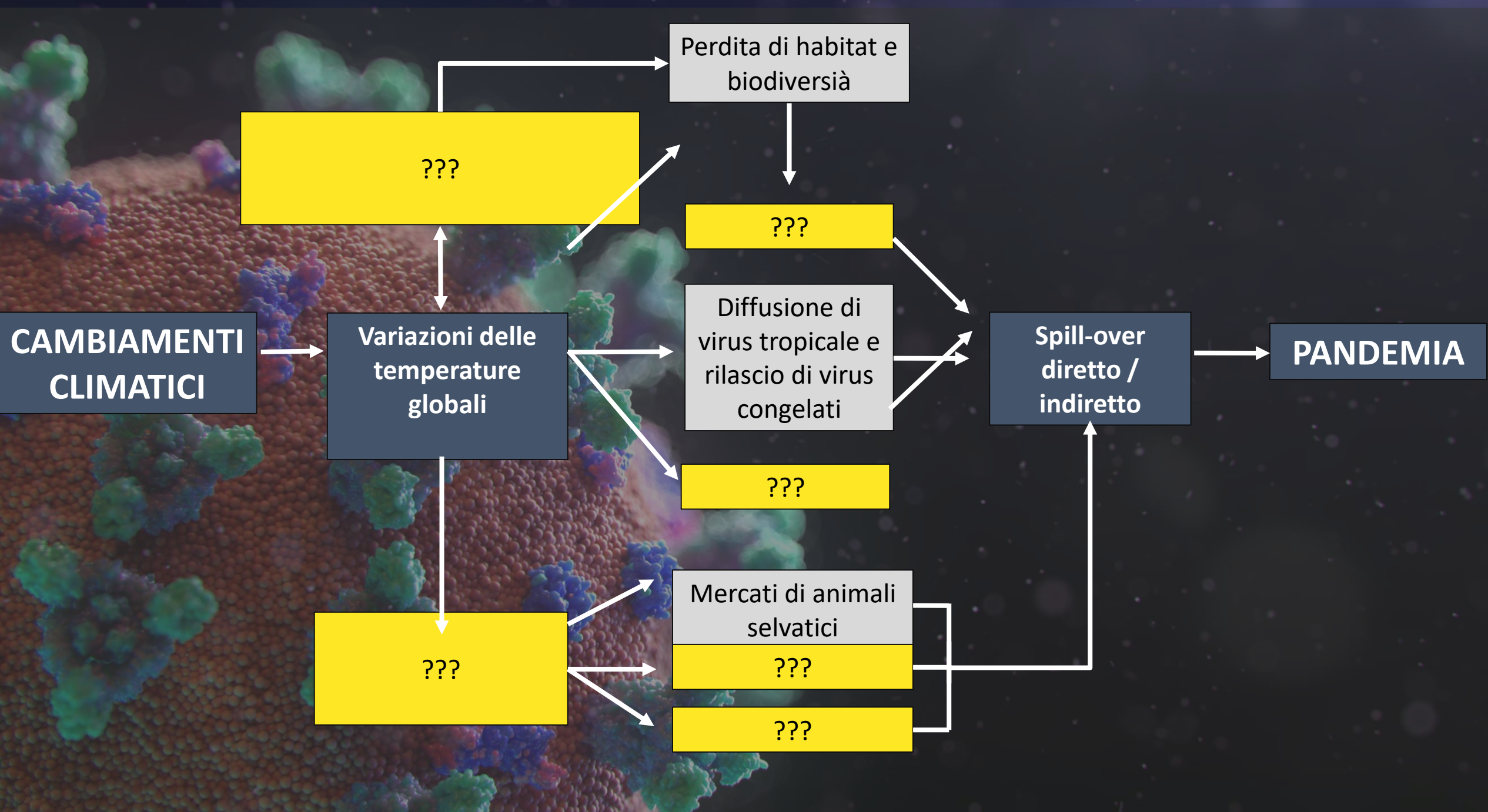
La diapositiva successiva permette di effettuare la verifica e visionare il diagramma completo.

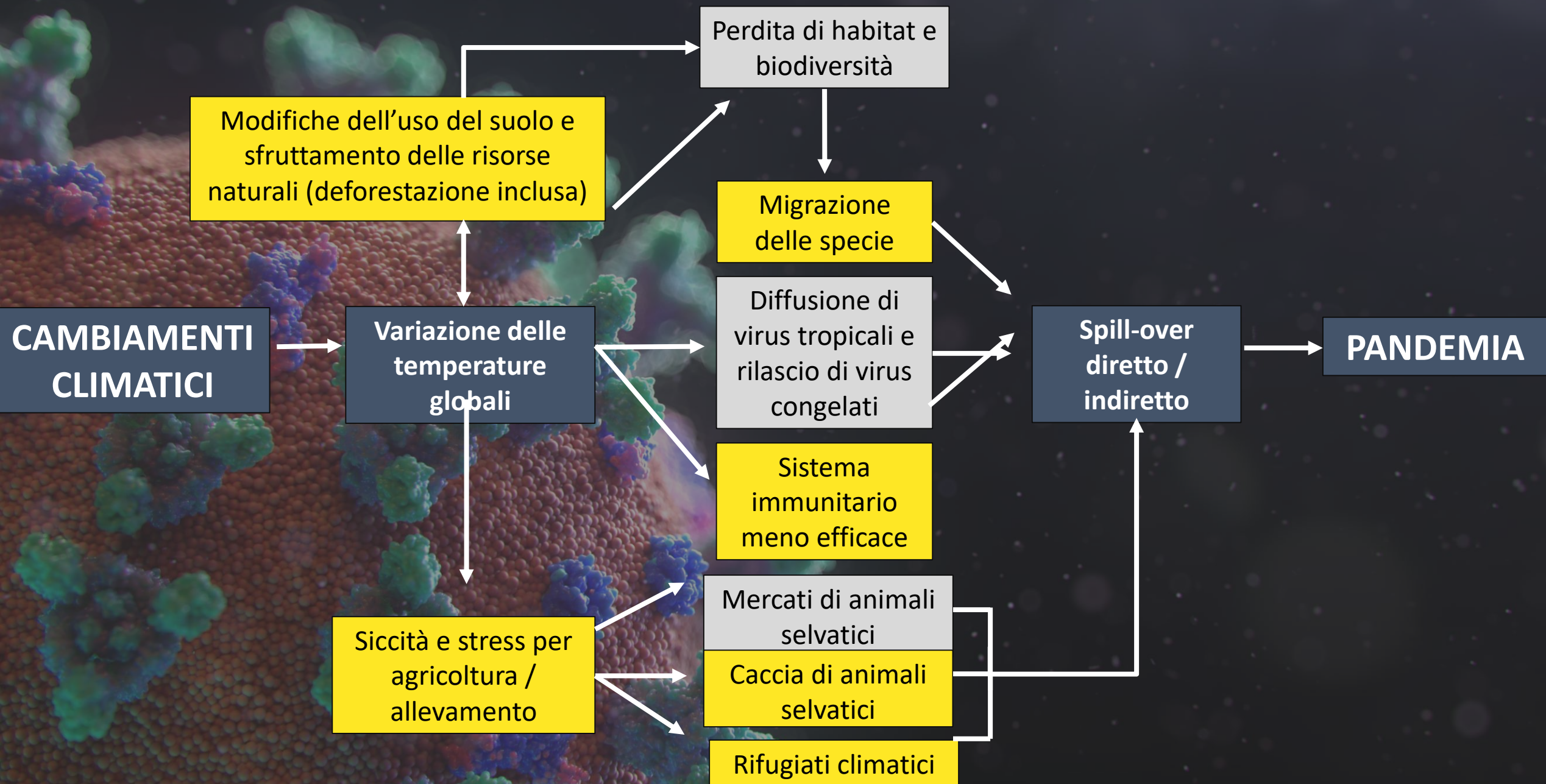


Banca delle parole

1. Migrazione delle specie
2. Modifiche dell'uso del suolo e sfruttamento delle risorse naturali (deforestazione inclusa)
3. Rifugiati climatici
4. Caccia di animali selvatici
5. Sistema immunitario meno efficace
6. Siccità e stress per agricoltura / allevamento





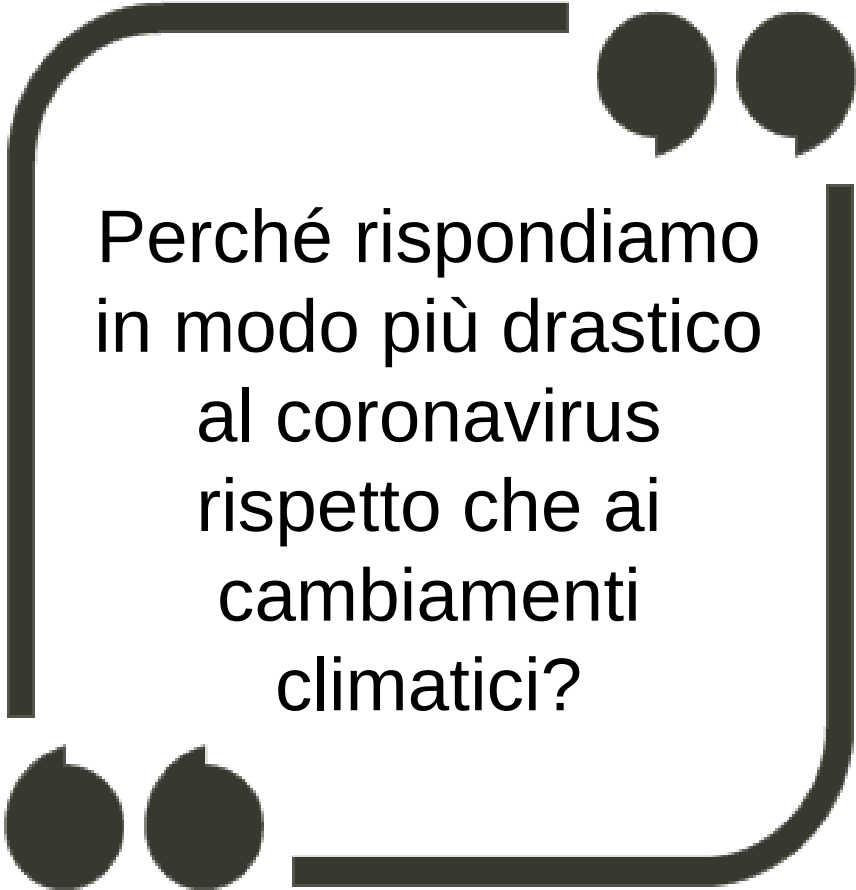


Seconda riflessione: Risposte al Covid-19 e ai cambiamenti climatici

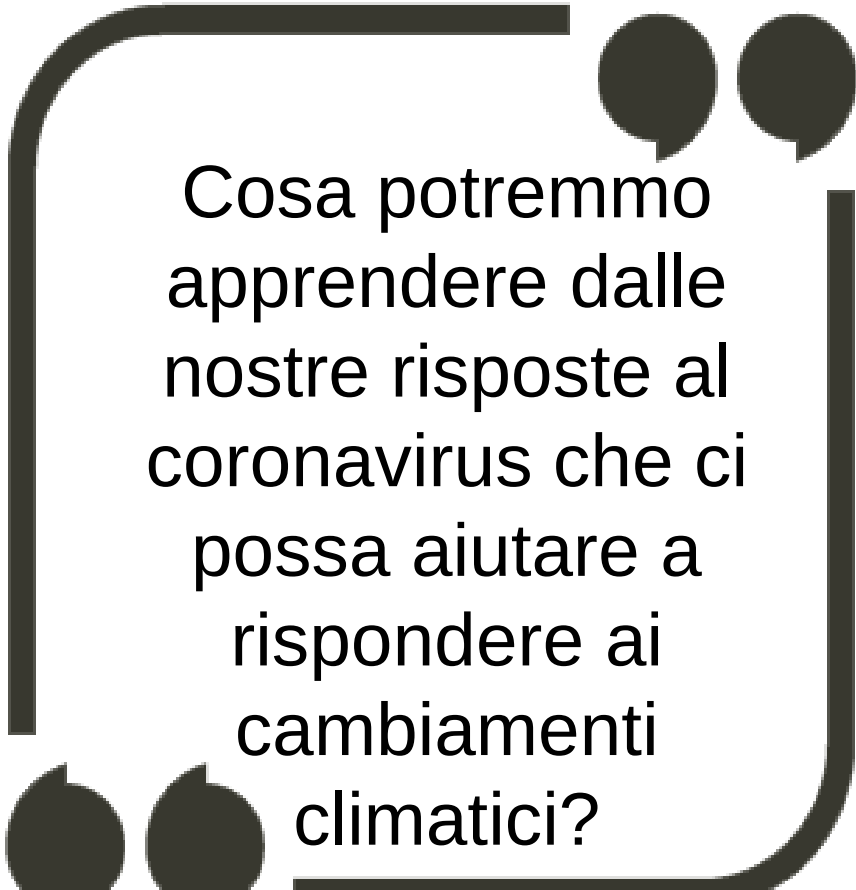


Nonostante il rapido scioglimento dei ghiacciai, l'aumento delle temperature che porta a tempeste più devastanti, l'estinzione di molte specie, gli ampi incendi boschivi e l'aumento dei fenomeni siccitosi, non rispondiamo ai cambiamenti climatici con la stessa urgenza, livello di attenzione e azione come con il Covid-19.





Perché rispondiamo
in modo più drastico
al coronavirus
rispetto che ai
cambiamenti
climatici?



Cosa potremmo
apprendere dalle
nostre risposte al
coronavirus che ci
possa aiutare a
rispondere ai
cambiamenti
climatici?

Pensa a quali azioni di contrasto al coronavirus hai visto e all'inazione che hai notato rispetto ai cambiamenti climatici.

Seconda riflessione: Risposte al Covid-19 e ai cambiamenti climatici

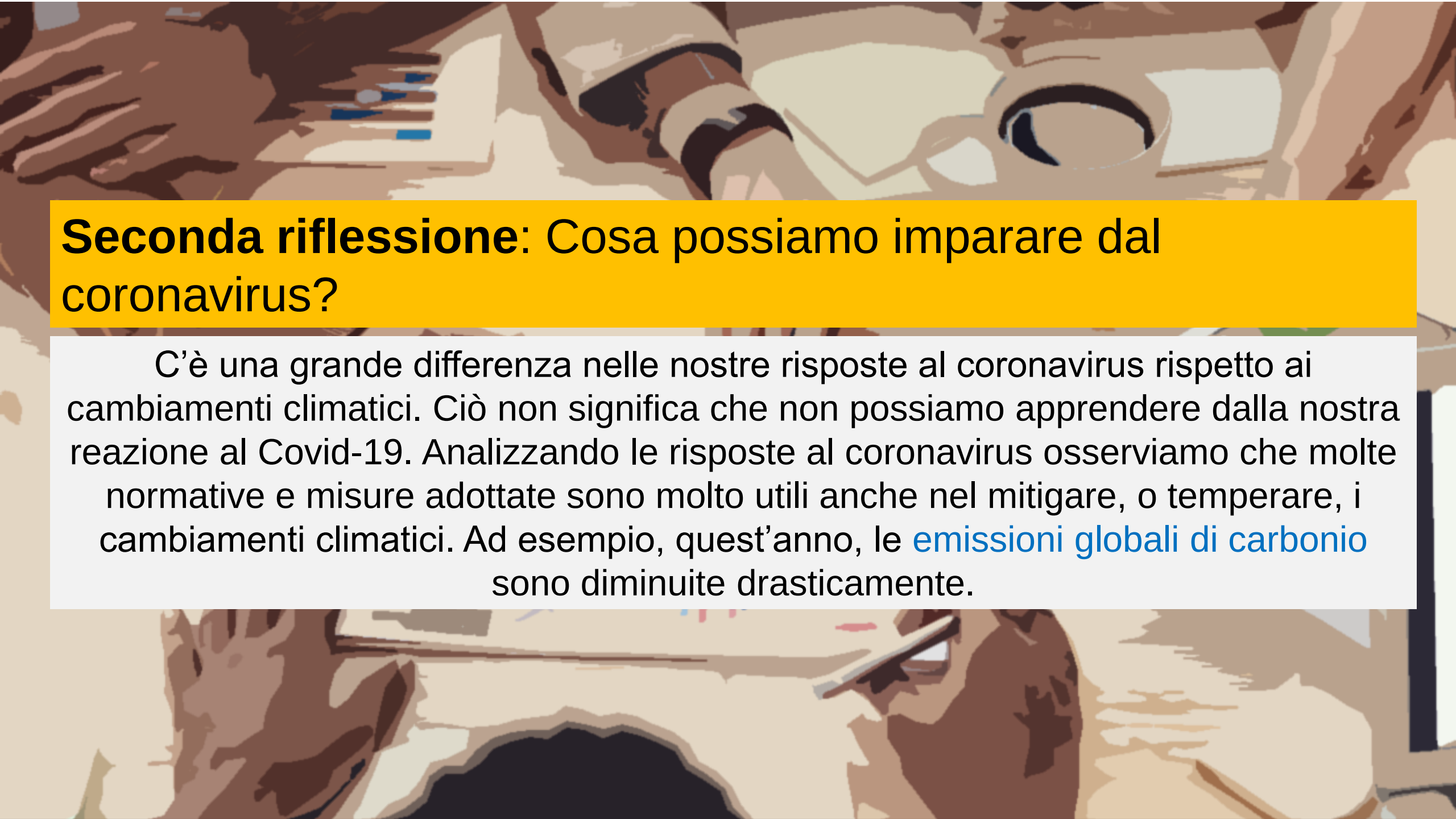
Due sono le ragioni per la [differenza nella risposta](#) al Covid-19 e i cambiamenti climatici: tempo e chiarezza. Il virus causa una malattia ed è più chiaro come questo possa influenzare, se non agiamo, tutti noi ora. La relazione tra causa ed effetto è evidente, ciò porta ad una **risposta diretta**.

Questa connessione non è invece così chiara per i cambiamenti climatici, non è così evidente come questi influenzeranno le nostre vite se non agiamo con tempestività.

Gli effetti dei cambiamenti climatici sono invece tendenzialmente indiretti: aumento delle tempeste, ondate di calore o inquinamento. Di conseguenza questi sono ancora percepiti come qualcosa di astratto. Ciononostante la crisi climatica causa già molte vittime.

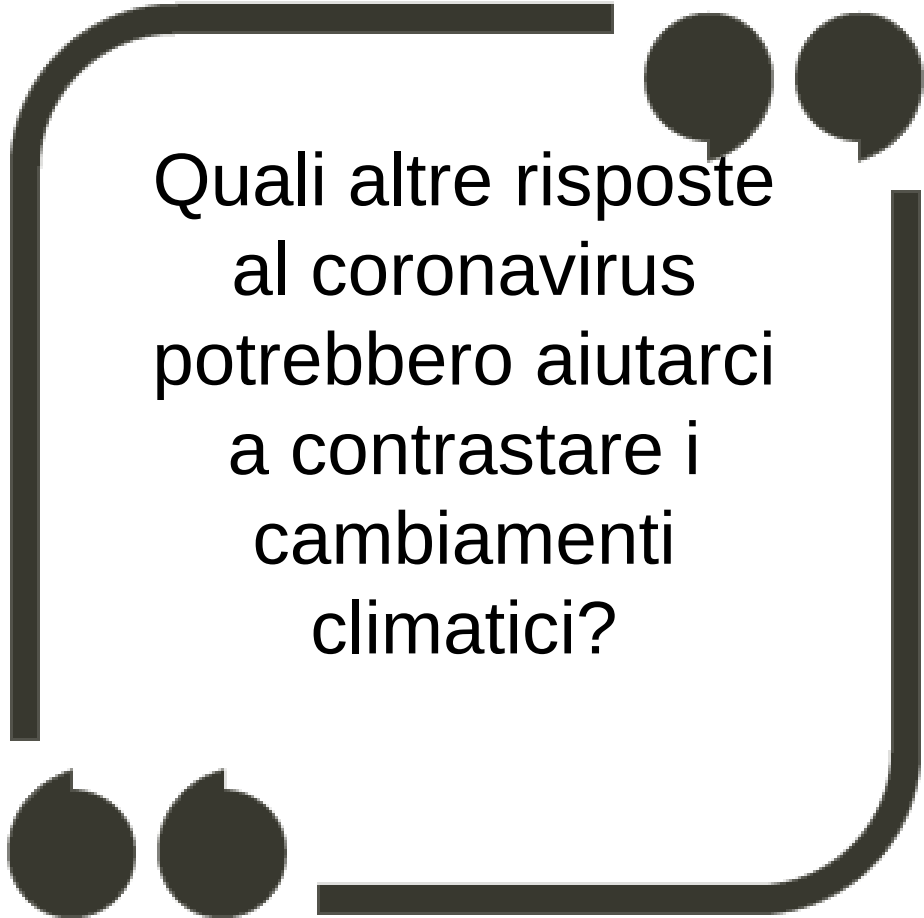
Secondo [Organizzazione mondiale della Sanità](#), il solo inquinamento atmosferico è responsabile annualmente della morte di 7 milioni di persone e si iniziano a riscontrare dei collegamenti tra livelli elevati di inquinamento atmosferico e un maggiore impatto del coronavirus.





Seconda riflessione: Cosa possiamo imparare dal coronavirus?

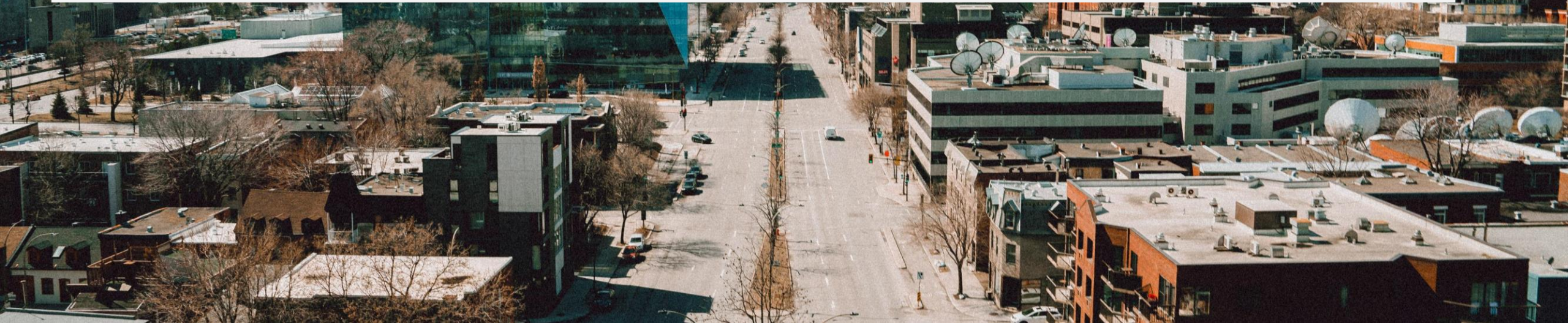
C'è una grande differenza nelle nostre risposte al coronavirus rispetto ai cambiamenti climatici. Ciò non significa che non possiamo apprendere dalla nostra reazione al Covid-19. Analizzando le risposte al coronavirus osserviamo che molte normative e misure adottate sono molto utili anche nel mitigare, o temperare, i cambiamenti climatici. Ad esempio, quest'anno, le [emissioni globali di carbonio](#) sono diminuite drasticamente.



Quali altre risposte
al coronavirus
potrebbero aiutarci
a contrastare i
cambiamenti
climatici?

Pensa alle lezioni apprese dalla lotta al coronavirus – prendi nota delle azioni e degli effetti positivi che hai osservato.

Seconda riflessione: Tre esempi di come il Covid-19 ci indica come trattare i cambiamenti climatici.



1. Rallentamento economico

Il coronavirus ci mostra una **decrescita non pianificata** dell'economia. La decrescita economica è una modalità per rallentare la continua crescita e la dipendenza dalle industrie legate ai combustibili fossili, affinché l'economia ritorni ad operare entro i limiti della Terra.

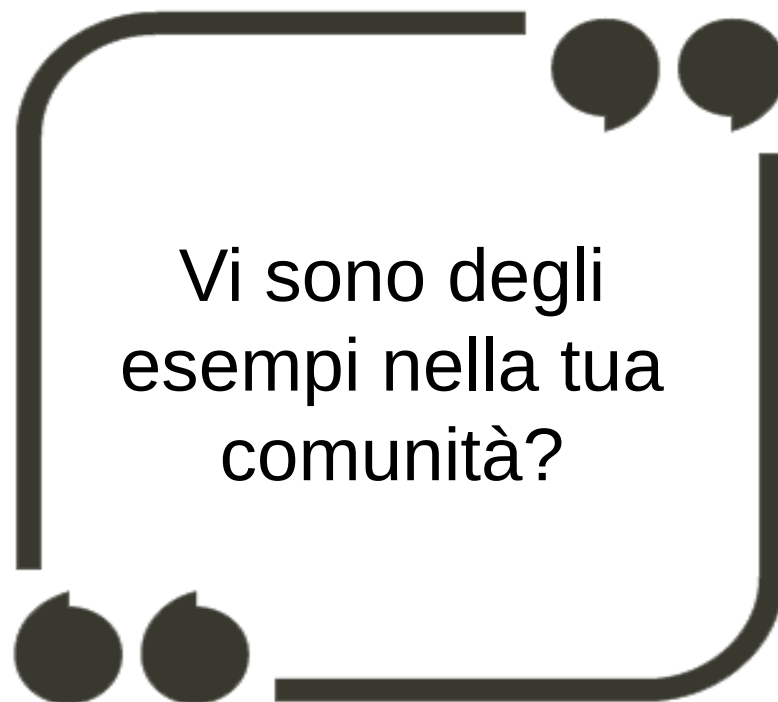


2. Locale verso globale

Il virus ci ha portati a essere più connessi dalle nostre case, riducendo la necessità di viaggiare e, conseguentemente, le emissioni di carbonio. Siamo inoltre diventati più attenti al locale nel nostro stile di vita.

3. Azione politica immediata e radicale

Abbiamo visto che, in caso di crisi, i nostri governi sono in grado di attuare le azioni radicali necessarie – il coronavirus ha dimostrato che in caso di crisi l'azione messa in atto per supportare il cambiamento può essere incredibilmente veloce.



Vi sono degli
esempi nella tua
comunità?

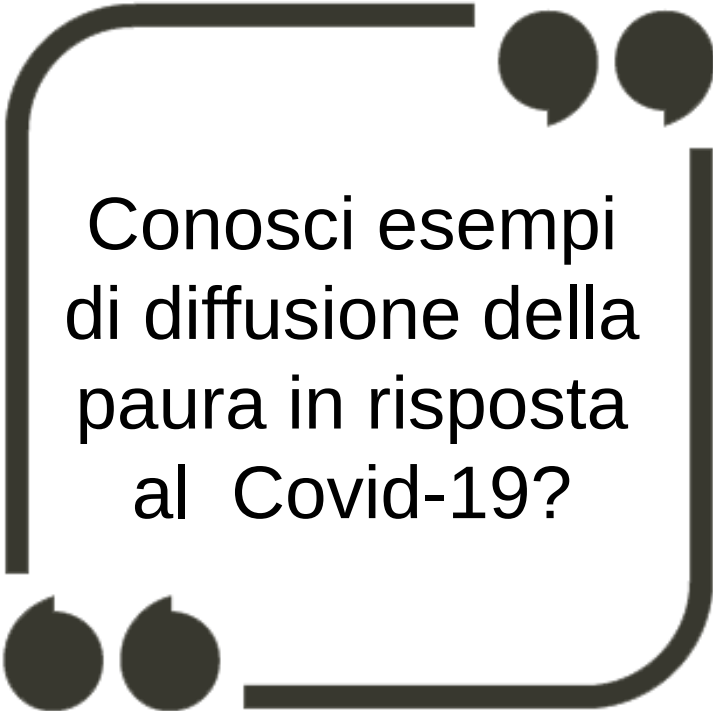
Considera i 3 esempi esposti e cerca degli esempi semplici nel posto in cui vivi, sempre che tu riesca a trovarli.

Terza riflessione: Coronavirus e trasmissione delle emozioni

Negli ultimi mesi le nostre vite hanno subito rapidi cambiamenti: sconvolgimento delle attività quotidiane, chiusura di scuole e negozi, vita pubblica ridotta al minimo e distanziamento sociale. Questa pandemia ci pone di fronte ad una situazione di grande incertezza. Un'incertezza presente in molti ambiti, compreso quello relativo alla durata di questa situazione.

Questa situazione ha un forte impatto sulle nostre emozioni. L'incertezza fa leva, analogamente alla diffusione di un virus, sui centri della paura nel nostro cervello: sia i virus sia le paure sono invisibili, si diffondono facilmente e hanno un grande impatto sul nostro benessere fisico, emotivo e psichico.





Conosci esempi
di diffusione della
paura in risposta
al Covid-19?

Pensa alle conversazioni avute nei mesi scorsi con i tuoi amici e familiari, ma anche a ciò che hai visto, sentito o letto.



Un modo per affrontare l'incertezza e la paura è quello di comprenderla meglio. La paura è una reazione, un meccanismo umano che ci aiuta a sopravvivere. Quando una situazione ci spaventa, scatta la paura che ci aiuta a evitare i pericoli. Nel passato la paura ci ha aiutato a sopravvivere a diverse minacce, ad esempio a fuggire di fronte a una tigre dai denti a sciabola.

Oggi ci troviamo in una situazione differente: il mondo si trova ad affrontare una pandemia globale che mette a rischio la salute delle persone e verso la quale dobbiamo adottare provvedimenti.

La pandemia non è una minaccia visibile dalla quale possiamo fuggire. L'incertezza e la paura si sommano e possono portare all'ansia, la quale può diffondersi rapidamente da una persona all'altra.

Se ciò avviene con una maggior frequenza nelle nostre comunità, può portare al panico.



Oggigiorno è molto facile farsi "contagiare" dalle emozioni altrui: i social media sono uno strumento ampiamente impiegato per diffondere informazioni e idee - e quindi anche le emozioni.

Più leggiamo di ansia e paura come risposta al Covid-19, più sarà probabile che ne saremo afflitti e la diffonderemo a nostra volta. Queste emozioni ci impediscono di pensare con lucidità, la paura non ci aiuta quindi ad affrontare il pericolo, ma ci lascia impietriti e sopraffatti.

Ci sono dei modi per interrompere il circolo vizioso dell'ansia. Il panico e la paura non aiutano nessuno in una situazione simile, quindi è utile sapere come affrontare queste emozioni e ritrovare la tranquillità mentale

Un metodo davvero utile è quello della Mindfulness (consapevolezza). Una pratica che aiuta a calmare la mente e raggiungere uno stato di benessere in tutto il corpo.

Attività 2

Esercizi di Mindfulness

1. Una semplice pratica, quando si prova paura o panico, è quella di focalizzarsi sul proprio respiro – e solo su quello. Siediti e respira profondamente con lo stomaco. Fai delle espirazioni lunghe e senti come il lento ritmo del tuo respiro calma tutto il tuo corpo.

2. Un altro esercizio consiste nel focalizzarsi su una parte del proprio corpo che sta bene. Ad esempio se si ha mal di schiena mentre il piede, la mano o la gamba stanno benissimo ci si focalizza su di esse.

Concentrandosi sulle parti del corpo che stanno bene si può notare come cambiano la nostra percezione e le nostre sensazioni.



L'invisibilità del coronavirus e dei cambiamenti climatici

Paura e ansia sono emozioni che spesso emergono quando si parla o pensa alla crisi climatica. Pensare a questi effetti può sopraffare e può essere spaventoso riflettere a fondo su queste sfide.

I cambiamenti climatici sono un problema globale, quindi – come per il Covid-19 – un'esperienza di grande incertezza che mette paura. Così come il coronavirus, I cambiamenti climatici non sono direttamente visibili. Possiamo vivere eventi meteorologici estremi, ma non possiamo vedere le emissioni di gas serra, così come possiamo avere i sintomi del coronavirus, ma non vedere il virus.

Fortunatamente possiamo cambiare il modo in cui pensiamo e sentiamo i cambiamenti climatici e passare dall'ansia alla responsabilizzazione. È d'aiuto conoscere in modo più approfondito il problema, ma anche partecipare attivamente alla soluzione. Le pratiche di Mindfulness sono d'aiuto.



Esplora il nostro prossimo tema

PARTE 3 | **PROSPETTIVE**

Quali sono le connessioni
tra chi è più toccato dai
cambiamenti climatici e dal
coronavirus?