دراسة: المساحات الخضراء تقلل من خطر اضطراب فرط الحركة لطفلك

اظهرت دراسة حديثة نشرها موقع "Post Psy" علاقة إيجابية بين التعرض للمساحات الخضراء المغطاة بالأشجار وانخفاض احتمالية تشخيص اضطراب نقص الانتباه وفرط النشاط لدى الأطفال.

وتركز الدراسة على كيفية تأثير البيئات الطبيعية على النمو العصبي، مشيرة إلى أن زيادة المساحات الخضراء في المدن يمكن أن تعزز الصحة العقلية للأطفال.

فقد شملت الدراسة، التي كانت جزءًا من مشروع "NeuroSmog" 689 طفلًا تتراوح أعمارهم بين 10 و13 عامًا في جنوب بولندا.

وأظهرت النتائج أن:"تغطية الأشجار مرتبطة بزيادة النشاط البدني، مما قد يؤدي إلى تقليل خطر اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه، على الرغم من عدم وجود علاقة مباشرة بين المساحات الخضراء والتشخيص".

وكما أشار الباحثون إلى أن:"وجود حديقة في المنزل يعزز إدراك المساحات الخضراء والتماسك

الاجتماعي، وهو ما قد يؤدي دورًا في تحسين الصحة النفسية العامة".

وخلصت الدراسة إلى أن:"تعزيز المساحات الخضراء، خاصة الغطاء الشجري، في التصميم الحضري يمكن أن يدعم النمو العصبي للأطفال ويقلل من تأثير اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه".