

Giovani e dipendenze, i consigli degli esperti del Bambino Gesù

In Italia il **20% dei giovani tra i 15 e i 34 anni consuma frequentemente alcolici**, il **16% fuma** fino al compimento dei 24 anni e il **19% ha consumato cannabis** nell'arco di un anno. Inoltre è **del 49% la percentuale dei giovani tra i 14 e i 19 anni che hanno giocato d'azzardo almeno una volta all'anno**. Sono alcune statistiche sulle dipendenze giovanili presentate nel nuovo numero di **'A Scuola di Salute'** (fonti: Osservatorio Europeo sulle droghe, Doxa, Istat, Nomisma e Unipol), a cura dell'**Istituto Bambino Gesù per la Salute del Bambino e dell'Adolescente**. Il magazine, diretto dal professor **Alberto G. Ugazio**, riporta una serie di informazioni sui danni dalle dipendenze e pubblica alcuni consigli degli esperti su come fronteggiare i rischi a cui si può andare incontro.

I PERICOLI DELL'ALCOL

L'alcol assume il **ruolo di facilitatore** poiché i suoi effetti, in apparenza, possono aiutare il ragazzo a superare ansie e paure. Allo stesso tempo, però, un'assunzione reiterata nel tempo può originare segni evidenti di **malessere psico-fisico** e **comportamenti pericolosi**. Negli ultimi tempi si è diffuso il **'binge drinking'**, il consumo di 6 o più bevande alcoliche in un'unica occasione.

Indagini recenti hanno mostrato che l'uso di alcol è frequente già tra gli 11 e i 15 anni di età, nonostante in ambito medico se ne raccomandi il divieto almeno fino ai 16 anni. "Solo a partire da questa età, infatti- si legge sul magazine digitale 'A Scuola di Salute'- l'organismo sarà in grado di metabolizzarlo in modo corretto. Genitori e insegnanti dovranno mettere al corrente i ragazzi sui rischi legati all'uso dell'alcol. Nei casi più gravi ci si dovrà rivolgere a uno specialista".

PERCHÉ IL FUMO IN ADOLESCENZA

Si tratta di un **passaggio critico nella vita dei ragazzi**. Viene abbandonato il ruolo di bambino in famiglia e si costruisce una nuova identità, come adulto, nella società. All'interno di questi cambiamenti il fumo potrebbe assumere un ruolo di facilitatore nell'inserimento del **gruppo dei pari**, una specie di rito di iniziazione. "E' opportuno distinguere tra **uso saltuario e dipendenza**, caratterizzata da un forte desiderio di fumare e che distrae il ragazzo dai propri impegni quotidiani", spiegano gli esperti del Bambino Gesù di Roma.

Le sigarette confezionate, a mano o elettroniche, sono comunque tutte nocive. "E' importante **non giudicare o rimproverare il ragazzo**— proseguono— ma ascoltare e capire se si tratta di un gesto per emulare i compagni oppure una richiesta di aiuto o di automedicamento per alleviare un disagio". In seguito "sarà opportuno cercare insieme **strategie alternative** che permettano di sperimentare una sensazione di benessere, avvalendosi di specialisti". Infine, per essere ascoltati è necessario **"dare il buon esempio"**.

LA CANNABIS

Secondo i dati del 2017 dell'Osservatorio europeo delle Droghe e delle Tossicodipendenze, **la cannabis è la sostanza stupefacente più consumata al mondo. In Europa ne fanno uso quasi 90 milioni di persone:** di queste, 17 milioni di età compresa tra i 15 e i 34 anni dichiarano di averla consumata almeno una volta nell'ultimo anno. Secondo una ricerca del 2014, pubblicata sulla rivista scientifica The Lancet Psychiatry, il 17% dei consumatori adolescenti in seguito diventa dipendente. Si arriva al 50% quando viene consumata ogni giorno.

In genere la sostanza viene assunta attraverso il fumo con il coinvolgimento immediato del sistema cardio-respiratorio. Il più importante principio attivo della cannabis, il Delta 9 Tetraidrocannabinolo (THC), agisce su diverse zone del cervello e causa, tra gli altri, effetti negativi su memoria e apprendimento, nonché sui sistemi di regolazione dei movimenti.

“Genitori e insegnanti- spiegano i medici del Bambino Gesù- debbono essere consapevoli che l'abuso di cannabis è tra i principali fattori di rischio di **malattia psichiatrica** e devono sapere riconoscere alcuni segnali indicatori. Tra questi troviamo **modificazioni del comportamento** e **iperemia congiuntivale** (il classico arrossamento oculare). Sono inoltre chiamati a mettersi al fianco degli adolescenti e a mettere da parte toni giudicanti e atteggiamenti repressivi. E' bene suggerire loro modalità più sane per rilassarsi e far passare il messaggio che per essere accettati dagli altri non sempre bisogna essere euforici o disinibiti”.

GIOCHI ONLINE

Si tratta di dipendenze senza sostanze e rientrano in quella più ampia da internet. “In generale- dicono i medici dell'Ospedale Pediatrico della Santa Sede- sono tre i sintomi fondamentali su cui si basa ogni forma di dipendenza, compresa anche quella da gioco: il **craving**, il desiderio improvviso di assumere una sostanza, l'**astinenza** (irrequietezza con sintomi fisici e psicologici se non si riesce a giocare) e la **tolleranza**, intesa come un aumento progressivo del tempo di gioco con disinteresse verso gli hobby precedenti”.

La **perdita del senso di realtà**, lo sviluppo di **sintomi dissociativi** e il **ritiro sociale** sono le prime conseguenze pericolose causate dall'assorbimento nei mondi virtuali, ma spesso è anche associata l'obesità. “Per fronteggiare la dipendenza è fondamentale non sottovalutarne l'entità e avviare interventi terapeutici specifici in strutture che forniscano servizi psicologici a sostegno del giocatore e del suo nucleo familiare”.

GIOCHI D'AZZARDO

I dati su questa dipendenza sono allarmanti. Secondo l'Osservatorio nazionale sulla Salute dell'Infanzia e dell'Adolescenza, in Italia **il 20% dei ragazzi tra i 10 e i 17 anni frequenta agenzie di scommesse** e il 25% dei più piccoli (di età compresa tra i 7 e i 9 anni) usa la propria 'paghetta' per lotterie e 'gratta e vinci'. Il gioco diventa pericolo quando si perde la capacità di stabilire e rispettare un determinato limite di tempo e denaro da impiegare.

“Tra i segnali indicatori da osservare troviamo l’interesse continuo per il gioco d’azzardo, disinteresse verso attività scolastiche e ricreative, frequenti assenze ingiustificate, disturbi del sonno e furti in casa. Anche in questo caso- concludono i medici del Bambino Gesù- l’attenzione da parte della famiglia è fondamentale.

www.dire.it, 15 gennaio 2018