

“Giovani, come va?”

La salute e i comportamenti degli allievi ticinesi tra gli 11 e i 15 anni

di Andrea Gianinazzi*

Il destro per tornare a parlare della salute degli allievi ticinesi tra gli 11 e i 15 anni ci viene dalla non più recentissima pubblicazione di un opuscolo divulgativo sui risultati emersi dall'indagine svolta nel 2006, mentre siamo in attesa dei dati relativi all'indagine condotta nel corso di quest'anno. Lo studio è organizzato ogni quattro anni sul piano internazionale¹ e ha l'obiettivo di mettere a confronto i comportamenti dei giovani adolescenti tra gli 11 e i 15 anni rispetto alla salute. In Svizzera hanno preso parte all'indagine 22'000 allievi. Piuttosto che redigere, come si è fatto in passato, un voluminoso rapporto scientifico, si è preferito riassumere i principali dati in un opuscolo di facile lettura e accessibile anche ai diretti interessati.

Il contenuto dell'opuscolo è frutto della collaborazione tra il Dipartimento della sanità e della socialità (Ufficio di promozione e di valutazione sanitaria e Ufficio del medico cantonale) e il Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport (Ufficio del monitoraggio e dello sviluppo scolastico, già Ufficio studi e ricerche). L'obiettivo principale è quello di far conoscere ai giovani i risultati delle informazioni che hanno trasmesso mettendosi a disposizione e rispondendo ai questionari dell'inchiesta. Si tratta inoltre di commentare questi risultati, aiutando a interpretarli e suggerendo anche consigli e spunti di riflessione per affrontare alcuni problemi evidenziati e promuovere la salute. L'opuscolo è destinato ai giovani e a tutti coloro che se ne occupano (genitori, docenti, responsabili di movimenti giovanili, professionisti della salute, del sociale, dell'educazione e della formazione, decisori e politici).

I dati descritti nel testo riguardano l'inchiesta del 2006 e concernono 1'136 allievi dagli 11 ai 15 anni di alcune scuole scelte in modo casuale nel Cantone Ticino. La descrizione si concentra su tre temi intitolati: “io con me”, “io con gli altri” e “io con il rischio”. Nel primo tema si trovano argomenti riguardanti la salute in generale, l'alimentazione, l'aspetto fisico e i passatempi dei giovani. Nel secondo sono descritti i dati emersi dagli intervistati sulla scuola (ambiente, violenza, bullismo, ...), sulle attività sportive, sul rapporto con gli amici e sulla



sessualità. L'ultimo capitolo contiene le informazioni riguardanti l'eventuale consumo di alcol, tabacco e droghe.

Io con me

È interessante notare come si evidenzia da subito una differenza tra gli stati emotivi del giovane a seconda che si tratti di un ragazzo o di una ragazza. Le ragazze si percepiscono più fragili, si sentono sovente sole e molto più spesso soggette a disturbi dell'umore: più tristi, nervose, stanche, preoccupate e arrabbiate rispetto ai coetanei

maschi. Più di 4 ragazze su 10 hanno, ogni settimana, mal di testa e/o difficoltà ad addormentarsi.

Fra i giovani, inoltre, vi è scarsa attenzione al modo di alimentarsi. Poca frutta e verdura, sostituite da bevande dolci (1/4 del campione ne fa un uso giornaliero) e cibo spazzatura (chips, hamburger, hot-dog, eccetera).

Un campanello d'allarme anche lo scarso movimento, soprattutto per le ragazze (1/4 di loro sono praticamente inattive). L'attività fisica, come è facile presupporre, è sostituita da diverse ore

passate davanti alla televisione oppure a uno schermo di un computer o di un videogioco, più di 2 ore al giorno per circa il 40% del campione analizzato.

lo con gli altri

Positivi in linea di massima i dati legati al rapporto con gli altri. La stragrande maggioranza dei giovani del campione non ha mai partecipato a una rissa. Tuttavia entrando nello specifico di alcune problematiche, oggi molto sentite, vediamo come, in particolare tra i ragazzi, emergano i casi di bullismo. Soprattutto pare però allarmante un dato: durante l'ultimo anno, il 12,3% dei ragazzi è andato a scuola armato. Forse a questo riguardo bisognerebbe fare dei distinguo nelle prossime indagini e valutare attentamente che cosa si intenda per “armato”. Nel corso di animazioni condotte nelle scuole medie abbiamo chiesto di commentare questo dato e alcuni ragazzi hanno mostrato un coltellino svizzero: per loro quello è un oggetto di uso comune, anche se è un'arma in potenza, ma occorre dire che in potenza tutto può diventare un'arma. Tema da approfondire quindi!

Per quanto riguarda la vita sessuale, solo un ragazzo su cinque e una ragazza su dieci hanno già avuto un rapporto sessuale. Comunque, per quelli che hanno già avuto la prima esperienza, preoccupa il fatto che in media uno su cinque, vale a dire circa il 20%, non abbia usato il preservativo durante l'ultimo rapporto sessuale.



Foto TiPress/F.A.

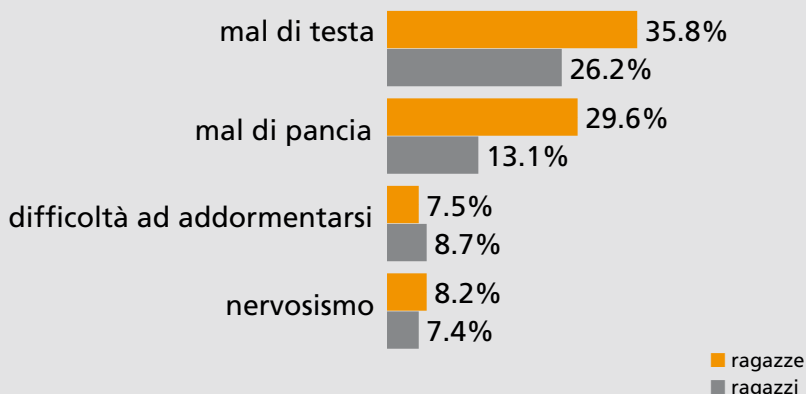
lo con il rischio

Alcuni giovani bevono, fumano e fanno uso di sostanze stupefacenti. In percentuali differenti e con delle puntualizzazioni, tuttavia è giusto riconoscere che il mondo dei giovani non è esente dai rischi che lo circondano. In media, la metà del campione ha fatto uso di bevande alcoliche anche se pochissimi ne abusano. Lo stesso per quanto riguarda il fumo. Molti hanno provato, ma la stragrande maggioranza (90%) non fuma. Resta preoccupante il consumo di marijuana e hashish, che tocca soprattutto i ragazzi: quasi un intervistato su quattro dice di aver-

ne consumato, il doppio rispetto alle ragazze. Colpisce infine l'aumento del consumo di droghe pesanti come stimolanti, ecstasy, eroina, cocaina, LSD e similari. Più di un ragazzo su 100 dice di averne già fatto uso.

Nell'insieme si osserva che la maggioranza dei giovani fra gli 11 e i 15 anni di età sta bene e ha un comportamento di vita sano. Emerge tuttavia che un numero non indifferente di giovani (circa un terzo) adotta già comportamenti poco equilibrati e dannosi per la propria salute (in termini di alimentazione, di attività fisica, di consumo di medicinali, di sostanze nocive per la salute o di altri comportamenti a rischio). È quindi sempre importante ricordare quali sono i comportamenti sani e incoraggiarli.

Negli ultimi 30 giorni hai preso farmaci contro...



Nota

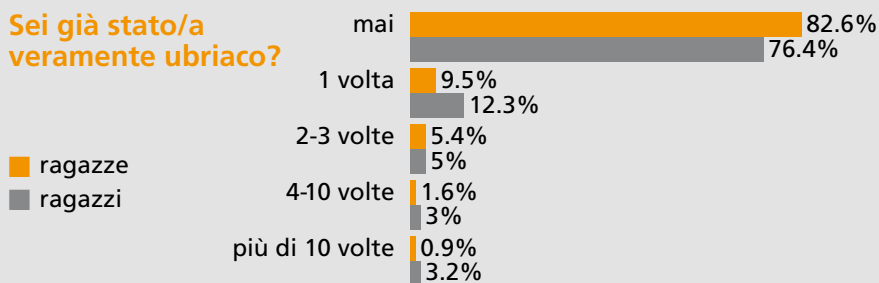
1 Si tratta dell'inchiesta internazionale *Health Behaviour in School-Aged Children* (HBSC) promossa dall'Organizzazione mondiale della sanità (OMS). A questa indagine che verte sulla salute e sui comportamenti degli allievi dagli 11 ai 15 anni partecipano attualmente 41 paesi europei, oltre al Canada e agli Stati Uniti. In Svizzera l'inchiesta è coordinata dall'Istituto svizzero per la prevenzione dell'alcolismo e di altre tossicomanie (ISPA), ora Addiction Info Suisse, che partecipa a questo progetto dal 1986. L'Ufficio di promozione e di valutazione sanitaria del DSS e l'Ufficio del monitoraggio e dello sviluppo scolastico del DECS collaborano all'attuazione dell'inchiesta nel Cantone Ticino.

L'opuscolo può essere richiesto gratuitamente all'Ufficio di promozione e di valutazione sanitaria, via Orico 5, 6500 Bellinzona.

È altresì scaricabile dal sito www.ti.ch/DSS/DSP/SezS/pdf/ISPA_giovani_2009.pdf

* Collaboratore scientifico presso l'Ufficio di promozione e valutazione sanitaria del DSS

Sei già stato/a veramente ubriaco?



L'opuscolo è uscito sul finire dell'anno scolastico scorso e, proprio all'inizio di giugno, sono giunte al nostro Ufficio (Ufficio di promozione e valutazione sanitaria, DSS) alcune considerazioni critiche puntuali da parte di una docente di scuola media, Sara Delucchi. Riteniamo opportuno segnalarle con anche le nostre risposte.

Sono una docente di scuola media che ha avuto il piacere di leggere il vostro opuscolo "Giovani, come va?". Tengo a esprimere una riflessione a riguardo. Premetto che condivido gli interventi educativi con rinforzi positivi. Penso però che non si debba elogiare chi assume comportamenti ritenuti normali. Cercherò di spiegarmi riferendomi al vostro scritto.

"Bravi! La maggior parte di voi quando va a scuola non ha comportamenti aggressivi e/o illegali e soprattutto nessuna ragazza e pochi ragazzi hanno dichiarato di aver portato un'arma a scuola" (p. 25). Mi sorge spontanea una domanda: ma come "bravi!"? Non dovrebbe essere normale? Non è forse preoccupante che il 12,3% dei ragazzi sia andato a scuola armato (e di cosa tra l'altro?) e il 20,6% abbia rubato durante i 12 mesi antecedenti al sondaggio?

È sempre molto difficile restituire i dati di una ricerca svolta presso un gruppo di popolazione e ciò è particolarmente vero per indagini che riguardano i comportamenti giovanili. Si è sempre in bilico tra un atteggiamento paternalistico di chi giudica che cosa è giusto e che cosa non lo è e un atteggiamento di eccessiva comprensione che può anche arrivare a una sorta di giustificazione. Questo opuscolo è un po' figlio di una realtà comunicativa dove in generale si tende a colpevolizzare sistematicamente i giovani come se fossero i responsabili e non le vittime del disagio provocato dal nostro

modo di vivere. Anche sui dati e sulla formulazione delle domande bisognerebbe discutere e operare dei distinguo che non mancheremo di far presenti in occasione della prossima indagine: "andati a scuola armati". Questo aspetto andrebbe approfondito e meglio valutato perché molti ragazzi hanno nello zaino un coltellino che potrebbero aver considerato un'arma. Ma allora in tutte le economie domestiche esistono armi. È l'intenzionalità che fa di un oggetto un'arma, non l'oggetto stesso. Qui la domanda era forse davvero troppo ambigua.

"È incoraggiante vedere che la stragrande maggioranza di voi dice di non essere mai stato veramente ubriaco in vita sua" (p.31). Mi preoccupa molto pensare che, secondo la statistica, nella mia sede circa 6 allievi/e sono già stati/e ubriachi/e più di 10 volte...

Certo è preoccupante che una parte di ragazzi e di ragazze sia già stata ubriaca più di dieci volte. Per anni siamo stati concentrati sul consumo delle sostanze illegali e non ci siamo accorti che l'alcol stava diventando la droga più pericolosa e più diffusa anche con la complicità di noi adulti. Questa è la realtà che emerge e chi non vi si adegua merita un incoraggiamento: non è vero che tutti bevono e tutti fumano. Ve ne sono anche che non fumano e non bevono e sono la maggioranza: bravi, quindi. Il messaggio di conformità è dunque non bere.

"Il consumo di sostanze illegali da parte dei ragazzi di 14 o 15 anni è fortunatamente piuttosto basso, anche se in aumento rispetto ai dati di 10 anni fa" (p. 35). Francamente il consumo di hashish non mi sembra piuttosto basso: il 22,4% dei ragazzi!

L'hashish resta la sostanza illegale più consumata dai giovani e questo dato trova conferma in tutti i paesi dove è stata svolta l'indagine. Bisogna insistere sull'importanza di non consumarne per gli effetti deleteri che può avere (ritardo nello sviluppo cognitivo, deficit nella formazione, rischi di scompensi psicotici, ecc.). Rispetto al "tutti i ragazzi fumano" che leggevamo sui giornali negli scorsi anni, questo dato è tranquillizzante anche perché riguarda la prevalenza a vita (ho fumato almeno una volta). Si tratta quindi di un fenomeno puntuale legato a momenti particolari (feste, viaggi). Da approfondire e comunque da non banalizzare.

Non vorrei sembrare pessimista ma non vorrei nemmeno che si minimizzassero dati che ritengo preoccupanti. Va bene far passare ai giovani il messaggio che sono "bravi" e che i loro comportamenti perlopiù vanno bene perché vale per la maggior parte di loro. Però bisognerebbe anche dire in modo forte che certi comportamenti non vanno assolutamente bene, se anche "solo" un ragazzo o una ragazza di quarta media della mia sede ha assunto eroina non ho di che essere felice!

Condividiamo le sue perplessità, ma pur con tutta la buona volontà non si riesce a impedire che vecchie e nuove sostanze arrivino sul mercato. Dobbiamo insistere sulle persone, sul loro senso critico e sulla forza di resistere al gruppo. Qui il ruolo principale è degli educatori, genitori in primis: dire di no all'acquisto di un telefonino – per fare un esempio – è frustrante sia per chi dice di no sia per chi deve accettare una risposta negativa. Il consumo di eroina in questa fascia di età è oggi praticamente inesistente: anche in questo caso, però, bisognerà approfondire il discorso.