

Benessere ● genitori e figli

Con la consulenza del prof.

CLAUDIO MENCACCI,



Primario di Psichiatria ASST Fatebenefratelli - Sacco, Milano, Presidente Società Italiana di Psichiatria.

E con la consulenza del prof.

EUGENIO AGUGLIA,



Professore di Psichiatria all'Università degli Studi di Catania, Presidente Società Italiana di Neuropsicofarmacologia.

Non solo droghe

Dilagano le dipendenze

I genitori sono impreparati ad affrontare con i loro figli il tema degli abusi di sostanze

di Angela Cotticelli

Come può accadere che alle feste di scuola media ci siano birre al posto dell'aranciata? O che accompagni un figlio in discoteca e vai a riprenderlo al Pronto soccorso in coma etilico? Per molti genitori esiste un momento in cui i dati allarmanti che coinvolgono i giovani smettono di essere un numero e iniziano a essere un problema. Sempre più spesso i minori ricorrono ad alcol e droghe per "sperimentare sensazioni di piacere e per sentirsi a proprio agio nel trascorrere una serata con i coetanei, eliminando le inibizioni e le barriere psicologiche". È quanto emerge da uno studio condotto da *Doxa Kids* per Telefono Azzurro. Tra i motivi che inducono alla dipendenza, ci

sono l'insuccesso scolastico, una lite familiare, per fare qualcosa di diverso in gruppo o, al contrario, o per non sentirsi diversi dai propri amici, per assomigliare agli adulti, per noia, curiosità o desiderio di rilassarsi. **Alcool, cannabis e altre sostanze psicoattive sono spesso un mezzo per evitare l'ansia e la paura legate al presente e al futuro.** "I genitori devono affrontare il problema senza drammatizzazioni. Occorre aprire un dialogo con il giovane, non un braccio di ferro. Bisogna prendere consapevolezza e non far finta di niente. È importante rivolgersi a uno psichiatra per comprendere se, dietro alla dipendenza, si nasconde un disturbo psichico, come avviene nel 75% dei casi" sottolinea il professor Mencacci.



Come scoprirla

DROGHE

Secondo uno studio condotto dall'IFC (Istituto di Fisiologia Clinica del CNR, Consiglio Nazionale delle Ricerche) "il 27% degli studenti italiani ha utilizzato almeno una sostanza illegale: di questi, l'85% ha fatto uso di una sola sostanza e circa il 15% possono essere considerati policonsumatori, cioè hanno usato 2 o più sostanze illecite durante l'anno. Il genere maschile è più esposto al consumo".

Se in passato droghe come eroina e cocaina creavano isolamento ed emarginazione per chi le consumava, oggi vengono assunte con l'obiettivo di integrarsi. Secondo il professor Eugenio

Aguglia: "Parliamo di 'solitudine sociale', cioè rendersi partecipi di un gruppo anche se deviante, accettandone le regole".

L'eroina viene "fumata", come anche la cocaina, legando così il consumo della sostanza illegale a un gesto socialmente "accettabile"; inoltre cocaina e altri psicostimolanti, come anfetamine ed ecstasy, vengono consumati nelle occasioni di divertimento, oppure per annullare la fatica, migliorare le prestazioni scolastiche o lavorative e aumentare le capacità relazionali. Secondo l'indagine *Doxa Kids*, i contesti in cui i ragazzi fanno uso di droghe sono i luoghi pubblici come i parchi o i giardini (42%),

seguiti dalla discoteca (40,5%), dai locali pubblici (11%), scuola (3,3%) e casa (3%).

Lo studio IFC mostra la correlazione tra l'utilizzo frequente di cannabis, ovvero 20 o più volte nel mese, con il bere (5 o più unità alcoliche) in un tempo ristretto, con il fumare quotidianamente sigarette così come l'aver assunto sostanze psicoattive sconosciute. I "frequent user" di cannabis hanno inoltre una maggiore probabilità di giocare d'azzardo.

ALCOL

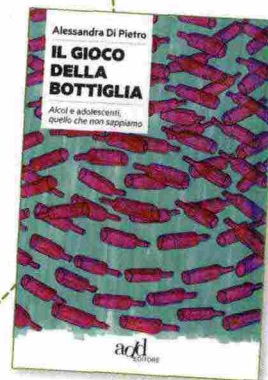
La metà degli adolescenti si è ubriacato almeno una volta e di questi il 33,2% almeno una

volta nell'ultimo mese, il 16% tre o più volte. L'uso di alcol è più diffuso nei luoghi legati al divertimento, come le discoteche e i locali pubblici, per il 46% e il 40% dei ragazzi, e nel tempo libero in piazze o parchi, per l'8%. Il 5% dichiara di consumare alcol a casa e il 2% a scuola. In Italia, in linea con la tendenza internazionale, l'assunzione di alcolici risulta più diffusa tra le femmine rispetto ai maschi (56,9% contro il 44,7%), soprattutto se si considerano i superalcolici. Per le ragazze l'abuso rappresenta in alcuni casi un modo per gestire emozioni negative e stati di sofferenza, in altri lo strumento per cercare visibilità, alleanze e



IL GIOCO DELLA BOTTIGLIA

Nel volume pubblicato da Add Editore, Alessandra Di Pietro indaga il fenomeno del consumo alcolico tra i minori attraverso le loro storie ed esperienze raccontate in prima persona e gli interventi di esperti: psicologi, sociologi, epidemiologi, forze dell'ordine. **Non basta dire ai ragazzi che l'alcol fa male perché smettano di bere** e nessun genitore vuole vedere il proprio figlio perdersi dentro un bicchiere. **C'è un modo efficace per spiegare loro che è meglio non farlo?** Con il rigore dei dati più aggiornati, il libro ridisegna le reali proporzioni del fenomeno, individua i punti di pericolo e vulnerabilità dei nostri figli, offre spunti, idee e riflessioni per prevenire e intervenire se l'alcol diventa una relazione pericolosa.



INCHIODATI A INTERNET

Chi supera le 5 ore in Rete è a rischio

Oltre il 97% degli studenti è connesso. Le attività che inchiodano i ragazzi di fronte a uno schermo sono per lo più la partecipazione ai social network e le chat: 1 su 3 dedica meno di mezz'ora al giorno e il 38% da 1 a due ore. Il 23%, per la maggioranza ragazze, rimane collegato a chat e social almeno tre ore al giorno. Va sottolineato che **coloro che superano le 5 ore al giorno, in percentuale il 13%, guardano anche più TV e sono in sovrappeso o obesi**. Tra i disagi rilevati: si sentono insoddisfatti di se stessi, non si sentono sostenuti da amici e dai genitori e subiscono uno scarso controllo da parte di papà e mamma.

I CAMPANELLI D'ALLARME

"L'adolescente che supera le 5 ore in Rete sviluppa un legame perverso con il computer, che catalizza completamente la sua attenzione e il suo tempo" evidenzia il professor Aguglia.

"Non partecipa alla vita familiare ed è molto freddo da un punto di vista affettivo. Questo ha conseguenze sul rendimento scolastico e sul funzionamento relazionale. È come se fossero prigionieri di se stessi. Escono dalla camera solo se devono andare in bagno o in cucina per mangiare". Anche in questo caso è necessario affrontare il problema con uno psichiatra.

riconoscimento sociale.

Va evidenziato che, in taluni casi, gli effetti dell'alcol vengono usati dalle ragazze per perdere peso: **la "drunkoressia" è l'abitudine di digiunare per poi consumare alcolici**, un comportamento che prevede il digiuno per compensare le calorie assunte successivamente tramite alcool. Questo dato è particolarmente preoccupante visto che le ragazze metabolizzano l'alcol diversamente, sono maggiormente a rischio di problemi medici, per esempio cardiaci.

I CAMPANELLI D'ALLARME

"Nel caso dell'uso di alcol come per le droghe, si assiste a un cam-

bio di atteggiamento. Cresce nel giovane l'irritabilità, il nervosismo, accompagnato da una maggiore reattività. **Tende, inoltre, a non rispettare le regole prima accettate e si riduce immediatamente il rendimento scolastico**.

Quando la dipendenza va oltre, iniziano i furti di bassa entità: spariscono 10 euro dal portafogli della mamma e piccoli oggetti in casa che vengono rivenduti per procurarsi i soldi e acquistare le droghe" sottolinea il professor Aguglia.

"Per evitare di far cronicizzare il sintomo, meglio rivolgersi allo psichiatra per capire quale maledere si nasconde dietro la dipendenza".

SCHIZOFRENIA E STUPEFACENTI

I casi di schizofrenia in Italia sono circa 500 mila ogni anno e un dato che desta preoccupazione è che **il 14% di tutti i casi di agitazione psicomotoria sono dovuti all'abuso di sostanze stupefacenti**. Secondo la SIP (Società Italiana di Psichiatria) l'uso forte e continuativo di cannabis si associa a un rischio doppio o quadruplo dello sviluppo di schizofrenia. In realtà non sappiamo se la cannabis è la causa o la

conseguenza di questa patologia, in taluni casi utilizzata dal paziente per attenuare i sintomi della malattia. Nei pazienti che manifestano agitazione si assiste spesso a una escalation: si passa da nervosismo, irrequietezza, angoscia e panico a uno stato in cui si manifesta l'aggressività all'esterno con insolenza verbale, ostilità e difficoltà nel controllare gli impulsi. La persona diventa sempre meno collaborativa e aumenta il rischio di violenza.