

Intervista a: **Sabrina Molinaro - Ph.D. Research Director Epidemiology and Health Research Lab, Institute of Clinical Physiology, IFC National Research Council of Italy, CNR.**

1. Dopo il periodo pandemico, quali sono stati i cambiamenti più significativi rispetto ai comportamenti a rischio da indagare tra i giovani?

Il COVID-19 ha avuto un impatto profondo nella vita di tutti noi, senza eccezioni. Gli adolescenti, che hanno attraversato il periodo pandemico, negli anni successivi hanno manifestato una serie di comportamenti a rischio in misura crescente, riflettendo le conseguenze negative di quell'esperienza e le sue profonde ripercussioni.

Secondo i dati ESPAD®Italia, negli anni post-pandemia si è registrato un aumento dei consumi di tutte le sostanze illegali, ad eccezione della cannabis, che dopo un riallineamento ha mostrato una leggera diminuzione. Durante la pandemia, il consumo di queste sostanze aveva subito un calo significativo, principalmente a causa delle restrizioni che limitavano la possibilità di uscire di casa. Tuttavia, con la fine del lockdown, i consumi sono risaliti rapidamente, raggiungendo livelli che non si vedevano da molti anni prima della pandemia. Per quanto riguarda alcol e tabacco, si osserva un aumento costante, accompagnato da un incremento degli episodi di eccesso, come le ubriacature e il binge drinking. Allo stesso tempo, si diffondono sempre di più i nuovi prodotti per il consumo di nicotina, come le sigarette elettroniche, mentre nel 2024 fanno il loro ingresso sul mercato le nicotine pouches, a base di sali di nicotina. Anche le dipendenze comportamentali, come il gioco d'azzardo, il gaming e l'uso di internet, che durante il periodo pandemico avevano mantenuto prevalenze stabili, hanno mostrato una crescita significativa negli anni successivi, seguendo un andamento simile a quello delle sostanze psicoattive.

Il lockdown, inoltre, ha avuto un impatto profondo sul benessere emotivo degli adolescenti, aumentando i livelli di ansia e il bisogno di controllo. Questi stati d'animo, già accentuati dal contesto pandemico, si sono aggravati in un periodo in cui la rete sociale e il supporto familiare risultano spesso meno presenti rispetto al passato. Oggi, infatti, il ruolo della famiglia non è più totalizzante, ma si inserisce in una complessa rete sociale frammentata, che non sempre riesce a offrire agli adolescenti una base sicura e stabile su cui fare affidamento.

2. Comparando la situazione dei consumi di sostanze illegali e legali agli inizi degli anni duemila con quella odierna, come sono cambiati i modelli di consumo delle ragazze, si sono avvicinati a quelli maschili o rimangono distinti?

Indubbiamente la situazione dei consumi di sostanze illegali e legali da parte degli adolescenti dall'inizio degli anni duemila ad oggi è molto cambiata e i dati ESPAD®Italia ci danno un'idea di questo andamento. Per quello che riguarda il consumo di sostanze illegali il comportamento dei ragazzi tende ad un consumo maggiore rispetto a quello delle ragazze e questa differenza di genere rimane visibile anche oggi, ma ciò che è cambiato è il divario di genere. Se prima, agli inizi degli anni duemila, i consumi dei ragazzi erano doppi o più che doppi rispetto a quelli delle ragazze adesso la differenza è molto minore. E se osserviamo le giovanissime 15enni e 16enni i consumi femminili sono addirittura superiori.

Per quanto riguarda l'uso di alcol e tabacco si è vista una vera e propria inversione, sono infatti le ragazze ad avere consumi più diffusi, sia per quanto riguarda gli alcolici che i prodotti del tabacco e della nicotina. Questo cambiamento riguardante i consumi di genere potrebbe farci pensare ad un cambiamento culturale e del ruolo sociale femminile. I consumi più alti da parte delle ragazze potrebbero legarsi non solo ad una possibilità di sperimentare di più, ma anche ad un minor controllo da parte dei genitori, più simile a quello esercitato sui ragazzi, ad una maggiore flessibilità nelle uscite, a più occasioni, di conseguenza, di trovarsi in situazioni sociali. L'assottigliamento delle differenze di genere potrebbe lasciar pensare anche ad un

passaggio da un ruolo femminile all'interno della nostra società ancora assoggettato alle stereotipie di genere ad un ruolo maggiormente paritario rispetto a quello maschile, che passa anche dalla possibilità di fare esperienza di uso di sostanze psicoattive come alcol e tabacco, considerando che culturalmente queste due sostanze sono socialmente accettate e spesso utilizzate come facilitatori.

3. Come si può interpretare l'aumento dell'uso degli psicofarmaci senza prescrizione tra i giovani?

Studi sulla popolazione europea mostrano come il consumo degli psicofarmaci sia soprattutto indirizzato verso categorie di farmaci specifici: analgesici, ipnotici, ansiolitici. Nel nostro studio ESPAD®Italia chiediamo ai ragazzi di riferire l'uso senza prescrizione medica sia per farmaci ipnotici e ansiolitici o che agiscono sull'umore (la classe delle benzodiazepine, per esempio), sia per altri tipi di farmaci dall'azione stimolante sul sistema nervoso (farmaci per l'attenzione, farmaci per la dieta). La prevalenza di consumo è la più alta mai registrata soprattutto nell'ultimo anno (il 12% dei ragazzi fa uso di psicofarmaci senza prescrizione medica), ma anche per il consumo frequente (che potremmo definire giornaliero). Sappiamo quindi che l'uso di psicofarmaci SPM aumenta in maniera costante, ma perché i ragazzi assumono queste sostanze? Quando chiediamo la motivazione sottostante al comportamento i ragazzi ci dicono per la maggior parte che l'uso è collegato al miglioramento delle prestazioni scolastiche, al miglioramento del proprio aspetto o allo stare meglio con sé stessi. I ragazzi stanno cercando un modo per aderire alle aspettative che sentono di dover soddisfare.

Gli adolescenti di oggi si trovano a vivere in un mondo che sembra far crescere sempre di più i livelli di ansia. Gran parte di questa pressione arriva sia dalla famiglia che dalla società, con aspettative che a volte sembrano irraggiungibili. Si trovano continuamente esposti a modelli "perfetti", spesso idealizzati, che sentono di dover seguire, sia nella vita reale che sui social. Questo continuo tentativo di aderire a standard sempre più alti, insieme alla sensazione di dover affrontare tutto da soli, li porta a sentirsi spesso inadeguati e a provare strade alternative alla richiesta di aiuto esplicita. In più, l'attuale situazione sociale ed economica non aiuta: aggiunge un senso di incertezza che rende ancora più pesante pensare al futuro. Gli adolescenti cercano di stare al passo con queste richieste, spesso spingendosi al limite pur di dimostrare di essere all'altezza, mentre provano anche a trovare un equilibrio per prendersi cura del loro benessere emotivo.

4. L'utilizzo dei videogame e dei social media si associa anche al consumo di sostanze?

Viviamo in un'epoca in cui internet e i videogame sono diventati parte integrante della quotidianità, soprattutto per le nuove generazioni. I dati ESPAD®Italia offrono una panoramica chiara sull'uso a rischio di questi strumenti, evidenziando come tra gli studenti l'utilizzo sia molto elevato e, in molti casi, difficile da gestire. Questa difficoltà di controllo è spesso associata a stati di malessere psicologico e ad altri fattori che delineano un vero e proprio profilo di rischio.

L'uso problematico di internet, ad esempio, si accompagna frequentemente a condizioni di ansia, disturbi psicologici e difficoltà nelle relazioni sociali. Queste fragilità possono spingere gli adolescenti verso comportamenti a rischio, come il consumo di alcol, l'uso improprio di psicofarmaci e persino la pratica del gioco d'azzardo.

Per quanto riguarda i videogame, il discorso è simile ma con alcune differenze importanti. L'uso a rischio di videogame, oltre ad avere un impatto sulle relazioni sociali e sulla salute mentale, tende ad essere più strettamente associato a comportamenti violenti, problemi legali e, ancora una volta, al gioco d'azzardo. Questo legame è particolarmente preoccupante, considerando che molti giochi includono meccaniche che incoraggiano o normalizzano pratiche simili a quelle del gambling.

Alla luce di tutto ciò, diventa fondamentale sensibilizzare le persone sull'importanza di un uso consapevole di internet e dei videogame. Non si tratta di demonizzare queste tecnologie, che spesso hanno aspetti

positivi, ma di promuovere un equilibrio che permetta di evitare le conseguenze negative associate a un uso non controllato.