

PROGETTO DI PREVENZIONE DELLE SOSTANZE PSICOATTIVE (ALCOL, FUMO, DROGA)

**ATTIVITÀ SVOLTA PRESSO:
ISS “M.O.L. Dal Cero”
Via Fiume, 28
37047 San Bonifacio (VR)
A. s. 2015-16**



Dott. Cristian Garbin
Psicologo Psicoterapeuta
Iscritto all'Albo degli Psicologi del Veneto n. 4193
Via Fogazzaro, 16
37047 San Bonifacio (VR)
Cell. 347 7122910

PREMESSA

È stato pubblicato nel 2010 il rapporto "I Giovani in Veneto", basato sui dati della ricerca Health Behaviour in School-aged Children (HBSC - Organizzazione Mondiale della Sanità) relativi agli stili di vita dei giovani tra cui: consumo di tabacco e di alcol, uso di cannabis e di altre droghe. Le stime rilevate mostrano un quadro preoccupante:

- per quanto riguarda L'USO DI TABACCO, si ha un incremento consistente di chi riferisce di aver provato a fumare al crescere dell'età sia a livello regionale che nella provincia di Verona. Si passa dalla media regionale del 6% degli 11enni, al 56% nei 15enni (53% per la provincia di Verona). Questa crescita interessa anche l'abitudine quotidiana al fumo anche se le percentuali sono meno elevate. I fumatori quotidiani sono a livello regionale lo 0.6% degli 11enni, il 2.6% dei 13enni e il 16% dei 15enni; nella provincia di Verona: l'1.4% degli 11enni, il 2.9% dei 13enni e il 14% dei 15enni.

- per quanto concerne l'ALCOL le statistiche mostrano un pericoloso incremento dell'abitudine al bere occasionale, un "eccesso ritualizzato" al di fuori dei pasti. Il consumo di alcol nel fine settimana è una pratica diffusa per il 7% degli 11enni della Regione del Veneto e per il 6% nella provincia di Verona. Nei 15enni le percentuali di chi beve durante i weekend è del 47% a livello regionale e pari al 49% nella provincia di Verona. Diffuso è il binge drinking e frequenti sono gli episodi di ubriachezza. La percentuale dei ragazzi che dichiara di essersi ubriacato 2 o più nel corso della vita è il 20% tra i 15enni (regione e prov di VR).

- l'USO DI DROGHE viene indagato solo nei quindicenni. Il 17% del campione regionale e della provincia di Verona dichiara di aver fatto uso di Cannabis nell'arco della vita. Il 14% dei ragazzi veneti e il 12% di quelli veronesi dichiarano di averne fatto uso negli ultimi 12 mesi. Per quanto riguarda cocaina e LSD le stime sono rispettivamente del 2% e del 3% per la Regione e del 3% e del 4% per la provincia di Verona.

Da questi dati si può comprendere come l'età media di inizio dell'uso di sostanze psicoattive si sia notevolmente abbassata. In particolare, per quanto concerne le sostanze legali ed illegali, di tipo cosiddetto "ricreazionale" (tabacco, alcol, ecstasy, marijuana), tale età si situa ormai nella fascia

preadolescenziale.

Queste stime rimandano l'importanza di realizzare progetti di prevenzione delle sostanze psicoattive rivolte a gruppi a rischio come i giovani adolescenti. I destinatari sono gli studenti della scuola secondaria di I° e II° attraverso azioni volte a veicolare informazioni scientificamente corrette circa gli effetti delle sostanze e i rischi correlati.

OBIETTIVI

1. Fornire informazioni scientifiche corrette sulle conseguenze dell'uso del tabacco, dell'alcool, dei cannabinoidi, della cocaina e dell'ecstasy e sulle caratteristiche di queste sostanze.
2. Favorire la coscienza critica ed un atteggiamento contrario all'uso di sostanze psicoattive.
3. Evidenziare le credenze e i luoghi comuni dei ragazzi relativi ad alcune sostanze psicoattive (alcol, tabacco, le cosiddette "droghe leggere").
4. Informare circa l'esistenza di comportamenti e situazioni (es. gioco d'azzardo etc.) in cui vi è rischio di dipendenza anche senza sostanze.

METODOLOGIA

Il progetto ha previsto la realizzazione di un incontro in-formativo di due ore con la presenza contemporanea di due classi III° dell'ISS "M.O.L. Dal Cero". Gli incontri sono condotti con una metodologia partecipativa alternando brevi spiegazioni a momenti di discussione e confronto.

Segue il calendario degli incontri:

Sede staccata		Sede centrale
Mercoledì 18 novembre ore 7:50 – 9:40 classi 3 Cit e 3 Dit	Giovedì 12 novembre ore 7:40 - 9:40 classi 3 Amt e 3 Bmt	Sabato 22 novembre ore 7:50 – 9:40 classi 3Ae e 3Be ore 9:50 – 11:40 classi 3Aco e 3AI

GLI INCONTRI CON LE CLASSI

Gli incontri sono iniziati fornendo ai ragazzi la definizione di “droga” secondo l'OMS e la spiegazione delle caratteristiche di queste sostanze, facendo cenno al meccanismo della dipendenza e alla pericolosità individuale e sociale. Ci si è soffermati in particolare sull'uso delle droghe legali quali alcol e tabacco e sulle nuove tendenze. Nel caso specifico delle bevande alcoliche particolarmente a rischio è il bere occasionale, smodato, fuori dai pasti. L'alcol viene ricercato perché sostanze psicoattiva, disinibente e euforizzante, allo stesso modo delle sostanze illegali, ma con una maggiore disponibilità e tolleranza da parte della società rispetto all'uso. È stata spiegata l'incompatibilità tra attività che richiedono attenzione e concentrazione (lavoro, studio, guida) e assunzione di droghe e alcol.

Si sono considerate le richieste dei ragazzi; le domande si sono incentrate sulle motivazioni che spingono i giovani a fare uso di alcol e tabacco e sugli effetti di queste sostanze sull'organismo nonché sull'esistenza di cure e terapie di disassuefazione (es. sigaretta elettronica). Altre domande hanno riguardato la differenza tra droghe leggere e pesanti e ancora sul tema della cannabis. Si è accennato al ritorno nel mercato dell'eroina e dell'abuso di psicofarmaci anche tra i giovanissimi, soprattutto donne, spesso senza ricetta.

Per rendere più interessante l'incontro, si sono mostrati i meccanismi di azione del fumo sull'organismo attraverso semplici strumenti (la beuta, i filtri etc.) che hanno suscitato vivo interesse da parte dei ragazzi. Si sono fatti vedere anche dei video circa la correlazione tra il fumo e

l'inquinamento ambientale soprattutto *indoor*.

Dunque, si sono considerate le conseguenze del fumo di sigaretta, in particolare quelle a breve termine come i danni estetici e la riduzione delle prestazioni sportive, aspetti cui i ragazzi tengono particolarmente. Stupore ha suscitato il costo economico della dipendenza da nicotina e i costi delle cure per i fumatori che si ammalano a causa delle sostanze tossiche e cancerogene a cui sono esposti quotidianamente attraverso il fumo di sigaretta. Si è accennato anche alle malattie fumo-correlate il cui rischio è spesso sottovalutato: pochi dei ragazzi erano a conoscenza del fatto che il fumo è la prima causa di morte evitabile nei paesi occidentali.

Infine, si è ritenuto opportuno fornire informazioni anche riguardo situazioni e comportamenti (gioco d'azzardo, dipendenza da internet e videogiochi, etc.) che hanno proprietà/qualità che favoriscono l'insorgere di relazioni di dipendenza patologica come ad esempio caratteristiche di piacere, facilità di accesso, ripetitività e automatismi nell'azione, capacità di indurre illusioni di controllo, etc. Le persone che soffrono di gioco d'azzardo patologico sono infatti più di due milioni e la ludopatia interessa sempre di più anche i giovani nonostante il divieto del gioco d'azzardo ai minori di anni 18.

CONCLUSIONI

Il clima degli incontri è stato sereno e partecipativo, questo ha reso possibile un confronto anche aperto e la condivisione di idee e pareri. Nello specifico dalle numerose domande è emersa chiaramente la necessità dei ragazzi di avere informazioni precise relativamente alle sostanze psicoattive.