

REGIONE
TOSCANA

Autorità Idrica Toscana

Confservizi
CISPel TOSCANAOPERA DELLA
PRIMAZIALE
PISANA

PHARMANUTRA



Come funziona una dipendenza

Tipologie, diffusione e cause

Forniamo alcuni dati su una delle dipendenze più diffuse nel nostro Paese, quella da alcool
CLASSE III E ISTITUTO COMPRENSIVO TONIOLO DI PISA

PISA

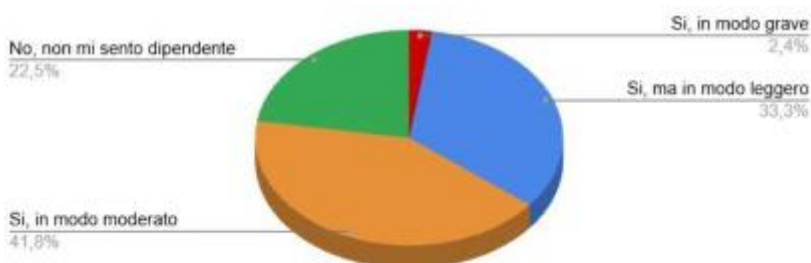
La dipendenza è una condizione psicologica di una persona che sviluppa un bisogno verso una sostanza, un'attività o un comportamento a prescindere dalle conseguenze negative che potrà avere sulla persona stessa. La dipendenza non è una mancanza di volontà o una cattiva abitudine; essa influenza il funzionamento del cervello che diventa incapace di prendere decisioni responsabili. Esistono diverse tipologie di dipendenza. Le più conosciute sono il fumo, le droghe, i farmaci usati in modo improprio e l'alcol. Ad esempio, nelle sigarette c'è la nicotina che attiva nel cervello il rilascio della dopamina (un neurotrasmettitore che fa provare piacere), motivo per cui se ne diventa facilmente dipendenti. Esistono anche dipendenze comportamentali, che non prevedono l'assunzione di sostanze. Alcuni esempi possono essere il gioco d'azzardo, internet, lo shopping compulsivo, il lavoro eccessivo, l'uso esagerato dei videogiochi. Queste attività diventano centrali nella vita della persona, ed è per questo motivo che queste dipendenze sono psicologicamente molto pericolose.

Le sostanze più diffuse sono il fumo e l'alcool, che sono socialmente accettate, ma, se consumate eccessivamente, possono causare gravi effetti sulla salute. Negli ultimi anni si stanno diffondendo nuo-

INDAGINE FRA I GIOVANI

Ti senti dipendente dai dispositivi elettronici?

Fonte: Osservatorio scientifico sull'educazione digitale, Movimento etico digitale



Alcuni dati sulle dipendenze fra i più giovani

vi e pericolosi tipi di droghe: ketamina, oppioidi, fentanyl e cocaina rosa. Secondo i dati pubblicati dall'Osservatorio Nazionale Alcol dell'Istituto Superiore di Sanità nel 2021 circa 7,7 milioni di italiani superiori a 11 anni hanno assunto quantità di alcol tali da esporre la propria salute a rischio, con 35.307 accessi al pronto soccorso, riconducibili all'abuso di alcol. Tra i giovani è diffusa la dipendenza da tecnologia, favorita dagli smartphone e dai social media. Il gioco d'azzardo è molto diffuso, ma sottovalutato. Oltre ad avere conseguenze psicologiche, esso crea anche problemi economici.

Le cause delle dipendenze sono spesso connesse tra loro. Le dipendenze possono derivare da fattori psicologici come stress, traumi, bassa autostima, difficoltà emotive, ansia e depressione, ma anche da fattori biologici come la predisposizione genetica e l'attivazione dei meccanismi cerebrali della gratificazione. Queste caratteristiche fisiche possono rendere alcune persone più vulnerabili. Un altro fattore scatenante è di natura sociale e culturale. Modelli familiari sbagliati, isolamento, facilità di accesso a sostanze illegali o comportamenti a rischio sono tutti fattori di possibile dipendenza.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

LA REDAZIONE

Tutti i nomi dei protagonisti

Questa pagina del Campionato di giornalismo, organizzato da La Nazione di Pisa, è stata realizzata dalla classe III E istituto comprensivo Toniolo di Pisa. Ecco tutti i nomi dei protagonisti: Antonelli Pietro, Berberi Rei, Coi Gemma, De Vitis Elisabeth, Filastro Mariateresa, Giovacchini Sotgiu Giulio, Guarini Mattia, L'Kenfaoui Aisha, Lagaxo Elena, Llica Maxim Daniel Mathias, Marsili Martina Lucia, Mochi Gemma, Parenti Alessandro, Piz Giulio, Tardelli Gabriele, Vanni Margherita. Docenti tutor professor Luigi Peccia e Federica Fiorio. Dirigente scolastico, professoressa Teresa Bonaccorsi.



L'allarme fra i giovani

Un'emergenza silenziosa tra le nuove generazioni

PISA

Dai 13 ai 25 anni il cervello non è ancora completamente formato, perché deve acquisire la struttura adulta, cioè la corteccia prefrontale. L'adolescenza è una fase di cambiamento. I ragazzi sono fragili e alla ricerca di un'identità e ciò può favorire lo sviluppo di comportamenti a rischio. Le dipendenze più diffuse tra i giovani sono quelle comportamentali come l'utilizzo ec-

cessivo dello smartphone, dei social media, dei videogiochi e di internet. Secondo il Movimento etico digitale, il 77,5% degli adolescenti dichiara di sentirsi dipendente da dispositivi digitali. L'abuso di queste tecnologie ha effetti negativi sul rendimento scolastico, sul sonno, sulle relazioni familiari e sulla concentrazione. Tra i giovani è diffuso anche il gioco d'azzardo online, sottovalutato perché mascherato da videogiochi o da app. Al-

col e nicotina vengono considerate strumenti per sentirsi accettati o sembrare più grandi. Il rischio che i giovani corrono è quello di normalizzare questi comportamenti che possono aprire la strada a dipendenze più gravi in età adulta. Le cause delle dipendenze tra gli adolescenti sono molteplici: le pressioni dei coetanei, la difficoltà di comunicazione con gli adulti, il bisogno di evasione e la gestione dello stress. La prevenzione è fondamentale. L'ascolto, il dialogo, l'educazione digitale ed emotiva e la presenza delle famiglie e della scuola sono strumenti essenziali.

Le dipendenze rappresentate dagli studenti: droga alcol e strumenti tecnologici

